

**HUBUNGAN INTERAKSI SOSIAL DAN *SENSE OF HUMOR*
TERHADAP KEBAHAGIAAN LANSIA DI
SURABAYA BARAT**

SKRIPSI

Diajukan Kepada Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya untuk
Memenuhi Salah Satu Persyaratan dalam Menyelesaikan Program Strata Satu (S1)

Psikologi (S. Psi)



Dina Aprinia

J71217058

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL
SURABAYA
2022**

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi saya yang berjudul “Hubungan Interaksi Sosial dan *Sense of Humor* terhadap Kebahagiaan Lansia di Surabaya Barat” merupakan karya asli hasil penelitian yang diajukan untuk memenuhi tugas akhir perkuliahan untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi di Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya. Karya ini sepanjang pengetahuan saya, tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain yang sama persis dengan karya ini, kecuali tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka

Surabaya, 02 Agustus 2022

A handwritten signature in black ink is written over a portion of a 5000 Rupiah Indonesian postage stamp. The stamp features a portrait of a man and the number '5000'.

Dina Aprinia

HALAMAN PERSETUJUAN

SKRIPSI

**Hubungan Interaksi Sosial dan *Sense of Humor* terhadap
Kebahagiaan Lansia di Surabaya Barat**

**Oleh:
Dina Aprinia
NIM. J71217058**

Telah disetujui untuk diajukan pada Sidang Ujian Skripsi

Surabaya, 24 Mei 2022

Dosen Pembimbing



Dr. S. Khorriyatul Khotimah, M.Psi, Psikolog

NIP. 197711162008012018

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

**HUBUNGAN INTERAKSI SOSIAL DAN *SENSE OF HUMOR* TERHADAP
KEBAHAGIAAN LANSIA DI SURABAYA BARAT**

Yang disusun oleh :

Dina Aprinia

J71217058



Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Pada Tanggal 26 Juli 2022

Mengetahui
Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan



Prof. Dr. Abdul Muhid, M.Si

NIP. 197502052003121002

Susunan Tim Penguji

Penguji I,



Dr. S. Khorriyatul Khotimah, M.Psi, Psikolog

NIP. 197711162008012018

Penguji II,



Drs. Hamim Rosyidi, M.Si

NIP. 196208241987031002

Penguji III,

Syafruddin Faisal Thohar, M.Psi., Psikolog

NIP. 198505092020121008

Penguji IV,



Linda Prasetyaning Widayahti, M. Kes

NIP. 198704172014032003



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA
PERPUSTAKAAN

Jl. Jend. A. Yani 117 Surabaya 60237 Telp. 031-8431972 Fax.031-8413300
E-Mail: perpus@uinsby.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika UIN Sunan Ampel Surabaya, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Dina Aprinia
NIM : J71217058
Fakultas/Jurusan : Psikologi dan Kesehatan/ Psikologi
E-mail address : dinaaprinia20@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah :

Skripsi Tesis Desertasi Lain-lain (.....)

yang berjudul :

HUBUNGAN INTERAKSI SOSIAL DAN *SENSE OF HUMOR*

TERHADAP KEBAHAGIAAN LANSIA DI SURABAYA BARAT

beserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya berhak menyimpan, mengalih-media/format-kan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (database), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di Internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 02 Agustus 2022

Penulis

(Dina Aprinia)

INTISARI

Penelitian ini untuk mengetahui hubungan interaksi sosial dan *sense of humor* dengan kebahagiaan. Pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian adaptasi dengan masing-masing memiliki nilai realibilitas yakni skala interaksi sosial sebesar 0,959, skala *sense of humor* sebesar 0,954 dan skala kebahagiaan sebesar 0,961 pada 100 lansia di Surabaya Barat (n=100). Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara interaksi sosial dan *sense of humor* dengan kebahagiaan pada lansia di Surabaya Barat ($F_{change} = 0,000 < \alpha = 0,05$). Koefisien korelasi sebesar 0,532 yang dapat diartikan bahwa hubungan antara kedua variabel bebas dengan kebahagiaan dalam kategori sedang. Tingkat interaksi sosial, *sense of humor*, dan kebahagiaan lansia berada pada kategori sedang dengan masing-masing persentase interaksi sosial sebesar 63%, *sense of humor* sebesar 60%, dan kebahagiaan sebesar 63%.

Kata Kunci: interaksi sosial, *sense of humor*, kebahagiaan

ABSTRACT

This study aims to determine the relationship between social interaction and sense of humor with happiness. Collecting data using adaptation research instruments with each having a reliability value, namely the social interaction scale of 0.959, the sense of humor scale of 0.954 and the happiness scale of 0.961 for 100 elderly in West Surabaya (n = 100). The results of this study show that there is a relationship between social interaction and sense of humor with happiness among the elderly in West Surabaya ($F_{change} = 0.000 < \alpha = 0.05$). The correlation coefficient is 0.532, which means that the relationship between the two independent variables with happiness is in the medium category. The level of social interaction, sense of humor, and happiness of the elderly are in the medium category with each social interaction percentage of 63%, sense of humor of 60%, and happiness of 63%.

Keywords: social interaction, sense of humor, happiness

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	iii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iv
HALAMAN PENGESAHAN.....	v
LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKAS	vi
KATA PENGANTAR	vii
INTISARI.....	ix
ABSTRACT.....	x
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	13
C. Keaslian Penelitian.....	13
D. Tujuan Penelitian	20
E. Manfaat Penelitian	20
BAB II KAJIAN PUSTAKA	22
A. Lansia	22
1. Definisi Lansia.....	22
2. Ciri-Ciri Lansia.....	24
B. Kebahagiaan.....	25
1. Definisi Kebahagiaan	25
2. Aspek Kebahagiaan.....	30
3. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Kebahagiaan.....	33
C. Interaksi Sosial.....	36
1. Definisi Interaksi Sosial	36
2. Aspek Interaksi Sosial	37
4. Syarat – Syarat Interaksi Sosial.....	38
D. <i>Sense of Humor</i>	39
1. Pengertian <i>Sense of Humor</i>	39
2. Aspek <i>Sense of Humor</i>	42
F. Kerangka Teoritik	45
F. Hipotesis.....	47
BAB III METODE PENELITIAN.....	48
A. Rancangan Penelitian	48
B. Identifikasi Variabel.....	48
C. Definisi Operasional.....	49
1. Definisi Operasional Kebahagiaan	49
2. Definisi Operasional Interaksi Sosial	49
3. Definisi Operasional <i>Sense of Humor</i>	49
D. Teknik Sampling	50
E. Populasi	50

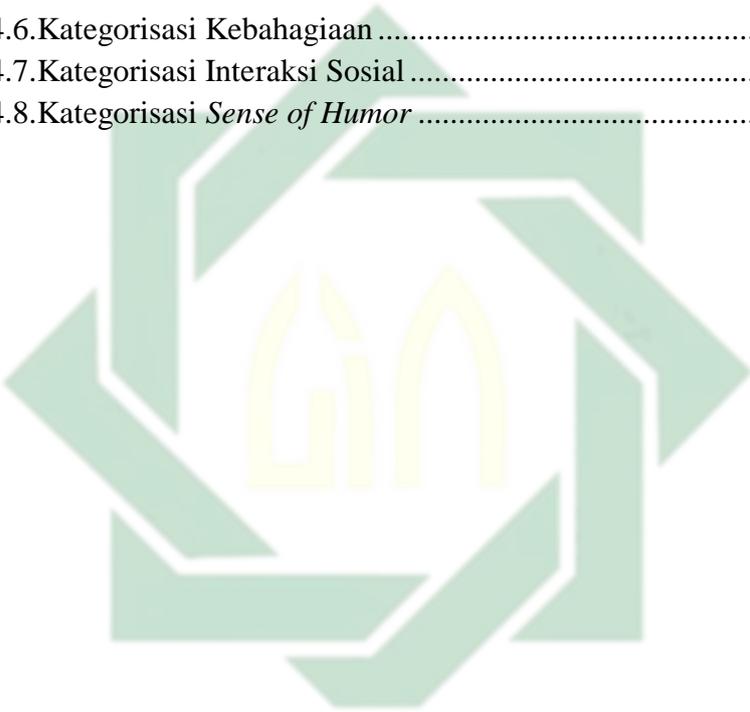
F. Sampel.....	50
G. Instrumen Penelitian.....	52
1. Skala Kebahagiaan (<i>Happiness</i>).....	53
2. Skala Interaksi Sosial	56
3. Skala <i>Sense of Humor</i>	58
H. Analisis Data	60
1. Uji Normalitas	61
2. Uji Linieritas.....	61
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	62
A. Persiapan dan Pelaksanaan Penelitian.....	62
B. Deskripsi Subjek Penelitian	63
1. Deskripsi Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin.....	63
2. Deskripsi Subjek Berdasarkan Usia	64
3. Deskripsi Subjek Berdasarkan Jumlah Anak	65
4. Deskripsi Subjek Berdasarkan Tempat Tinggal	66
5. Deskripsi Subjek Berdasarkan Kegiatan Yang Sering Dilakukan	66
C. Deskripsi Data.....	68
1. Uji Deskriptif.....	68
D. Pengujian Hipotesis.....	81
1. Hasil Uji Prasyarat.....	81
2. Hasil Uji <i>Pearson</i>	84
E. Pembahasan.....	86
1. Hubungan Interaksi Sosial Terhadap Kebahagiaan pada Lansia	86
2. Hubungan <i>Sense of Humor</i> Terhadap Kebahagiaan Lansia	88
3. Hubungan Interaksi Sosial dan <i>Sense Of Humor</i> Terhadap Kebahagiaan Pada Lansia	90
BAB V PENUTUP.....	94
A. Kesimpulan	94
B. Saran.....	94
1. Bagi Peneliti Selanjutnya	94
2. Bagi Lansia.....	95
DAFTAR PUSTAKA	96
LAMPIRAN.....	100

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1.Skoring Skala Psikologi	53
Tabel 3.2. <i>Blueprint</i> Skala Kebahagiaan.....	54
Tabel 3.3.Hasil Uji Validitas Kebahagiaan.....	55
Tabel 3.4.Hasil Uji Reliabilitas Kebahagiaan	55
Tabel 3.5. <i>Blueprint</i> Skala Interaksi Sosial.....	56
Tabel 3.6.Hasil Uji Validitas Interaksi Sosial	57
Tabel 3.7.Hasil Uji Reliabilitas Interaksi Sosial	57
Tabel 3.8. <i>Blueprint</i> Skala <i>Sense of Humor</i>	58
Tabel 3.9.Hasil Uji Validitas <i>Sense of Humor</i>	59
Tabel 3.10.Hasil Uji Reliabilitas <i>Sense of Humor</i>	59
Tabel 3.11.Intepretasi Koefisien <i>Spearman</i>	60
Tabel 4.1.Pengelompokan Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin	64
Tabel 4.2.Pengelompokan Subjek Berdasarkan Usia	64
Tabel 4.3.Pengelompokan Subjek Berdasarkan Jumlah Anak.....	65
Tabel 4.4.Pengelompokan Subjek Berdasarkan Tempat Tinggal	66
Tabel 4.5.Pengelompokan Subjek Berdasarkan Kegiatan Yang Sering Dilakukan	66
Tabel 4.6.Uji Deskripsi Data Statistik.....	68
Tabel 4.7.Norma Kategorisasi.....	69
Tabel 4.8.Kategorisasi Kebahagiaan.....	70
Tabel 4.9.Kategorisasi Interaksi Sosial.....	71
Tabel 4.10.Kategorisasi <i>Sense of Humor</i>	72
Tabel 4.11.Deskripsi Data Berdasarkan Jenis Kelamin Responden	73
Tabel 4.12.Deskripsi Data Berdasarkan Usia Responden.....	74
Tabel 4.13.Deskripsi Data Berdasarkan Jumlah Anak Responden.....	75
Tabel 4.14.Deskripsi Data Berdasarkan Tempat Tinggal Responden	76
Tabel 4.15.Deskripsi Data Berdasarkan Kegiatan Yang Sering Dilakukan Responden Variabel Interaksi sosial	78
Tabel 4.16.Deskripsi Data Berdasarkan Kegiatan Yang Sering Dilakukan Responden Variabel <i>Sense of humor</i>	79
Tabel 4.17.Deskripsi Data Berdasarkan Kegiatan Yang Sering Dilakukan Responden Variabel Kebahagiaan	80
Tabel 4.18.Uji Normalitas.....	81
Tabel 4.19.Hasil Uji Linieritas Y-X1	83
Tabel 4.20.Hasil Uji Linieritas Y-X2.....	83
Tabel 4.21.Hasil Uji <i>Pearson</i> Interaksi Sosial dan Kebahagiaan	84
Tabel 4.22.Hasil Uji <i>Pearson</i> <i>Sense of Humor</i> dan Kebahagiaan.....	84
Tabel 4.23.Hasil Uji Korelasi Berganda	85

DAFTAR GAMBAR

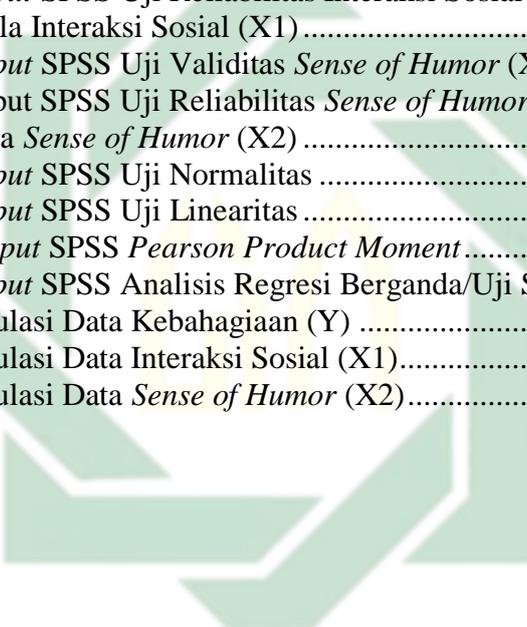
Gambar 2.1. Kerangka Teoritik	46
Gambar 4.1. Pengelompokan Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin	63
Gambar 4.2. Pengelompokan Subjek Berdasarkan Usia	64
Gambar 4.3. Pengelompokan Subjek Berdasarkan Jumlah Anak	65
Gambar 4.4. Pengelompokan Subjek Berdasarkan Tempat Tinggal	66
Gambar 4.5. Pengelompokan Subjek Berdasarkan Kegiatan Yang Sering Dilakukan	66
Gambar 4.6. Kategorisasi Kebahagiaan	70
Gambar 4.7. Kategorisasi Interaksi Sosial	71
Gambar 4.8. Kategorisasi <i>Sense of Humor</i>	72



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. <i>Informed Consent</i>	101
Lampiran 2. Hasil <i>Expert Judgement</i> 1	102
Lampiran 3. Lembar Surat Validasi <i>Expert Judgement</i> 1	110
Lampiran 4. Hasil <i>Expert Judgement</i> 2	111
Lampiran 5. Lembar Surat Validasi <i>Expert Judgement</i> 2	118
Lampiran 6. Output SPSS Uji Validitas Kebahagiaan (Y)	119
Lampiran 7. Output SPSS Uji Reliabilitas Kebahagiaan	120
Lampiran 8. Skala Kebahagiaan	120
Lampiran 9. <i>Output</i> SPSS Uji Validitas Interaksi Sosial (X1)	121
Lampiran 10. <i>Output</i> SPSS Uji Reliabilitas Interaksi Sosial (X1)	122
Lampiran 11. Skala Interaksi Sosial (X1)	122
Lampiran 12. <i>Output</i> SPSS Uji Validitas <i>Sense of Humor</i> (X2)	123
Lampiran 13. Output SPSS Uji Reliabilitas <i>Sense of Humor</i> (X2)	124
Lampiran 14. Skala <i>Sense of Humor</i> (X2)	125
Lampiran 15. <i>Output</i> SPSS Uji Normalitas	126
Lampiran 16. <i>Output</i> SPSS Uji Linearitas	126
Lampiran 17. <i>Output</i> SPSS <i>Pearson Product Moment</i>	127
Lampiran 18. <i>Output</i> SPSS Analisis Regresi Berganda/Uji Simultan	128
Lampiran 19. Tabulasi Data Kebahagiaan (Y)	129
Lampiran 20. Tabulasi Data Interaksi Sosial (X1)	132
Lampiran 21. Tabulasi Data <i>Sense of Humor</i> (X2)	135



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Dalam siklus kehidupan, manusia pasti mengalami proses perkembangan baik dari segi fisik maupun psikis. Fase perkembangan manusia secara umum dibagi ke dalam lima tahapan yaitu bayi, anak-anak, remaja, dewasa, dan lansia. Lansia merupakan istilah tahap terakhir dari proses penuaan. Semua orang yang berumur panjang akan mengalami proses menjadi tua dan masa tua merupakan masa hidup manusia yang terakhir (Septian, 2018). Pada masa ini seseorang akan mengalami kemunduran fisik, mental dan sosial sedikit demi sedikit sampai tidak dapat melakukan tugasnya sehari-hari.

Indonesia termasuk negara yang memasuki era penduduk berstruktur lansia, karena dari tahun ke tahun jumlah penduduk Indonesia yang berusia 60 tahun ke atas semakin meningkat (Depkes, 2012). Lansia ini adalah tahap akhir perkembangan manusia, pada masa ini biasanya keadaan fisiknya sudah jauh menurun dari periode perkembangan sebelumnya. Banyak orang yang berusia lansia terutama kaum wanitanya menyadari bahwa kegiatan sosial dapat menghilangkan kesepian karena anak-anaknya telah dewasa semua dan mulai berkeluarga (Jahja, 2011).

WHO memperkirakan tahun 2025 jumlah lansia di seluruh dunia akan mencapai 1,2 miliar orang yang akan terus bertambah hingga 2 miliar orang

di tahun 2050. Data WHO juga memperkirakan 75% populasi lansia di dunia pada tahun 2025 berada di negara berkembang. Hasil sensus penduduk tahun 2010 menunjukkan bahwa Indonesia termasuk 5 besar negara dengan jumlah penduduk lansia terbanyak di dunia Pada tahun 2010 jumlah lansia di Indonesia mencapai 18,1 juta orang. Sementara itu data Susenas BPS 2012 menunjukkan lansia di Indonesia sebesar 7,56% dari total penduduk Indonesia (Wardhana, 2014).

Secara psikologis yang didasarkan pada tahap perkembangan Erikson masa lanjut usia berada pada fase integrity versus inferiority (Santrock, 2002). Ketika lansia dapat meraih tahapan terakhir dalam kehidupan yaitu integritas diri, di mana lansia dapat mengevaluasi dan menerima kehidupan mereka tanpa memperlmasalahkan hal yang harus dilakukan dan hal yang seharusnya terjadi sehingga mereka dapat menerima ketidaksempurnaan pada diri sendiri dan kehidupannya, maka dikatakan lansia dapat meraih kebahagiaan (Erikson, dalam Papalia, Old, dan Feldman, 2008). Saat tua membuat individu mengalami ketakutan karena mereka percaya bahwa dengan bertambahnya usia maka mereka akan kehilangan fungsi fisik dan aspek yang menyenangkan dalam hidup Snyder & Lopez, (dalam Zulfiana, 2014). Pada masa ini, faktor lingkungan merupakan faktor yang cukup berpengaruh pada faktor psikis berupa ketegangan dan stress lansia.

Pada beberapa tempat dengan adanya posko lansia atau posdaya lansia hal ini sangat membantu dalam mengkordinir para lansia melakukan sebuah kegiatan yang aktif sehingga mampu membuat mereka lebih

berdaya dan merasa senang (Nurnabilah, 2019). Hal ini disebabkan adanya interaksi interaksi yang berjalan dalam proses kegiatan. Sears (Widodo & niken, 2013) menjelaskan interaksi sosial terjadi karena manusia adalah makhluk sosial yang berinteraksi dengan manusia lainnya bukan hanya untuk mempertahankan hidupnya, melainkan juga untuk melakukan kegiatan lainnya. Interaksi sosial pertama kali terjadi khususnya bagi seorang lansia. Seperti penelitian yang dilakukan oleh widodo & Aniroh, (dalam Fitriyadewi & Suarya; 2016) yang menunjukkan bahwa interaksi sosial yang dilakukan Lansia dapat mencegah depresi pada Lansia. Interaksi sosial yang dilakukan Lansia akan menimbulkan perasaan bahagia karena berkurangnya kondisi terisolir, dan Lansia merasa berguna. Lansia yang melakukan interaksi sosial memiliki banyak teman atau relasi dan memiliki aktivitas untuk mengisi waktu luang sehingga Lansia akan merasa berguna dalam menjalani hidup.

Tujuan terpenting kehidupan manusia adalah dengan membuat jiwanya menjadi sebaik mungkin dengan berbahagia. Seorang individu yang bahagia akan mampu produktif dalam melakukan kegiatan atau tugasnya sehari-hari karena adanya afek positif (Veenhoven, Harijanto, 2017). Kebahagiaan merupakan kebutuhan bagi tiap-tiap manusia. Manusia akan melakukan segala cara untuk mencapai tingkat kebahagiaan yang diinginkannya sesuai tingkat kehidupan masing-masing. Seseorang dikatakan memiliki kebahagiaan yang tinggi jika mereka merasa puas dengan kondisi hidup mereka, sering merasakan emosi positif dan jarang

merasakan emosi negatif. Menurut Eid dan Larsen, individu yang bahagia akan mampu beradaptasi dengan baik cenderung lebih sukses dalam berbagai bidang seperti kesehatan, pemecahan masalah, sosial dan lainnya (Ika, 2017).

Faktor yang dapat menimbulkan kebahagiaan bermacam-macam. Adapun beberapa diantaranya yaitu kemampuan seseorang untuk melakukan interaksi sosial dan juga *sense of humor*. Faktor tersebut dikemukakan oleh Martin Seligman (2005) dalam faktor eksternal tentang kehidupan sosial untuk bisa berinteraksi dengan orang lain serta faktor internal tentang optimisme terhadap masa depan yang memberikan penjelasan bahwa *sense of humor* menghadirkan tawa atau kebahagiaan dalam situasi yang mungkin sulit dan kontributor yang potensial yang dimiliki individu. Kebahagiaan merupakan keadaan psikologis yang ditandai dengan tingginya kepuasan hidup, tingginya afek positif seperti senang, puas, dan bangga, serta rendahnya efek negatif seperti rasa kecewa, cemas, dan takut. Kebahagiaan tidak hanya dilihat secara obyektif, tapi kebahagiaan juga bisa dilihat secara subyektif, karena bahagia itu tergantung dari seberapa besar seseorang mampu mengukur dan menciptakan kebahagiaan menurut dirinya sendiri oleh Lukman (2008).

Terdapat tiga aspek utama yang dapat membentuk suatu kebahagiaan yaitu yang pertama adalah emosi positif dan kesenangan yang terdiri dari perasaan optimis yang realistis dan resiliensi Seligman (2005). Dalam hal ini juga termasuk menciptakan kebahagiaan dalam dirinya. Aspek kedua

yaitu keterikatan yang terdiri dari hubungan positif dengan orang lain dan keterlibatan penuh. Aspek ketiga yaitu makna hidup yang berupa kesadaran dari adanya hubungan diri yang positif dengan orang lain sehingga dirinya lebih mampu memaknai apapun yang dilakukan. Kebahagiaan merupakan salah satu faktor untuk memanjangkan usia dan meningkatkan kesehatan, kata kebahagiaan tersebut seringkali dikaitkan dengan kondisi emosional dan bagaimana individu merasa dunia (lingkungannya) dan dirinya sendiri oleh (Seligman, 2005).

Adapun orang-orang yang berbahagia memiliki lebih banyak teman biasa maupun teman dekat, lebih mungkin untuk menikah, dan lebih terlibat dalam kegiatan berkelompok (Seligman, 2005). Menurut Diener, Kebahagiaan merupakan evaluasi kognitif dan afektif seseorang terhadap hidupnya. Evaluasi kognitif terjadi ketika individu melakukan evaluasi seberapa memuaskan kehidupannya secara keseluruhan (*life satisfaction*) atau pada aspek-aspek tertentu dari kehidupannya (*domain satisfaction*) seperti kesehatan, keluarga, keuangan, pekerjaan, teman sebaya, waktu luang, dan diri sendiri, sedangkan evaluasi afektif terjadi ketika individu melakukan evaluasi terhadap emosi yang dirasakannya, dimana meliputi perasaan menyenangkan dan tidak menyenangkan (dalam Snyder & Lopez, 2002).

Menurut Bimo Walgito (1990; dalam Dayakisni & Hudaniah, 2009) interaksi sosial merupakan suatu hubungan antara individu satu dengan individu lainnya dimana individu yang satu dapat mempengaruhi individu

yang lainnya sehingga terdapat hubungan yang saling timbal balik. Maka, kemampuan interaksi sosial merupakan suatu kapasitas seseorang untuk membangun hubungan antara dirinya dengan individu lain atau sekelompok individu untuk saling mempengaruhi dan menjalin hubungan timbal balik.

Interaksi sosial pada lansia dijelaskan oleh Schulz & Allen melalui teori panjang umur berdasarkan jaringan sosial bahwa interaksi sosial memiliki pengaruh yang tinggi terhadap kesehatan dan usia lanjut. Melalui interaksi sosial, lansia dapat berpikir positif dan optimis tentang kehidupan. Dengan interaksi sosial para lansia menganggap dirinya masih berguna di lingkungan sekitar (Risang, 2019). Interaksi sosial merupakan hubungan timbal balik, saling mempengaruhi dalam pikiran dan tindakan, serta tidak terlepas dari suatu hubungan yang terjadi antar individu, sosial, dan masyarakat dalam kehidupan sehari-hari. Kebutuhan untuk berinteraksi dengan orang lain akan dimiliki oleh individu sampai akhir hayat (Risang, 2019).

Maka dari itu berdasarkan Seligman (2005) yang menyatakan bahwa interaksi sosial merupakan faktor eksternal yang dapat mempengaruhi kebahagiaan seseorang, Maka dengan terbatasnya kontak sosial di masa saat ini akan mempengaruhi pula tingkat kebahagiaan seseorang termasuk kualitas hidupnya. Fayers & Machin (2007) mengartikan kualitas hidup sebagai persepsi individu mengenai keberfungsian individu di dalam bidang kehidupan, lebih spesifiknya penilaian individu terhadap posisi di dalam kehidupan dan sistem nilai dimana mereka hidup berkaitan dengan

tujuan, harapan, serta perhatian individu (Kreitler & Ben, 2004).

Menurut Sears (widodo & niken, 2013). Interaksi sosial terjadi karena manusia adalah makhluk sosial yang berinteraksi dengan manusia lainnya bukan hanya untuk mempertahankan hidupnya, melainkan juga untuk melakukan kegiatan lainnya. Interaksi sosial pertama kali terjadi didalam keluarga, terutama dengan ibu. Seiring dengan perkembangan lingkungan sosial seseorang, interaksi tidak saja terjadi dengan anggota keluarga, tetapi juga meliputi lingkup sosial yang lebih luas seperti di sekolah, masyarakat dan dengan teman-teman, baik yang sesama jenis maupun berbeda jenis kelamin. Bagi remaja, kebutuhan untuk berinteraksi.

Ada beberapa faktor yang menyebabkan seorang lansia untuk tetap bisa berguna di masa tuanya, yakni; kemampuan menyesuaikan diri dan menerima segala perubahan dan kemunduran yang dialami, adanya penghargaan dan perlakuan yang wajar dari lingkungan lansia tersebut, lingkungan yang menghargai hak-hak lansia serta memahami kebutuhan dan kondisi psikologis lansia dan tersedianya media atau sarana bagi lansia untuk mengaktualisasikan potensi dan kemampuan yang dimiliki (Ratnawati, 2017).

Interaksi sosial pada Lansia lakukan sangat penting seperti penelitian yang dilakukan oleh widodo & aniroh, (Fitriyadewi & Suarya; 2016) yang menunjukan bahwa interaksi sosial yang dilakukan Lansia dapat mencegah depresi pada Lansia. Interaksi sosial yang dilakukan Lansia akan menimbulkan perasaan bahagia karena berkurangnya kondisi terisolir, dan

Lansia merasa berguna. Lansia yang melakukan interaksi sosial memiliki banyak teman atau relasi dan memiliki aktivitas untuk mengisi waktu luang sehingga Lansia akan merasa berguna dalam menjalani hidup.

Penelitian yang dilakukan oleh Thomas (Monks, 1998) menunjukkan bahwa kualitas hidup pada lansia selalu dihubungkan dengan tingkat permasalahan hidup, banyaknya aktifitas yang dilakukan, dan kompetensi sosial. Lingkungan dapat menjadi sumber stres yang mendukung atau menekan seseorang sehingga mempengaruhi proses interaksi sosial seseorang. Martin (2001) menyatakan kehidupan sosial adalah interaksi, yaitu aksi atau tindakan yang berbalas-balasan.

Sebagai suatu fenomena sosial, humor dan tawa memainkan peranan penting dalam komunikasi interpersonal, sementara *sense of humor* atau kepekaan terhadap humor dapat menjadi komponen penting dalam kompetensi sosial. Menurut Nelsen (dalam Hardianti, 2014) seseorang yang memiliki rasa humor yang tinggi cenderung memiliki emosi positif yang menyertai humor dan diikuti dengan tertawa. Untuk dapat mengungkapkan dan merasakan humor, individu harus memiliki *sense of humor* (Sukoco, 2014).

Menurut Lestari (2015), pada al-quran surat Al-Baqarah ayat 2, al-quran sebagai petunjuk untuk mencerdaskan pemikiran dan membebaskan dari kesesatan berpikir dangkal dan picik. Pada al-quran terdapat banyak ayat tentang motivasi dalam menjalani kehidupan dan sebagai penyembuh atau obat karena dengan pesan-pesan dalam al-quran selalu mengarah

kepada Allah dan senantiasa menegakkan kebenaran. Sehingga diri menjadi sehat secara mental, spiritual, moral, sosial, fisik, dan lansia menjadi lebih merasakan bahagia. Sebagai penerangan kebenaran ketuhanan dan penjelasan tersebut dapat masuk ke dalam jiwa dan menembus ke dalam diri dan perilaku.

Sedangkan Menurut Dayakisni & Hudaniyah (2009) Interaksi sosial tak akan mungkin terjadi apabila tidak memenuhi dua syarat, yaitu adanya kontak sosial dan adanya komunikasi. Kontak sosial dapat terjadi antara individu dengan individu, antara individu dengan kelompok dan antara kelompok dengan kelompok. Kontak juga dapat bersifat primer jika itu terjadi secara langsung atau *face-to-face*, dan sekunder jika hubungan itu melalui perantara orang atau media lainnya. Sementara komunikasi baik verbal ataupun non verbal merupakan saluran untuk menyampaikan perasaan ataupun ide dan sekaligus sebagai media untuk dapat menafsirkan atau memahami pikiran atau perasaan orang lain.

Penelitian ini dilakukan sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Seligman (2005), menjelaskan bahwa kebahagiaan merupakan konsep yang mengacu pada emosi positif yang dirasakan individu serta aktivitasaktivitas positif yang disukai oleh individu tersebut, kemudian membagi emosi positif tersebut menjadi tiga macam yaitu emosi yang diarahkan atau datang dari masa lalu, masa sekarang dan emosi yang akan datang di masa depan.

Sense of humor membahas tentang berbagai macam kemampuan

psikologis dan sosial seseorang untuk menerima humor, menciptakan humor, kebutuhan untuk diterima di lingkungan, serta kemauan dan kemampuan untuk berkomunikasi. Hurlock mengatakan bahwa melalui *sense of humor* yang dimiliki, individu dapat memperoleh perspektif yang lebih baik tentang diri sendiri. Individu yang memiliki *sense of humor* dapat mengembangkan pemahaman diri dan penerimaan diri (dalam Parman, 2013). Oleh karena itu *sense of humor* bukan merupakan kemampuan bawaan melainkan kemampuan yang dapat dipelajari dan dikembangkan.

Menurut Mike More (dalam Rajagukguk, 2014) *sense of humor* tidak bersifat alami atau bakat, namun dapat dipelajari dan dikembangkan. *Sense of humor* dipengaruhi oleh lingkungan, budaya, bacaan, tontonan, hingga pendidikan. Setiap orang mendapatkan hal-hal itu dalam konteks dan kadar yang berbeda, sehingga membuat *sense of humor*-nya pun berbeda. Barelds dan Dijkstra (2010) menambahkan bahwa salah satu dari empat aspek *sense of humor* yang dikemukakan oleh Thorson dan Powell adalah aspek tingkat individu menghargai suatu humor. Aspek tersebut memiliki hubungan positif dalam terciptanya hubungan interpersonal yang berkualitas. Individu yang memiliki rasa humor yang baik berpotensi dalam membuat orang lain tertarik dan mampu memengaruhi persepsi interpersonal orang lain (McGee & Shevlin, 2009). Martin (Lopez & Snyder, 2003) berasumsi bahwa individu yang memiliki *sense of humor* dinilai sebagai individu yang mampu menghibur diri sendiri, sehingga

dapat mempertahankan persepsi mengenai hal tersebut terhadap individu lain tersebut.

Thorson & Powell (1993) mengatakan bahwa semakin usia bertambah, semakin bertambah juga kreativitas humor, menggunakan humor untuk mekanisme coping, dan apresiasi pada humor. Hal ini mungkin terjadi karena pengaruh dari perkembangan, seperti berkembangnya kemampuan untuk menggunakan humor sebagai mekanisme coping selama masa dewasa. Oleh karena itu, lansia cenderung menggunakan salah satu aspek *sense of humor* yaitu *coping with humor* dalam kehidupannya sehari-hari. Humor dapat melepas individu dari berbagai tuntutan yang dialami dan dapat membebaskannya dari perasaan inferioritas (Hardianti, 2014). Membuat atau mendengarkan humor yang dapat menimbulkan tawa cenderung kita kaitkan dengan aspek kebahagiaan. Ketika lansia dapat mengatasi perasaan stresnya dengan baik, maka perasaan sedih atau kecewa yang mungkin timbul akan berkurang, sehingga lansia akan memiliki kebahagiaan dalam hidupnya.

Menurut Kataria (Setiono, 2010) sifat humor memiliki manfaat seperti menurunkan tingkat stres, kondisi kesehatan akan meningkat dan memberikan kekebalan pada tubuh, menstimulasi pikiran, dan perasaan yang positif, dan menjalin relasi sosial serta meningkatkan kualitas pergaulan dalam hal ini termasuk interaksi sosial.

Sebab menjadi tua adalah proses alami yang akan terjadi oleh setiap manusia yang menimbulkan terjadinya penurunan secara fisik, mental,

serta sosial, maka dari itu dibutuhkan perhatian khusus serta dukungan dari lingkungan sekitar. Tidak sedikit perubahan lingkungan yang terjadi ketika lanjut usia, manusia cenderung merasakan individualis sehingga mempengaruhi kondisi psikologis.

Bertambahnya jumlah penduduk menyebabkan jumlah lansia di kota Surabaya semakin meningkat. Berdasarkan data dari Badan Pusat Statistik Provinsi Jawa Timur, presentasi populasi lansia tahun 2019 yang semula 8,84%, pada 2020 meningkat menjadi 9,16% (BPS Jatim, 2020). Kemudian di Surabaya Barat yang terdiri 7 kecamatan terdapat sekitar 4,634 orang. Hal ini sesuai dengan rekapitulasi pemkot kota Surabaya pada tahun 2020 terakhir dengan total seluruh dikota Surabaya yakni 253.751 orang lansia.

Hal tersebut ditambah dengan letak Surabaya Barat yang jauh dari pusat kota. Sebagian besar penduduk masih bermata pencaharian sebagai petani dan peternak (sebanyak 0,62%) yang berbeda dengan mayoritas penduduk kota Surabaya (BPS Jatim 2016). Hal tersebut membuat interaksi sosial mereka tinggi dan membuat para lansia menjadi lebih bahagia karena bertemu sesama lansia dan dapat bergurau.

Penulis akan mengambil 100 orang partisipan dalam penelitian ini yang tersebar di 7 kecamatan di wilayah Surabaya Barat serta menggunakan teknik cluster sampling untuk memperoleh data dari persoalan yang diteliti.

Berkaitan dengan situasi itulah maka peneliti ingin menggali lebih dalam terkait hubungan interaksi sosial dengan adanya kebahagiaan pada

lansia serta bagaimana peran *sense of humor* dengan kebahagiaan lansia. Kedua hal tersebut menjadi menarik mengingat belum ada yang mengukur hubungan antara interaksi sosial dan *sense of humor* dengan kebahagiaan pada lansia.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan pemaparan latar belakang diatas maka dapat dirumuskan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Apakah ada hubungan interaksi sosial dengan kebahagiaan lansia?
2. Apakah ada hubungan *sense of humor* dengan kebahagiaan lansia?
3. Apakah ada hubungan interaksi sosial dan *sense of humor* dengan kebahagiaan lansia?

C. Keaslian Penelitian

Pada penelitian Dewi dkk (2022) tentang indentifikasi bentuk dukungan sosial dan kebahagiaan pada lansia yang menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan deskriptif analisis dan informan sebanyak 6 orang lansia. Teknik pengumpulan data menggunakan metode wawancara dan observasi, teknik analisis data menggunakan Miles dan Huberman. Hasil penelitian menunjukkan bahwa bentuk dukungan social sosial yang diperoleh oleh lansia adalah dukungan emosional, dukungan penghargaan, dan dukungan informasi. Bentuk kebahagiaan lansia yaitu mereka bisa menerima pengalaman masa lalu, menikmati kebahagiaan masa kini dan optimis akan kehidupan yang lebih baik di masa mendatang.

Selanjutnya, penelitian Dinata (2022) tentang pelaksanaan bimbingan agama dalam meningkatkan kebahagiaan para lansia yang menggunakan jenis penelitian kualitatif dengan sumber data primer dan sekunder. Teknik pengumpulan data menggunakan wawancara, observasi dan dokumentasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pelaksanaan bimbingan agama (yang meliputi bimbingan aqidah, bimbingan syariah dan bimbingan akhlak serta muamalah) bisa meningkatkan kebahagiaan lansia. Kedekatan dengan bimbingan agama membuat para lansia merasa tenang, qona'ah, bersyukur dan terus berupaya mengikuti kegiatan bimbingan bersama kawan lansia lain.

Pada penelitian Koespratiwi dkk (2020), tentang Konsepsi Kebahagiaan Lansia di Panti Wreda, menggunakan pendekatan etnografi kualitatif untuk mengaji permasalahan di salah satu panti wredha di Semarang. Penelitian ini mendapatkan hasil bahwa Sebagian besar lansia merasa Bahagia tinggal di panti dan memaknai konsep kebahagiaannya dengan perasaan senang yang ditunjukkan saat menjalankan kegiatan sehari-harinya. Hal itu karena semua kebutuhan hidupnya terpenuhi dan terjamin juga mempunyai banyak teman.

Di dalam penelitian dari Ananda Aulia (2020) yang berjudul “Pengaruh *Sense of Humor* Dan Religiusitas Terhadap Kebahagiaan Pada Lansia” memberikan hasil analisis data bahwa terdapat pengaruh yang signifikan *sense of humor* dan religius terhadap kebahagiaan lansia sebesar 36,6% sedangkan sisanya 63,4% dipengaruhi oleh faktor lain diluar penelitian. Penelitian ini mengambil subjek lansia yang berumur 60 tahun ke atas

sebanyak 211 lansia yang ada di Jakarta serta menggunakan metode *sample* yang diperoleh menggunakan *nonprobability sampling*.

Penelitian dari Ni Kadek Yuliantari Dewi (2021) yang berjudul “Hubungan *Sense Of Humor* Dengan Kualitas Hidup Lansia Di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Kuta Selatan” yang hasilnya bahwa *sense of humor* hubungan *sense of humor* dengan kualitas hidup lansia di wilayah kerja UPT Puskesmas Kuta Selatan, dapat dikatakan bahwa semakin tinggi *sense of humor* yang dimiliki lansia, maka semakin tinggi pula kualitas hidup lansia tersebut. Sehingga *sense of humor* dapat dijadikan sebagai mekanisme adaptasi untuk meningkatkan kualitas hidup. Penelitian ini menggunakan analisis korelasional dengan pendekatan *cross-sectional*, kemudian sampel dipilih sebanyak 65 lansia dengan menggunakan teknik sampling banyak tahap (*multistage cluster sampling*) dengan membagi wilayah menjadi 15 klaster berdasarkan klaster posyandu lansia.

Adapun penelitian selanjutnya oleh Zulfiana, 2014 yang berjudul “Meningkatkan Kebahagiaan Lansia Dipanti Werdha Melalui Psikoterapi Positif Dalam Kelompok” ditemukan hasil penelitian menggambarkan bahwa psikoterapi positif dapat meningkatkan kebahagiaan lansia yang tinggal di panti werdha. Pendekatan penelitian yang digunakan adalah eksperimen dan melibatkan 20 peserta yang terbagi menjadi dua kelompok yaitu, kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dengan *random assignment*. Serta metode pengumpulan data menggunakan *Authentic Happiness Scale* untuk mengukur kebahagiaan lansia

Penelitian selanjutnya oleh Bahkruddinsyah, 2016 yang berjudul “Makna Hidup Dan Arti Kebahagiaan Pada Lansia Dipanti Werdha Nirwana Puri Samarinda” ditemukan hasil penelitian ini menunjukkan bahwa 7 dari 8 subjek lansia memiliki makna hidup positif. Peneliti menggunakan metode penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Responden yang di libatkan pada penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling*, metode pengumpulan data menggunakan metode wawancara dan observasi terhadap 8 subjek lansia di panti werdha dan 1 orang konselor sebagai informan pendukung.

Penelitian selanjutnya oleh Fitriyadewi & Suarya, 2016 yang berjudul “Peran Interaksi Sosial Terhadap Kepuasan Hidup Lansia” ditemukan hasil tersebut dapat dikatakan bahwa ada hubungan antara interaksi sosial dengan kepuasan hidup lansia, semakin tinggi interaksi sosial yang dilakukan lansia maka kepuasan hidup lansia semakin tinggi, dan begitu pula sebaliknya apabila interaksi sosial rendah maka kepuasan hidup lansia juga rendah. Nilai R square sebesar 0.101 yaitu interaksi sosial memberikan kontribusi sebesar 10.1% terhadap kepuasan hidup lansia. Sebanyak 100 subjek pada penelitian ini tergolong kedalam kategori subjek yang memiliki interaksi sosial dan kepuasan hidup yang cenderung baik.

Penelitian dari Riesta Ridha Tri Fadhilah (2018) yang berjudul “Hubungan Antara Interaksi Sosial Dengan *Happiness* Pada Lansia” yang menunjukkan hasil bahwa terdapat hubungan antara interaksi sosial dengan happiness pada lansia dengan taraf signifikansi sebesar $0.000 < 0.05$ dan

memberikan hasil korelasi sebesar 0.707, hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi interaksi sosial maka akan semakin tinggi *happiness* pada lansia. Penelitian ini mengambil subjek sebanyak 88 orang lansia di desa Semabung. Penelitian ini juga menggunakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan korelasional dan menggunakan teknik pengumpulan data menggunakan skala interaksi sosial dan skala *happiness*.

Penelitian lain dari E Rensia (2019) yang berjudul “Pengaruh Interaksi Sosial terhadap Kebahagiaan Lansia di Panti Sosial Tresna Werda Teratai Palembang” yang menunjukkan hasil bahwa adanya pengaruh antara interaksi sosial dengan kebahagiaan pada lansia di panti sosial tersebut, dengan uji interaksi sosial dengan kebahagiaan lansia adalah sebesar $F_{hitung} = 6,30$. Artinya terdapat pengaruh yang signifikan. Nilai F_{hitung} pengaruh interaksi sosial terhadap kebahagiaan lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Teratai Palembang 6,30 dan $F_{tabel} 4,12$. Dengan taraf 5% F_{hitung} lebih besar dari pada F_{tabel} . Penelitian ini menggunakan lapangan (*field research*) yang bersifat kuantitatif dengan sampel sebanyak 37 orang lansia.

Penelitian berikutnya dari Ni Luh Deliyani, dkk (2015) yang berjudul “Efektivitas Terapi Humor Dengan Media Film Komedi Untuk Menurunkan Tingkat Kecemasan Pada Lansia” yang menunjukkan hasil bahwa terapi humor dengan media film komedi efektif menurunkan tingkat kecemasan pada lansia di Panti Tresna Werdha Hargo Dedali Surabaya. Penelitian ini menggunakan rancangan perlakuan semu (*quasi experimental designs*) dengan menggunakan *Non Randomized Control Group Pretest Posttest Design*.

Sampel dalam penelitian ini adalah yang memenuhi kriteria inklusi sebanyak 18 orang berusia di atas 60 tahun di Panti Tresna Werdha Hargo Dedali Surabaya.

Penelitian dari Eva Surya Oktaviana (2018) yang berjudul “Hubungan Interaksi Sosial dan *Self Efficacy* dengan Kesejahteraan Psikologi Lansia yang Tinggal di Panthi Werdha” yang menunjukkan hasil bahwa lansia memiliki self efficacy yang tinggi sebanyak 42 orang lansia (58,3%) dan 5,6% memiliki kesejahteraan psikologis yang rendah. Interaksi sosial dan kesejahteraan psikologis lansia yang tinggal di panti werdha memiliki hubungan yang signifikan tergantung pada kondisi interaksi sosialnya, jika interaksi sosial rendah maka kesejahteraan psikis lansia rendah pula, begitupun sebaliknya.

Penelitian selanjutnya oleh RD Veronica 2020 yang berjudul “Hubungan Interaksi Sosial dengan Kejadian Depresi pada Lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember” ditemukan hasil dari analisis statistik menggunakan uji spearman rho diperoleh nilai $P \text{ value} = 0,000 < 0,05$ yang artinya ada hubungan antara Interaksi Sosial Dengan Kejadian Depresi Pada Lansia Di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha (PSTW) Jember bahwa interaksi sosial yang dilakukan oleh lansia 53.2 % mengalami resiko interaksi sosial dan kejadian depresi yang dialami oleh lansia 65.0 % berada dalam kategori depresi ringan di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha (PSTW) Jember.

Penelitian selanjutnya oleh Liu, 2002 yang berjudul “*Humor Styles, Self-Esteem and Subjective Happiness*” hasil yang ditemukan menunjukkan

bahwa pria menganggap diri mereka lebih lucu dari pada wanita. Sementara itu, pria menggunakan gaya humor yang lebih agresif dari pada wanita. Namun, kedua jenis kelamin menggunakan gaya humor yang lebih adaptif dari pada gaya humor maladaptif. Selain itu, korelasi positif ditemukan antara gaya humor adaptif, harga diri dan kebahagiaan subyektif.

Pada usia lanjut seseorang akan mengalami penurunan baik secara fisik maupun psikis. Secara fisik seorang lansia akan lebih rentan terkena penyakit, lebih mudah lelah dalam melakukan aktivitas dan lebih banyak melakukan kegiatankegiatan di dalam rumah. Memasuki masa-masa lansia seperti ini sangatlah tidak nyaman bagi seseorang. Pada masa lansia, seseorang kembali memperhatikan kesehatan dan melakukan olahraga secara rutin untuk mengurangi keluhan rasa sakit yang dirasakan oleh para lansia (dalam Lloyd, 2010). Cid, Ferrés dan Rossi (2007) kesehatan seseorang berkaitan erat dengan kebahagiaan seseorang. Hal inilah yang membuat seorang lansia ingin tetap sehat.

Berdasarkan uraian diatas, penelitian yang penulis lakukan memiliki persamaan dan perbedaan dari penelitian sebelumnya. Adapun perbedaan dalam penelitian ini adalah belum ada yang membahas mengenai dua variabel (interaksi sosial dan *sense of humor*) secara bersamaan dengan kebahagiaan, selain itu subjek yang digunakan dalam penelitian ini masih jarang diteliti yaitu lansia di Surabaya Barat, kemudian perbedaan lainnya dengan adanya penambahan variabel yaitu *sense of humor*.

D. Tujuan Penelitian

Berdasarkan identifikasi rumusan masalah di atas, maka tujuan yang ingin dicapai pada penelitian ini yaitu:

1. Mengetahui hubungan interaksi sosial dengan kebahagiaan lansia.
2. Menjelaskan hubungan *sense of humor* dengan kebahagiaan lansia.
3. Memaparkan hubungan interaksi sosial dan *sense of humor* dengan kebahagiaan lansia.

E. Manfaat Penelitian

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan pada penelitian ini dilaksanakan dengan harapan dapat memberikan manfaat yaitu:

1. Manfaat Teoritis
 - a. Bagi Ilmuwan Psikologi

Adanya penelitian ini diharapkan nantinya dapat memberikan kontribusi atau sumbangan informasi serta dapat mengembangkan ilmu psikologi terkhususnya pada bidang pendidikan yang berkaitan dengan kebahagiaan lansia.

- b. Bagi Peneliti Selanjutnya

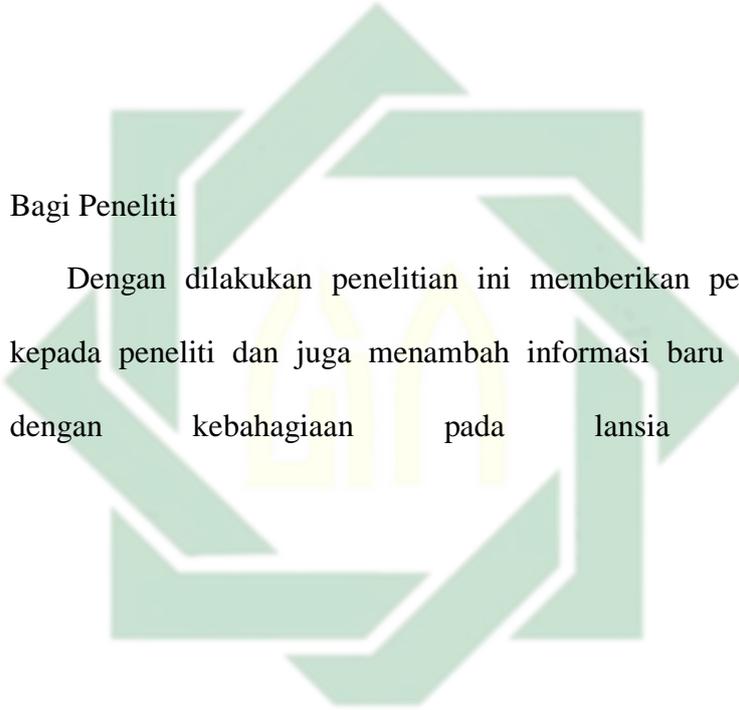
Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai referensi pada peneliti selanjutnya.

2. Manfaat Praktis
 - a. Bagi pengurus lembaga posdaya lansia

Hasil dari penelitian ini dapat menjadi masukan bagi pengurus Lembaga Posdaya Lansia akan pentingnya memahami kebahagiaan yang dialami para lansia di masa saat ini yang terhalang oleh waktu sehingga dapat memberikan edukasi tambahan terkait itu.

b. Bagi Peneliti

Dengan dilakukan penelitian ini memberikan pengalaman baru kepada peneliti dan juga menambah informasi baru yang berkaitan dengan kebahagiaan pada lansia saat ini.



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Lansia

1. Definisi Lansia

Lanjut usia adalah periode penutup dalam rentang hidup seseorang, yaitu suatu periode dimana seseorang telah beranjak jauh dari periode terdahulu yang lebih menyenangkan. Bila seseorang yang sudah beranjak jauh dari periode hidupnya yang terdahulu, ia sering melihat masa lalunya, biasanya dengan penuh penyesalan, dan cenderung ingin hidup pada masa sekarang, mencoba mengabaikan masa depan sedapat mungkin (Haas, K. B., dalam Hurlock, 1999). Harlock (1980) juga menyebutkan usia tua adalah periode penutup dalam rentang hidup seorang, yaitu suatu periode di mana seseorang telah “beranjak jauh” dari periode terdahulu yang lebih menyenangkan, atau beranjak dari waktu ke waktu yang penuh dengan manfaat.

Menurut Jahja (2011) tahap akhir dalam rentang kehidupan sering menjadi usia lanjut dini yang berkisar antara usia 60 sampai 70 dan usia lanjut yang mulai pada usia 70 sampai akhir kehidupan seseorang. Orang tua sedikit lebih tua atau setelah usia madya dan lanjut setelah mereka mencapai usia 70. Melambatnya fungsi otak dan batang otak dimulai pada masa dewasa madya dan berlangsung lebih cepat pada masa dewasa akhir Santrock (2011). Berdasarkan pada pengertian-pengertian di atas, maka

bisa ditarik sebuah kesimpulan mengenai lansia, maka lansia merupakan masa



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

dimana seseorang sudah tidak ada lagi mengalami peningkatan kualitas fisik yang berkisar antara usia 60 tahun sampai 70 tahun dan usia lanjut yang dimulai pada usia 70 tahun hingga akhir kehidupan seseorang.

2. Ciri-Ciri Lansia

Sama seperti setiap periode lainnya dalam rentang kehidupan seseorang, usia lanjut ditandai dengan perubahan fisik dan psikologis tertentu. Menurut Hurlock (2002) terdapat beberapa ciri-ciri orang Lansia, yaitu:

- a. Usia lanjut merupakan periode kemunduran, kemunduran pada lansia sebagian datang dari faktor fisik dan faktor psikologis. Kemunduran dapat berdampak pada psikologis lansia. Motivasi adalah faktor yang memiliki peran penting dalam kemunduran pada lansia. Kemunduran pada lansia semakin cepat apabila memiliki motivasi yang rendah, sebaliknya jika memiliki motivasi yang kuat maka kemunduran itu akan lama terjadi.
- b. Orang Lansia memiliki status kelompok minoritas, lansia memiliki status kelompok minoritas karena sebagai akibat dari sikap sosial yang tidak menyenangkan yang tidak menyenangkan terhadap orang Lansia dan diperkuat oleh pendapat-pendapat klise yang jelek terhadap lansia tersebut. Pendapat-pendapat klise itu seperti: lansia lebih senang mempertahankan pendapatnya daripada mendengarkan pendapat orang lain.

- c. Menua membutuhkan perubahan peran, perubahan peran tersebut dilakukan karena lansia mulai mengalami kemunduran dalam segala hal. Perubahan peran pada lansia sebaiknya dilakukan atas dasar keinginan sendiri bukan atas dasar tekanan dari lingkungan.
- d. Penyesuaian yang buruk pada lansia, perlakuan yang buruk terhadap orang Lansia membuat lansia cenderung mengembangkan konsep diri yang buruk. Lansia lebih memperlihatkan bentuk perilaku yang buruk. Karena perlakuan yang buruk itu membuat penyesuaian diri lansia menjadi buruk.
- e. Keinginan menjadi muda kembali sangat kuat pada usia lanjut ini. Status kelompok minoritas yang dikenakan pada orang berusia lanjut lanjut secara alami telah membangkitkan keinginan untuk tetap muda selama mungkin dan ingin dipermuda apabila tandatanda menua Nampak.

B. Kebahagiaan

1. Definisi Kebahagiaan

Hurlock (dalam Hidayah, 2016) kebahagiaan adalah keadaan sejahtera dan kepuasan hati, yaitu kepuasan yang menyenangkan yang timbul bila kebutuhan dan harapan individu terpenuhi. Menurut Furnham (Bahkrudinsyah, 2016) juga menyatakan bahwa kebahagiaan merupakan bagian dari kesejahteraan dan kepuasan dalam hidup atau yang dikenal dengan istilah subjective well-being dalam psikologi positif (Luthans, 2006). Kebahagiaan merupakan kondisi di mana seseorang merasakan

emosi positif yang lebih dominan dibandingkan dengan emosi negatif, serta perasaan puas terhadap hidup (Argyle, 2001). Kebahagiaan merupakan fitrah yang telah melekat dalam diri seorang manusia dan sudah sepantasnya dimiliki setiap individu (Fuad, 2015). Kebahagiaan merupakan suatu konsep yang mengacu pada emosi positif yang dirasakan individu serta aktifitas-aktifitas positif yang tidak mempunyai komponen perasaan sama sekali atau yang disukai individu Seligman (2005).

Selain itu ada beberapa penelitian yang mengatakan bahwa seseorang bahagia adalah seseorang yang memiliki ciri-ciri bekerja keras untuk melaksanakan potensi dirinya supaya dapat mencapai potensi diri yang penuh, kompeten dan memiliki kesehatan psikologis (Baumgardner, Crothers, 2010). Dari hasil penelitian yang menghubungkan antara kebahagiaan dan waktu kebahagiaan muncul disebutkan bahwa dari sisi usia, perempuan akan lebih berbahagia di usia muda dibandingkan laki - laki, dan kebahagiaan mereka akan meningkat hingga akhir 20an hingga akhirnya berkurang sampai akhir 50an kebahagiaan perempuan mudah menghilang dan keseluruhan trendnya mengalami penurunan, berbeda dengan laki - laki kebahagiaannya yang meningkat hingga awal 30-an dan cenderung stabil hingga pension (Rousseau dan Jean-Benoit G, 2009).

Kebahagiaan sebagai penilaian subyektif dan global dalam menilai diri sebagai orang yang bahagia atau tidak, hal ini beranjak dari pemikiran bahwa kebahagiaan dinilai berdasarkan kriteria-kriteria subyektif yang

dimiliki individu (Lyubomirsky, 2007). Menurut pendapat lain, kebahagiaan merupakan kondisi emosi positif yang secara subjektif didefinisikan oleh setiap orang. Definisi kebahagiaan sangat sulit untuk didefinisikan karena masing-masing individu memiliki makna tersendiri mengenai kebahagiaan (Lopez dan Synder, 2007).

Seligman (2005) mendefinisikan kebahagiaan sebagai konsep yang mengacu pada emosi positif yang dirasakan individu serta aktivitas-aktivitas positif yang disukai oleh individu. Terdapat tiga aspek utama yang dapat membentuk suatu kebahagiaan yaitu yang pertama adalah emosi positif dan kesenangan yang terdiri dari perasaan optimis yang realistis dan resiliensi.

Aspek kedua yaitu keterikatan yang terdiri dari hubungan positif dengan orang lain dan keterlibatan penuh. Aspek ketiga yaitu makna hidup yang berupa kesadaran dari adanya hubungan diri yang positif dengan orang lain sehingga dirinya lebih mampu memaknai apapun yang dilakukan. Kebahagiaan merupakan salah satu faktor untuk memanjangkan usia dan meningkatkan kesehatan, kata kebahagiaan tersebut seringkali dikaitkan dengan kondisi emosional dan bagaimana individu merasa dunia (lingkungannya) dan dirinya sendiri (Seligman, 2005). Adapun orang-orang yang berbahagia memiliki lebih banyak teman biasa maupun teman dekat, lebih mungkin untuk menikah, dan lebih terlibat dalam kegiatan berkelompok (Seligman, 2005).

Definisi lain dari kebahagiaan merupakan perasaan gembira, riang hati, senang, perasaan bangga, dan cinta maupun kasih sayang yang lebih dominan dirasakan oleh seseorang serta kepuasan hidup yang dirasakan pada masa lalu, masa kini, dan masa depan (Eddington & Shuman, 2005). Kebahagiaan merupakan salah satu faktor penting dalam menjalani proses kehidupan, dengan jiwa yang bahagia manusia akan mampu menjadi optimis untuk menjalani hari-hari di saat seperti ini seperti sekarang ini. Dalam kasus penelitian, menulis itu adalah suatu hal yang menyenangkan apabila dilakukan dengan perasaan yang bahagia (Abbas, 2015).

Seseorang yang bahagia dapat merasakan hal yang baik seperti membawa banyak manfaat seperti terjaga dari penyakit fisik dan mental bahkan dapat membuat hidup seseorang lebih panjang (Jaufalaily, 2017). Kebahagiaan itu pikiran dan perasaan yang berhubungan dengan kesenangan atau ketentraman dalam hidup sebagai meningkatkan fungsi diri (Yulia, 2012).

Tujuan terpenting kehidupan manusia adalah dengan membuat jiwanya menjadi sebaik mungkin dengan berbahagia. Seorang individu yang bahagia akan mampu produktif dalam melakukan kegiatan atau tugasnya sehari-hari karena adanya afek positif (Veenhoven, Harijanto, 2017). Pada masa seperti ini, kebahagiaan merupakan salah satu aspek psikologis yang terdampak, banyak faktor yang menyebabkan tingkat kebahagiaan seorang individu menurun, sehingga mengalami kejenuhan

pada kondisi emosional individu mengalami tekanan dan kelelahan atas apa yang sedang ia lakukan (Kurniawan et al, 2018).

Sedangkan menurut Veenhoven (dalam Bakhruddinsyah, 2016) menggambarkan bahwa kebahagiaan sebagai jenis sikap positif terhadap kehidupan, di mana sepenuhnya merupakan bentuk dari kepemilikan komponen kognitif dan afektif. Aspek kognitif dari kebahagiaan terdiri dari suatu evaluasi positif terhadap kehidupan, yang diukur baik melalui standar atau pun harapan, dari segi afektif kebahagiaan terdiri dari apa yang kita sebut secara umum sebagai suatu rasa kesejahteraan (sense of well being), menemukan kekayaan hidup, atau perasaan puas terhadap hal-hal yang telah tercapai.

Pada buku *a brief history of happiness*: 14, Aristoteles mengemukakan bahwa bahagia itu adalah "*the human good*". Semua orang memiliki tujuan untuk menjadi *the human good*. Freud berkata bahwa pertanyaan tentang apa yang diinginkan oleh manusia dalam hidupnya, pastilah jawabannya adalah bahagia. Dalam buku (Jalaludin Rahmat, 2010) mengungkapkan bahwa paling tidak sepuluh kali, muadzin di seluruh dunia islam meneriakkan hayya 'alal al-falah atau "marilah meraih kebahagiaan". Dalam mazhab ahlul bait, setelah hayya 'ala al-falah, membaca hayya 'ala al khayr atau "marilah berbuat baik", orang yang berbahagia cenderung berbuat baik. Suara muadzin itu saja sudah cukup menjadi bukti bahwa agama islam memanggil umatnya setiap saat untuk meraih kebahagiaan. Dengan mengetahui ayat-ayat yang berujung dengan

kalimat *la'allakum tuflihuna* (dalam QS 2:189, QS 3:130, QS 3:200, QS 5:90, QS 7:69, QS 8:45, QS 22:7, QS 24:31, QS 62:10) kita diberi pelajaran bahwa semua perintah Tuhan dimaksudkan agar kita hidup bahagia.

Inti kebahagiaan adalah keimanan kepada Allah dan penguasaan terhadap makna ibadah serta memahaminya dengan pemahaman yang sempurna dan lengkap, kemudian menerapkan pemahaman itu dalam kehidupan seluruhnya, baik yang berkenaan dengan perkara-perkara yang umum ataupun khusus (al-Qu'ayyid, 2004).

Dari beberapa pendapat di atas terkait definisi kebahagiaan pada penelitian ini dapat peneliti simpulkan kebahagiaan adalah perasaan dan pikiran yang positif dari seorang individu terhadap segala aspek kehidupan yang ada secara keseluruhan.

2. Aspek Kebahagiaan

Menurut Seligman (2005) mengungkapkan bahwa terdapat tiga aspek utama kebahagiaan sejati, yaitu:

a. Emosi Positif dan Kesenangan

1) Perasaan optimis yang realistis

Individu yang optimis mengenai masa depan merasa lebih bahagia dan puas dengan kehidupannya. Individu yang mengevaluasi dirinya dengan cara yang positif, akan memiliki kontrol yang baik terhadap hidupnya, sehingga memiliki impian dan harapan yang

positif tentang masa depan. Hal ini akan tercipta bila sikap optimis yang dimiliki individu bersifat realistis.

2) Resiliensi

Orang yang berbahagia bukan berarti tidak pernah mengalami penderitaan. Kebahagiaan tidak bergantung pada seberapa banyak peristiwa menyenangkan yang dialami, melainkan sejauh mana seseorang memiliki resiliensi, yakni kemampuan untuk bangkit dari peristiwa yang tidak menyenangkan sekalipun.

b. Keterikatan

1) Hubungan positif dengan orang lain

Hubungan positif bukan sekedar memiliki teman, pasangan, ataupun anak, tetapi dengan menjalin hubungan yang positif dengan individu yang ada disekitar. Hubungan positif akan tercipta bila adanya dukungan sosial yang membuat individu mampu mengembangkan harga diri, meminimalkan masalah-masalah psikologis, kemampuan pemecahan masalah yang adaptif, dan membuat individu menjadi sehat secara fisik. Dalam hal ini tentang bagai mana menerima interaksi social dengan orang lain.

2) Keterlibatan Penuh

Keterlibatan penuh bukan hanya pada karir, tetapi juga dalam aktivitas lain seperti hobi dan aktivitas bersama keluarga. Melibatkan diri secara penuh, bukan hanya fisik yang beraktivitas, tetapi hati dan pikiran juga turut serta dalam aktivitas tersebut.

c. Makna Hidup

1) Penemuan makna hidup dalam keseharian

Dalam keterlibatan penuh dan hubungan positif dengan orang lain tersirat satu cara lain untuk dapat bahagia, yakni menemukan makna dalam apapun yang dilakukan. Individu yang bahagia akan menemukan makna disetiap apapun yang dilakukannya.

Adapun tiga aspek utama yang membentuknya, yang pertama adalah emosi positif dan kesenangan yang terdiri dari perasaan optimis yang realistis dan resiliensi. Aspek kedua yaitu keterikatan yang terdiri dari hubungan positif dengan orang lain dan keterlibatan penuh. Aspek ketiga yaitu makna hidup yang berupa kesadaran dari adanya hubungan diri yang positif dengan orang lain sehingga dirinya lebih mampu memaknai apapun yang dilakukan (Seligman, 2005).

Selain itu, Diener (Eid & Larsen, 2008; Biswas-Diener & Dean, 2007) menyatakan bahwa kebahagiaan memiliki dua komponen yang berbeda yakni:

a) Komponen afektif

Dalam komponen afektif meliputi positive affect (PA) dan negative affect (NA). kedua hal tersebut dikategorikan komponen afektif dikarenakan mencerminkan sejumlah perasaan senang dan tidak menyenangkan yang dialami individu di dalam kehidupan mereka. Seseorang yang lebih sering

merasakan emosi positif, seperti rasa suka senang serta jarang mengalami emosi negatif merupakan ciri orang bahagia.

b) **Komponen Kognitif**

Dalam komponen ini, terdiri atas life satisfaction dan domain satisfaction. Kedua hal itu disebut sebagai bagian dari komponen kognitif dikarenakan keduanya mengalami evaluasi pada kehidupan. Hal ini terjadi ketika individu berfikir seberapa memuaskan kehidupannya secara keseluruhan (life satisfaction) atau berdasarkan aspek tertentu didalam kehidupannya (domain satisfaction) seperti kesehatan, keluarga, keuangan, pekerjaan, teman sebaya, waktu luang, dan diri sendiri.

3. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Kebahagiaan

Faktor yang mempengaruhi terjadinya kebahagiaan menurut Martin Seligman (2005) sebagai berikut:

a. Faktor Eksternal

1) **Budaya**

Di mana satu kebudayaan dapat memberikan kepuasan yang memberikan kebahagiaan.

2) **Kehidupan sosial**

Beberapa orang memilih sendiri atau berinteraksi dengan orang lain.

3) **Agama/religiusitas,**

Agama memberikan harapan akan masa depan dan menciptakan pemaknaan hidup.

4) Pernikahan

Dalam hal ini adalah adanya saling bekerjasama dan penat baru dalam hidup.

5) Uang

Uang merupakan kebutuhan umum bagi masyarakat dalam meningkatkan kesejahteraan hidup.

6) Kesehatan

Apabila kesehatan baik maka, hal ini berdampak pada pola hidup atau melakukan kegiatan dengan baik.

7) Usia

Hal ini berkaitan pada proses perjalanan hidup, apakah telah mencapai puncak kehidupan ataukah terpuruk dalam suatu kondisi.

8) Jenis kelamin,

Dalam kehidupan wanita sering kali memiliki kehidupan emosional yang lebih ekstrem dari laki-laki, wanita dinilai lebih banyak mengalami emosi positif dari pria.

b. Faktor Internal

1) Kepuasan terhadap masa lalu

Hal ini berkaitan mengubah dari hal pandangan dengan perspektif pada suatu hal yang telah terjadi baik positif ataupun negatif, dalam kaitannya juga bisa mengubah hal negatif menjadi perspektif lebih positif, seperti memaafkan, bersyukur pada hidup dan yang lain.

2) Optimisme terhadap masa depan

Sesuatu yang diekspetasikan secara umum bahwa masa depan bisa lebih baik Termasuk dalam hal ini (*sense of humor*) bagaimana iya bisa menghadirkan tawa atau kebahagiaan lain dalam situasi yang mungkin sulit. Bahkan Ruch (2008) menyatakan bahwa *sense of humor* merupakan kontributor yang potensial, yang dimiliki individu dalam mencapai kebahagiaan pada hidupnya (*good life*).

3) Kebahagiaan pada masa sekarang

Dalam hal ini dengan adanya kegiatan yang disukai atau kesenangan yang memiliki komponen dan emosional yang kuat walaupun sifatnya sementara, hal ini juga bisa ditingkatkan dengan *mindfulness* (kecermatan) yakni mencermati dan menjalani segala pengalaman dan suatu peristiwa dengan tidak terburu-buru dan melaluinya dengan berbagai perspektif. Energi positif pada masa depan ditunjang oleh individu tersebut dalam memahami dan mampu mengubah pandangan menjadi lebih positif.

Dalam penelitian ini, adanya faktor internal dan eksternal dijadikan sebagai bahan dan alat untuk memprediksi dan meneliti bagaimana faktor tersebut dapat berpengaruh dalam kebahagiaan mahasiswa. Untuk menentukan variabel (X1 dan X2) yaitu interaksi sosial dan *sense of humor* merupakan bagian dari faktor internal dan eksternal kebahagiaan.

C. Interaksi Sosial

1. Definisi Interaksi Sosial

Interaksi sosial merupakan hal yang sangat mendasar didalam kehidupan manusia Widodo & Niken (2013 dalam Sears; 1991). Menurut Bimo Walgito (Dayakisni & Hudaniah, 2009) interaksi sosial merupakan suatu hubungan antara individu satu dengan individu lainnya dimana individu yang satu dapat mempengaruhi individu yang lainnya sehingga terdapat hubungan yang saling timbal balik. Sementara, Soekanto (Dayakisni & Hudaniah, 2009) mendefinisikan interaksi sosial sebagai hubungan antar individu atau dengan kelompok manusia.

Interaksi sosial merupakan salah satu cara individu untuk memelihara tingkah laku sosial individu tersebut sehingga individu tetap dapat bertingkah laku sosial dengan individu lain. Interaksi sosial dapat pula meningkatkan jumlah/kuantitas dan mutu/kualitas dari tingkah laku sosial individu sehingga individu makin matang dalam bertingkah laku sosial dengan individu lain di dalam situasi sosial. Warren dan roucech

(Slamet, 2010) memberikan pengertian interaksi sosial adalah suatu proses penyampaian kenyataan, keyakinan, sikap, reaksi emosional, dan kesadaran lain dari sesamanya diantara kehidupan yang ada. Tanpa adanya interaksi sosial maka tidak akan mungkin ada kehidupan bersama, maka dari itu diperlukan suatu interaksi atau hubungan timbal balik. Interaksi sosial adalah suatu hubungan antara dua atau lebih individu manusia, dimana kelakuan individu yang satu mempengaruhi, mengubah, atau memperbaiki kelakuan individu yang lain, atau sebaliknya (Gerungan, 2010).

Berdasarkan pada pemaparan dari uraian diatas, maka dapat disimpulkan bahwa interaksi sosial adalah suatu kesanggupan atau kapasitas individu untuk melakukan tingkah laku sosial berupa hubungan timbal balik antara individu dengan individu lainnya atau dengan kelompok manusia di dalam suatu situasi sosial.

2. Aspek Interaksi Sosial

Suatu interaksi sosial tidak akan mungkin terjadi apabila tidak memenuhi dua aspek berikut (Soekanto, 2005) yaitu:

a. **Kerjasama dimaksudkan sebagai suatu usaha bersama antar individu atau kelompok demi tercapainya tujuan bersama.**

Kerjasama timbul karena ada orientasi dari individu terhadap kelompoknya (yaitu *in-groupnya*) dan kelompok lainnya (yang merupakan *out-groupnya*). Menurut Charles H. Cooley kerjasama timbul apabila orang menyadari bahwa mereka mempunyai

kepentingan-kepentingan yang sama, dan pada saat yang sama memiliki cukup pengetahuan dan pengendalian terhadap diri sendiri untuk memenuhi kepentingan-kepentingan tersebut melalui kerjasama. Sehingga disini dapat dikatakan bahwa faktor pendorong terjadinya kerjasama adalah adanya kepentingan bersama.

b. Akomodasi

merupakan suatu upaya yang dilakukan untuk menyelesaikan suatu konflik dari pihak-pihak yang bertikai yang mengarah pada kondisi atau keadaan selesainya suatu konflik pertikaian tersebut.

c. Asimilasi

merupakan proses sosial yang ditandai oleh adanya upaya-upaya mengurangi perbedaan-perbedaan yang terdapat antara orang perorangan atau antara kelompok sosial yang diikuti dengan usaha-usaha untuk mencapai kesatuan tindakan, sikap, dan proses-proses mental dengan memperhatikan kepentingan bersama.

4. Syarat – Syarat Interaksi Sosial

Interaksi sosial tidak akan mungkin terjadi apabila tidak memenuhi syarat Soerjono & Sukanto (2000) yaitu; adanya kontak sosial dan adanya komunikasi.

a. Kontak sosial

Secara fisik, kontak baru terjadi apabila terjadi hubungan badaniah. Sebagai gejala sosial itu tidak terlalu dibutuhkan karena orang dapat mengadakan kontak sosial tanpa harus menyentuhnya, seperti misalnya dengan cara berbicara dengan orang yang bersangkutan. Dengan berkembangnya teknologi, individu menjalin kontak sosial dengan melalui telepon, telegraf, radio dan yang lain tanpa harus memerlukan sentuhan badaniah atau secara langsung.

b. Komunikasi

Komunikasi adalah seseorang yang memberi tafsiran kepada orang lain dengan cara berbicara, gerak badan, ataupun sikap dan perasaan – perasaan yang akan disampaikan oleh orang tersebut. Hal ini kemudian akan menjadi bahan untuk menentukan reaksi apa yang akan dilakukannya dengan orang lain.

D. *Sense of Humor*

1. *Pengertian Sense of Humor*

Dalam membuat orang tertawa tidak hanya dapat dilakukan dengan kata-kata tetapi juga dapat dilakukan dengan perbuatan atau melalui sebuah gambar. Penyajian humor dapat dilakukan dalam bentuk gambar seperti karikatur, film kartun atau komik, dalam bentuk drama seperti ludruk atau lawak, dalam bentuk teks serta dalam bentuk percakapan (Hartanti, 2008).

Untuk dapat mengamati, merasakan atau mengungkapkan humor seseorang harus memiliki *sense of humor*. *Sense of humor* adalah sesuatu yang bersifat universal yaitu konsep dari berbagai bidang yang mempunyai banyak definisi. *The American heritage dictionary* mendefinisikan *sense of humor* sebagai kemampuan untuk mengamati, menikmati, atau mengekspresikan apa yang terlihat lucu (Apte, 2002).

Salah satu cara untuk mengatasi tekanan atau stress yaitu dengan humor dan menimbulkan refleksi tertawa (Hodgkinson, 1991). *Sense of Humor* adalah kemampuan seseorang untuk menggunakan humor sebagai cara menyelesaikan masalah, keterampilan menciptakan humor, kemampuan menghargai atau menanggapi humor (Hartanti, 2002). *Sense of humor* dapat mengubah sudut pandang seseorang, merubah sesuatu yang dianggap negatif menjadi positif.

Menurut Irwin *et al* (2010), *sense of humor* adalah sebuah kemampuan seseorang atau individu untuk melihat suatu sisi yang lebih ringan dan lebih lucu dalam kehidupannya. Hidayah dan Fitriani (2012), mengungkapkan bahwa humor memiliki fungsi dari segi pendidikan dan sosial yang dapat memudahkan individu dalam berinteraksi dengan lingkungannya. Memiliki *sense of humor* yang tinggi membuat seseorang menjadi lebih rileks dan tidak tegang (Hasanat dan Subandi. 1998).

Menurut Thorson dan Powell (1997), *sense of humor* merupakan multidimensi dan di dalamnya termasuk kemampuan untuk membuat humor, mengenali humor, mengapresiasi humor, menggunakan humor

sebagai mekanisme coping dan untuk mencapai tujuan sosial. Jadi kepekaan humor atau *sense of humor* merupakan sebuah kemampuan seseorang untuk membuat humor, menangkap humor dan mempergunakan humor secara tepat.

Individu memerlukan adanya *sense of humor* untuk dapat mengamati, merasakan dan mengungkapkan humor. Individu yang tidak cukup peka terhadap humor, tidak akan menemukan kelucuan pada kejadian apa pun (Sarwono dalam Utomo, 2009). Hasanat dan Subandi (1998) juga mengatakan bahwa humor mampu menimbulkan emosi positif, emosi positif itu yang diharapkan mampu membuat individu tetap mampu bersikap dan berpikir positif dalam pekerjaannya walaupun dalam keadaan serius.

Suyasa (2010) berasumsi bahwa berkomunikasi dengan individu lain yang disertai dengan humor dipandang sebagai kondisi yang mampu membuat individu merasa lebih akrab satu sama lain, atau munculnya kohesi sosial. Humor juga mengisyaratkan adanya penerimaan sosial terhadap diri individu. Parman (2013) menyimpulkan bahwa *sense of humor* adalah kemampuan individu untuk memahami, mengungkapkan, atau membuat humor, dan digunakan sebagai bentuk katarsis atau menyelesaikan berbagai masalah yang dialami, sehingga dapat memandang dirinya lebih realistis. Martin (2001) mendefinisikan *sense of humor* sebagai kebiasaan individu yang berbeda-beda pada setiap perilaku, pengalaman, perasaan, kesenangan, sikap, kemampuan untuk

menghubungkan sesuatu hal dengan kesenangan, tertawa, bercanda dan sebagainya.

Berdasarkan beberapa definisi diatas, dapat disimpulkan bahwa *sense of humor* merupakan kemampuan individu untuk menimbulkan suatu rangsangan yang mengubah persepsi kognitif secara cepat dan mengekspresikannya secara terbuka tanpa berakibat tidak menyenangkan bagi orang lain, dengan cara memandang masalah dari perspektif yang berbeda, dari segi kelucuannya untuk mengurangi perasaan cemas dan tidak berdaya dan mengarahkannya pada perasaan senang dan nyaman. Dapat dikatakan pula sebagai kemampuan untuk membuat humor, mengenali humor, mengapresiasi humor, menggunakan humor sebagai mekanisme coping dan untuk mencapai tujuan sosial.

2. Aspek *Sense of Humor*

Menurut Thorson dan Powell (1997) aspek-aspek dari *sense of humor*, adalah:

a. *Humor Production*

Menciptakan humor yaitu membuat, menghasilkan humor dari buah pikiran sendiri, dan bukan hanya mencontoh atau meniru.

b. *Coping Humor*

Mengatasi masalah dengan humor, yaitu penggunaan humor sebagai salah satu cara untuk mengatasi masalah yang menimpa diri seorang individu.

c. *Humor Appreciation*

Penghargaan terhadap humor, yaitu memberikan perhatian lebih terhadap segala sesuatu yang berhubungan dengan humor.

d. *Humor Tolerance*

Sikap menyenangkan humor, yaitu menerima segala sesuatu yang berhubungan dengan humor.

Selain itu, terdapat pula enam aspek *sense of humor* menurut Martin (2007), yaitu:

a. *Humor production*

Kemampuan kreatif menjadi humoris, membuat lelucon, mengidentifikasi hal yang lucu dalam sebuah situasi serta mengkreasikan dan menghubungkan situasi tersebut dengan cara-cara yang dapat menyenangkan orang lain

b. *Humor appreciation* (penghargaan terhadap humor)

Apresiasi atau respon terhadap orang-orang yang humoris dan situasi yang penuh humor. Respon yang diberikan dapat berupa tertawa atau paling tidak tersenyum jika ada orang yang melucu

c. *Sense of playfulness*

Kemampuan berada dalam kondisi yang senantiasa baik, menyenangkan, dalam suasana hati yang baik

d. *Personal recognition of humor*

Penggunaan humor dalam memandang absurditas hidup dan melihat diri sendiri sebagai orang yang humoris

e. Penggunaan humor sebagai mekanisme dalam beradaptasi

Kemampuan ‘menertawakan situasi’ atau mengatasi situasi sulit dengan menggunakan humor

- f. Kemampuan menggunakan humor dalam hubungan sosial

Kemampuan dalam meredakan situasi yang tegang atau kaku dan meningkatkan solidaritas dalam kelompok.

Maka dari itu penulis akan menggunakan aspek dari teori Thorson dan Powell (1997).

3. Faktor *Sense of Humor*

Menurut Mendatu (2008), faktor yang mempengaruhi sense of humor seseorang adalah:

1. Kepribadian

Kepribadian dapat mempengaruhi reaksi otak terhadap humor, dimana humor akan lebih menyenangkan bagi individu dengan kepribadian ekstrovert

2. Kebudayaan

Kebudayaan akan mempengaruhi cara seseorang memproses selera humor, dan hasilnya akan berbeda pada kebudayaan yang berbeda pula

3. Jenis kelamin

Perempuan membutuhkan waktu lebih lama daripada pria, namun tidak mengganggu kenikmatan mereka terhadap humor.

F. Kerangka Teoritik

Masa lansia atau dewasa akhir, sejumlah perubahan fisik semakin terlihat sebagai akibat dari masa penuaan. Proses penuaan sendiri di bagi menjadi dua yaitu yang pertama proses penuaan primer yang merupakan proses degenerasi tubuh yang perlahan tidak dapat di hindari, mulai dari awal kehidupan serta berlangsung selama bertahun – tahun dan proses ini tidak dapat di hentikan dengan cara apapun. Yang kedua yaitu proses penuaan sekunder yang di sebabkan oleh penyakit atau penyalahgunaan zat, proses penuaan jenis ini masih dapat di kontrol oleh seseorang Felman (2008). Dalam perkembangannya, para lansia juga memiliki konsep emosi yang juga mulai berubah, serta perlu memilki jaringan baik antar sekitar guna mencapai kebahagiaan.

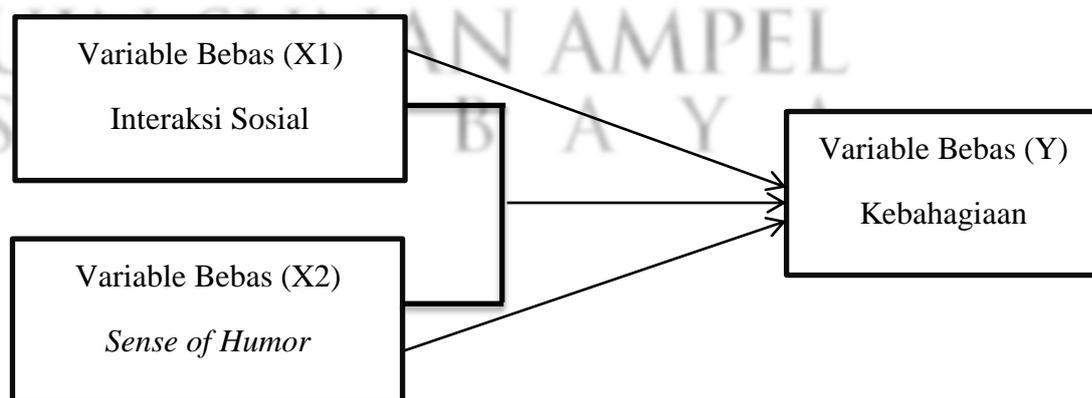
Kebahagiaan merupakan suatu konsep yang mengacu pada emosi positif yang dirasakan individu serta aktifitas – aktifitas positif yang tidak mempunyai komponen perasaan sama sekali atau yang disukai individu Seligman (2005). Interaksi sosial merupakan suatu hubungan antara individu satu dengan individu lainnya dimana individu yang satu dapat mempengaruhi individu yang lainnya sehingga terdapat hubungan yang saling timbale balik Bimo (Dayakisni & Hudaniyah; 2009).

Pada variabel kebahagiaan adapun faktor tersebut dikemukakan oleh Martin Seligman (2005) dalam faktor eksternal tentang kehidupan sosial untuk bisa berinteraksi dengan orang lain serta faktor internal tentang optimisme terhadap masa depan yang memberikan penjelasan bahwa *sense of*

humor menghadirkan tawa atau kebahagiaan dalam situasi yang mungkin sulit dan kontributor yang potensial yang dimiliki individual. Maka dari itu kebahagiaan merupakan suatu konsep yang mengacu pada emosi positif serta aktivitas-aktivitas positif (Seligman, 2005).

Pada variabel *sense of humor*, individu tersebut mempunyai sikap main-main atau rasa humor, sehingga individu suka tertawa dan membuat orang lain tersenyum, dapat dengan mudah melihat sisi positif kehidupan (Seligman, 2005). Memiliki *sense of humor* yang tinggi membuat seseorang menjadi lebih rileks dan tidak tegang (Hasanat dan Subandi, 1998). Menurut Thorson dan Powell (1997), *sense of humor* merupakan multidimensi dan di dalamnya termasuk kemampuan untuk membuat humor, mengenali humor, mengapresiasi humor, menggunakan humor sebagai mekanisme coping dan untuk mencapai tujuan sosial.

Dari kajian tersebut diatas, maka disusun kerangka teoritik sebagai berikut:



Gambar 2.1. Kerangka Teoritik

Keterangan :

X1 : Interaksi Sosial

X2 : *Sense of Humor*

Y : Kebahagiaan

—————→ : Hubungan secara parsial

F. Hipotesis

Berdasarkan pengkajian terkait teori-teori yang ada, hipotesis yang akan diajukan pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Hipotesis 1 : Terdapat hubungan antara interaksi sosial dengan kebahagiaan pada lansia
2. Hipotesis 2 : Terdapat hubungan antara *sense of humor* dengan kebahagiaan pada lansia
3. Hipotesis 3 : Terdapat hubungan antara interaksi sosial dan *sense of humor* dengan kebahagiaan lansia.

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian

Pada penelitian ini variabel yang akan diteliti yaitu interaksi sosial, *sense of humor* dan kebahagiaan. Dari variabel tersebut peneliti menjelaskan dengan detail terkait tujuan penelitian ini dilakukan. Setelah itu peneliti menentukan pendekatan yang digunakan dan juga menentukan teknik pengumpulan data yang digunakan sebagai bahan penulisan hasil penelitian.

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif. Metode kuantitatif merupakan metode yang meneliti sebuah fenomena atau gejala sosial yang lebih menekankan analisa menggunakan numeric untuk menyusun sebuah analisa statistika. Pendekatan yang digunakan yaitu pendekatan korelasional yang bertujuan untuk memperoleh bukti dengan menerapkan teknik serta metode khusus sehingga memperoleh hasil mengenai keterkaitan antar variabel yang akan diteliti (Neumann, 2014). Sejalan dengan (Mulyadi, 2011) pendekatan korelasional merupakan pendekatan yang dilakukan untuk menguji hubungan antar variabel yang dihipotesiskan.

B. Identifikasi Variabel

Pada penelitian ini peneliti menggunakan pendekatan kuantitatif. Untuk menguji hipotesis maka peneliti melakukan pengidentifikasian terkait variabel.

Dalam penelitian ini digunakan tiga variabel yaitu variabel interaksi sosial, *sense of humor*, dan kebahagiaan. Adapun variabel yang digunakan ialah:

1. Variabel independen (atau dikenal variabel bebas). Variabel bebas (X) pada penelitian ini adalah interaksi sosial (X1) dan *sense of humor* (X2). Variabel bebas di sini memiliki dua kemungkinan, yaitu memiliki hubungan atau tidak memiliki hubungan dengan variabel terikat.
2. Variabel dependen (atau dikenal dengan variabel terikat). Variabel dependent (Y) pada penelitian ini adalah kebahagiaan.

C. Definisi Operasional

1. Definisi Operasional Kebahagiaan

Kebahagiaan adalah suatu kepuasan yang ada pada dalam diri individu dikarenakan terpenuhinya kebutuhan dan keinginan yang diharapkan oleh individu tersebut sehingga merasakan emosi positif.

2. Definisi Operasional Interaksi Sosial

Interaksi sosial adalah hubungan timbal balik antara individu dengan individu yang lainnya atau antara individu dengan kelompok. Interaksi sosial dapat pula meningkatkan jumlah/kuantitas dan mutu/kualitas dari tingkah laku sosial individu sehingga individu makin matang dalam bertingkah laku sosial dengan individu lain di dalam situasi sosial.

3. Definisi Operasional *Sense of Humor*

Sense of humor adalah kemampuan seseorang menggunakan humor untuk menyelesaikan masalah dan merubah emosi negatif menjadi emosi

positif yang ada pada dirinya sehingga individu tersebut menjadi rileks dan tenang. Dengan memiliki *sense of humor* yang tinggi membuat seseorang menjadi lebih rileks dan tidak tegang.

D. Teknik Sampling

Teknik sampling yang digunakan dalam pengambilan sampel pada penelitian ini yaitu *cluster sampling* yaitu melakukan randomisasi terhadap kelompok bukan terhadap subjek secara individu (Arikunto, 2006).

E. Populasi

Populasi merupakan keseluruhan dari kelompok yang akan diteliti (Priyono, 2016). Populasi ialah wilayah yang terdiri dari obyek ataupun subyek yang memiliki kualitas dan karakter tertentu yang digunakan oleh peneliti kemudian dipelajari dan disimpulkan. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah masyarakat lanjut usia yang berada di wilayah Surabaya barat yang tersebar dalam tujuh kecamatan.

F. Sampel

Sampel merupakan pengambilan dari bagian populasi yang dijadikan sebagai objek penelitian (Surahman *et.al*, 2016). Besaran sampel yang diambil nantinya akan mewakili dari populasi dengan memperhatikan teknik pengambilan sampel yang tepat (Surahman *et.al*, 2016).

Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner atau angket. Jika memang nantinya peneliti memungkinkan melakukan penyebaran langsung kepada lansia maka peneliti melakukan penyebaran dengan mendatangi lansia tersebut. Populasi penelitian yang diambil merupakan lansia di Surabaya

Barat sekitar 4.634 orang, hal ini sesuai dengan rekapitulasi pemerintah Kota Surabaya pada tahun 2020 terakhir dengan total seluruh di Kota Surabaya yakni 253.751 orang lansia.

Pengambilan sampel menggunakan nilai kritis/ batas ketelitian sebesar 10% dihitung menggunakan rumus Slovin (Priyono, 2016), yaitu :

$$= \frac{N}{1 + Ne^2} = \frac{4.634}{1 + 4.634 \cdot (0,1)^2} = 98,5$$

Keterangan :

n : Jumlah sampel.

N : Jumlah populasi.

e : Nilai kritis (Batas ketelitian) yang diinginkan (Persen kelonggaran ketidaktelitian karena kesalahan penarikan sampel).

Sehingga, Sampel penelitian dapat dibulatkan menjadi 100 lansia yang merupakan warga Surabaya Barat.

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

G. Instrumen Penelitian

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu teknik pengumpulan data dengan penyebaran kuesioner kepada subjek. Kuesioner merupakan alat untuk mengumpulkan data primer dari responden berupa jawaban atau opini responden terkait informasi pribadi misalnya sikap, opini, harapan maupun keinginan (Pujihastuti, 2010). Penelitian ini menggunakan instrument penelitian untuk mengukur tingkat interaksi sosial, *sense of humor* dan juga kebahagiaan.

Model skala yang digunakan dalam penelitian ini yaitu skala likert. Likert menurut (Budiaji, 2013) merupakan model skala yang menyajikan butir-butir pernyataan dan umumnya bentuk respon yang disediakan berupa 5 pilihan yaitu sangat setuju, setuju, netral, tidak setuju, dan sangat setuju. Skala likert banyak digunakan peneliti sebagai alat indikator suatu sikap, pendapat, atau persepsi seseorang tentang gejala sosial karena penggunaannya yang mudah (Budiaji, 2013).

Pilihan respon pada setiap aitem memiliki penggambaran penilaian sangat positif hingga sangat negatif. Pada penelitian ini peneliti menyediakan 5 pilihan respon, yaitu sangat setuju (SS), setuju (S), tidak setuju (TS) dan sangat tidak setuju (STS). Peneliti menghilangkan jawaban netral (N) agar responden dapat menentukan sikap terhadap pernyataan yang disajikan dan tidak ada kesempatan responden memilih respon ragu-ragu atau netral (Mawardi, 2019).

Dalam suatu penelitian di skala penelitian perlu dikatakan sebuah validasi dan reliabilitas. Skala pengukuran dalam penelitian dikatakan valid apabila skala tersebut mampu mengukur apa yang seharusnya diukur dan memastikan sebuah validasi dalam skala atau instrument penelitian atau reliabilitas pada suatu skala terdapat konsistensi dan stabil dalam hasil skala yang digunakan (Sarwono, 2006).

Adapun prosedur dalam menguji validitas pada penelitian yaitu menggunakan validitas dan dalam menguji validitas dan reliabilitas dapat menggunakan bantuan program *Statistical Package Social Science (SPSS)*.

Tabel 3.1. Skoring Skala Psikologi

Pilihan	Nilai	
	Favourable (F)	Unfavourable (UF)
SS (Sangat Setuju)	4	1
S (Setuju)	3	2
TS (Tidak Setuju)	2	3
STS (Sangat Tidak Setuju)	1	4

1. Skala Kebahagiaan (*Happiness*)

a. *Blueprint* Kebahagiaan (*Happiness*)

Skala yang digunakan pada penelitian ini adalah skala kebahagiaan yang disusun menggunakan komponen kebahagiaan yang dikemukakan oleh Diener (Eid & Larsen, 2008; Biswas-Diener & Dean, 2007) yaitu komponen afektif dan komponen kognitif. Dalam skala yang akan mengukur kebahagiaan pada lansia dengan memodifikasi penelitian dari Inayah Mardiyah (2011) :

Tabel 3.2. Blueprint Skala Kebahagiaan

No.	Aspek	F	UF	Jumlah
a.	Komponen kognitif : meliputi <i>Life Satisfaction</i> , Domain satisfaction (kesehatan, keluarga, keuangan, pekerjaan, teman sebaya, waktu luang, diri sendiri).	3,4,5,6, 7, 9, 10	1, 2, 8	10
b.	Komponen Afektif : Menunjukkan respon emosi positif dan jarang mengalami emosi negatif dalam kesehatan, keuangan, pekerjaan, teman sebaya, waktu luang, diri sendiri	11,12, 13,14, 15,16, 17,18	19, 20	10
TOTAL		15	5	20

b. Uji Validitas Kebahagiaan (*Happiness*)

Pengukuran validitas dalam penelitian ini menggunakan korelasi *product moment pearson*. Untuk mengetahui valid tidaknya suatu aitem maka dapat melihat nilai sig dan nilai r tabel. Aitem dikatakan valid apabila memiliki nilai sig diatas 0,05 dan memiliki nilai rhitung > rtabel. Jumlah subjek sebanyak 100 orang menghasilkan nilai r tabel sebesar 0,196. Pengujian validitas dilakukan dengan program SPSS 22. Kebahagiaan memiliki 20 aitem dimana terdapat 15 aitem *favorable* dan 5 aitem *unfavorable*. Berikut adalah hasil pengujian validitas pada variabel kebahagiaan :

Tabel 3.3. Hasil Uji Validitas Kebahagiaan

Aitem	Corrected Item- Total Correlation	Keterangan	Aitem	Corrected Item- Total Correlation	Keterangan
A1	.653	Valid	A11	.650	Valid
A2	.488	Valid	A12	.751	Valid
A3	.416	Valid	A13	.752	Valid
A4	.907	Valid	A14	.947	Valid
A5	.880	Valid	A15	.752	Valid
A6	.712	Valid	A16	.928	Valid
A7	.798	Valid	A17	.884	Valid
A8	.816	Valid	A18	.683	Valid
A9	.900	Valid	A19	.705	Valid
A10	.764	Valid	A20	.734	Valid

Berdasarkan tabel uji validitas diatas dapat dikatakan bahwa semua aitem dinyatakan valid karena r hitung $<$ r tabel. Hal ini berarti bahwa nilai r hitung lebih besar dari 0,1966.

c. Uji Reliabilitas Kebahagiaan

Uji reliabilitas merupakan uji untuk mengetahui tingkat kepercayaan, konsistensi, atau kestabilan hasil pengukuran dari skala yang digunakan (Budiastuti dan Bandur, 2018). Menurut Sugiyono (2012), sebuah instrumen dikatakan reliabel apabila memiliki koefisien reliabilitas sebesar 0,6 atau lebih. Pada penelitian ini uji reliabilitas menggunakan SPSS Statistics (*Statistical Program of Social Science*) 25 version for windows. Berikut adalah hasil uji reliabilitas dari variabel kebahagiaan:

Tabel 3.4. Hasil Uji Reliabilitas Kebahagiaan

Cronbach's Alpha	N of Items
.961	20

Berdasarkan tabel hasil uji reliabilitas diatas menunjukkan bahwa hasil cronbach's alpha variabel kebahagiaan sebesar 0,961. Hal ini

menunjukkan bahwa nilai tersebut lebih besar dari 0,6 sehingga dapat dikatakan bahwa alat ukur kebahagiaan dinyatakan reliabel.

2. Skala Interaksi Sosial

a. *Blueprint* Interaksi Sosial

Skala yang digunakan pada penelitian ini adalah skala interaksi sosial yang disusun menggunakan komponen interaksi sosial yang dikemukakan oleh Sears (1991). Instrumen ini memuat aspek-aspek dengan memodifikasi dari penelitian Dini Parwiti (2016) :

Tabel 3.5. *Blueprint* Skala Interaksi Sosial

No	Aspek	F	UF	Jumlah
1.	Kerja Sama : Orientasi dari individu terhadap kelompok, Menyadari bahwa mempunyai kepentingan yang sama, Pengendalian untuk memenuhi kepentingan melalui kerja sama	1,4, 6, 9, 20	2,3,5, 11	9
2.	Akomodasi : Menyelesaikan suatu pertikaian atau konflik	13	12, 16	3
3	Asimilasi : Toleransi terhadap masyarakat, Sikap menghargai orang lain, Mengurangi perbedaan paham antar kelompok	7,8,10, 14, 15, 18,19	11	8
TOTAL		13	7	20

b. Uji Validitas Interaksi Sosial

Uji validitas bertujuan untuk mengetahui kevalidan suatu pernyataan dengan cara melihat seberapa mampu pernyataan tersebut dapat mengungkap suatu kondisi atau konsep yang diteliti (Suharso, 2012).

Tabel 3.6. Hasil Uji Validitas Interaksi Sosial

Aitem	Corrected Item- Total Correlation	Keterangan	Aitem	Corrected Item- Total Correlation	Keterangan
A1	.825	Valid	A11	.550	Valid
A2	.848	Valid	A12	.777	Valid
A3	.618	Valid	A13	.670	Valid
A4	.750	Valid	A14	.791	Valid
A5	.731	Valid	A15	.799	Valid
A6	.659	Valid	A16	.833	Valid
A7	.710	Valid	A17	.647	Valid
A8	.887	Valid	A18	.773	Valid
A9	.661	Valid	A19	.943	Valid
A10	.778	Valid	A20	.902	Valid

Berdasarkan tabel uji validitas di atas dapat dikatakan bahwa semua aitem dinyatakan valid karena r hitung $<$ r tabel. Hal ini berarti bahwa nilai r hitung lebih besar dari 0,1966.

c. Uji Reliabilitas Interaksi Sosial

Berikut adalah hasil uji reliabilitas dari variabel interaksi sosial:

Tabel 3.7. Hasil Uji Reliabilitas Interaksi Sosial

Cronbach's Alpha	N of Items
.959	20

Berdasarkan tabel hasil uji reliabilitas di atas menunjukkan bahwa hasil *cronbach's alpha* variabel interaksi sosial sebesar 0,959. Hal ini

menunjukkan bahwa nilai tersebut lebih besar dari 0,6 sehingga dapat dikatakan bahwa alat ukur kebahagiaan dinyatakan reliabel.

3. Skala *Sense of Humor*

a. *Blueprint Sense of Humor*

Adapun keempat aspek yang terdiri dari *humor production*, *coping with humor*, *humor appreciation*, dan *attitude toward humor* akan digunakan sebagai dasar dari skala *sense of humor*. Aspek ini disuse berdasarkan aspek-aspek *sense of humor* dari teori Thorson & Powell (1997) yang sudah memuat aitem *favourable* dan *unfavorable* dengan jumlah aitem yang menyesuaikan kondisi subjek peneliti lansia sehingga menghindari aitem yang terlalu banyak.

Tabel 3 8. *Blueprint Skala Sense of Humor*

No	Aspek	F	UF	Jumlah
1.	<i>Humor Production</i> : Menciptakan humor yaitu membuat, menghasilkan humor dari buah pikiran sendiri, dan bukan hanya mencontoh atau meniru.	1, 2, 3	4, 5	5
2.	<i>Coping Humor</i> : Adanya penggunaan humor sebagai salah satu cara untuk mengatasi masalah yang menimpa diri seorang individu	6, 7, 8	9, 10	5
3.	<i>Humor Appreciation</i> : Adanya <i>feedback</i> / memberikan perhatian lebih terhadap segala sesuatu yang berhubungan dengan humor.	11,12, 13	14, 15	5
4.	<i>Attitude Toward Humor</i> : Sikap menerima segala sesuatu yang berhubungan dengan humor	16, 17	18,19, 20	5
Total		11	9	20

b. Uji Validitas *Sense of Humor*

Berikut adalah hasil pengujian validitas pada variabel *sense of humor* :

Tabel 3.9. Hasil Uji Validitas *Sense of Humor*

Aitem	Corrected Item- Total Correlation	Keterangan	Aitem	Corrected Item- Total Correlation	Keterangan
A1	.490	Valid	A11	.883	Valid
A2	.902	Valid	A12	.884	Valid
A3	.904	Valid	A13	.614	Valid
A4	.773	Valid	A14	.637	Valid
A5	.924	Valid	A15	.584	Valid
A6	.784	Valid	A16	.831	Valid
A7	.729	Valid	A17	.838	Valid
A8	.830	Valid	A18	.569	Valid
A9	.676	Valid	A19	.643	Valid
A10	.506	Valid	A20	.549	Valid

Berdasarkan tabel uji validitas diatas dapat dikatakan bahwa semua aitem dinyatakan valid karena r hitung $<$ r tabel. Hal ini berarti bahwa nilai r hitung lebih besar dari 0,1966.

c. Uji Reliabilitas *Sense of Humor*

Berikut adalah hasil uji reliabilitas dari variabel *sense of humor*:

Tabel 3 10. Hasil Uji Reliabilitas *Sense of Humor*

Cronbach's Alpha	N of Items
.954	20

Berdasarkan tabel hasil uji reliabilitas diatas menunjukkan bahwa hasil cronbach's alpha variabel *sense of humor* sebesar 0,954. Hal ini menunjukkan bahwa nilai tersebut lebih besar dari 0,6 sehingga dapat dikatakan bahwa alat ukur kebahagiaan dinyatakan reliabel.

H. Analisis Data

Pada penelitian ini Metode analisis yang digunakan adalah metode parametrik yaitu analisis korelasi *Pearson Product Moment*. Korelasi *Pearson* ini dikemukakan oleh Karl Pearson sekitar tahun 1990. Menurut Sugiyono (2013), korelasi *Pearson* digunakan untuk mencari hubungan dan membuktikan hipotesis hubungan dua variable (*bivariate*) yang berbentuk interval atau rasio, dan sumber data dari dua variable atau lebih tersebut sama. Tujuan analisis korelasi *Pearson* ini untuk mencari korelasi koefisien yang disimbolkan dengan r , yang berguna untuk mengetahui derajat hubungan dan menyatakan besar kontribusi antara variable bebas dan terikat.

Tabel 3.11. Interpretasi Koefisien Korelasi *Pearson*

Nilai r	Interpretasi
0,00 – 0,199	Sangat Rendah
0,20 – 0,399	Rendah
0,40 – 0,599	Sedang
0,60 – 0,799	Kuat
0,80 – 1,00	Sangat Kuat

Aplikasi yang digunakan dalam Analisa data yaitu SPSS (*Statistical Package For Social Science*) versi 22. Analisis ini bertujuan untuk memberikan estimasi besarnya koefisien dari persamaan yang bersifat linier dengan melibatkan dua variabel bebas dan satu variabel terikat. Analisis data tersebut akan menunjukkan informasi besarnya pengaruh antara 2 variabel bebas yaitu interaksi sosial dan *sense of humor* terhadap variabel terikat yaitu kebahagiaan.

Sebelum melakukan analisis data peneliti akan melakukan uji asumsi (uji ini dilaksanakan peneliti untuk mengetes kualitas dari data) yaitu uji normalitas dan juga uji linieritas, yaitu: (Darmawan dkk: 2015)

1. Uji Normalitas

Uji ini dilakukan untuk mengetahui data dari variabel independen serta dependen yang dipakai mempunyai distribusi yang normal ataupun tidak normal. Adapun prosedur normalitas populasi dengan menggunakan metode *Lilliefors* adalah:

H_0 : Data berdistribusi normal

H_1 : Data berdistribusi tidak normal

2. Uji Linieritas

Uji ini digunakan untuk memenuhi syarat pada analisis regresi yang mengharuskan adanya hubungan fungsional antara X dan Y, pada populasi, yang linear. Adapun prosedur uji linieritas adalah sebagai berikut:

H_0 : Hubungan antara X dan Y linier

H_1 : Hubungan antara X dan Y tidak linier

Kemudian hasil uji normalitas dan linieritas dilakukan sebagai syarat sebelum melakukan uji korelasi sehingga nantinya peneliti dapat menarik hasil yang seharusnya ditarik dan tidak terjadi penyimpangan.

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Persiapan dan Pelaksanaan Penelitian

Sebelum melakukan penelitian diperlukan persiapan yang bertujuan untuk memberikan hasil yang terbaik. Persiapan diharapkan dapat mengurangi beberapa kendala yang terjadi ketika melakukan penelitian. Berikut beberapa persiapan yang dilakukan dalam penelitian ini :

1. Peneliti mengenali masalah yang akan diteliti, seperti merumuskan masalah dan tujuan penelitian. Selanjutnya peneliti memutuskan untuk menggunakan metode kuantitatif. Setelah itu peneliti menentukan tema penelitian, variabel penelitian, dan hipotesis. Kemudian peneliti melakukan studi literatur yang bertujuan untuk memudahkan peneliti mempelajari teori, hipotesis, dan untuk mendukung variabel yang diteliti.
2. Peneliti menentukan subjek dan memastikan kesesuaian kriteria responden agar memberikan hasil yang sesuai dengan apa yang diharapkan peneliti. Fokus pada penelitian ini adalah lansia yang berdomisili di Surabaya Barat.
3. Peneliti melakukan penyusunan alat ukur dengan melakukan modifikasi terhadap alat ukur yang sudah ada yang bertujuan untuk menyesuaikan dengan penelitian yang dilakukan.
4. Pengambilan data dilakukan secara langsung dengan terjun ke lapangan pada tanggal 9 Februari 2022 - 15 Maret 2022 dengan menyebarkan

5. kuisisioner *based on paper* kepada lansia dan sebagian dengan menggunakan bantuan *google form*.

B. Deskripsi Subjek Penelitian

Subjek pada penelitian ini adalah lansia yang berdomisili di Surabaya Barat, yang mana jumlah populasi infinit sehingga peneliti menggunakan rumus pengambilan sampel dari Lemeshow (1997) dan mendapati jumlah sebanyak 96 responden, namun peneliti menggenapinya menjadi 100 responden. Adapun deskripsi subjek yang dapat dipaparkan dalam beberapa kategori, antara lain :

1. Deskripsi Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin

Tabel 4.1. Pengelompokan Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase
Perempuan	47	47%
Laki-laki	53	53%
Total	100	100%

Laki-Laki
53%

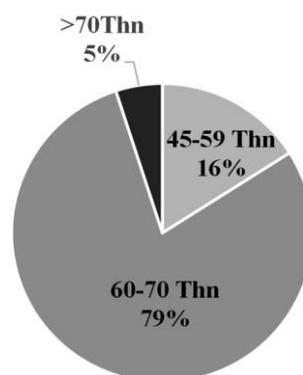
Gambar 4.1. Pengelompokan Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin

Pada tabel di atas menunjukkan bahwa terdapat 100 lansia dengan persebaran lansia perempuan sebanyak 47 orang dengan jumlah persentase sebanyak 47%, sedangkan untuk lansia dengan jenis kelamin laki-laki berjumlah 53 orang dengan persentase sejumlah 53%.

2. Deskripsi Subjek Berdasarkan Usia

Tabel 4.2. Pengelompokan Subjek Berdasarkan Usia

	Usia	Frekuensi	Persentase
P	45 – 59 Tahun	16	16%
	60 – 70 Tahun	79	79%
a	>70 Tahun	5	5%
	Total Keseluruhan	100	100%



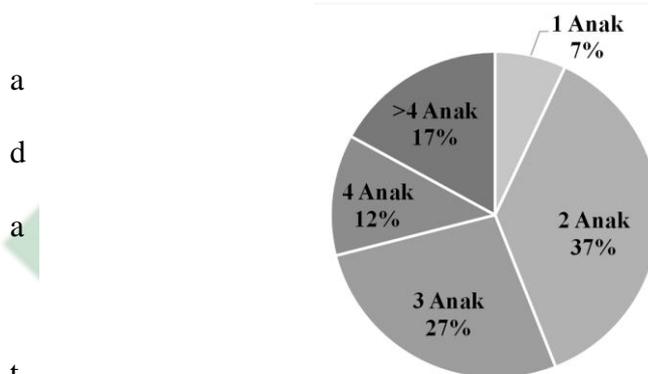
Gambar 4.2. Pengelompokan Subjek Berdasarkan Usia

da tabel di atas menunjukkan bahwa rentang usia lansia di Surabaya Barat dengan persebaran lansia berusia antara 45 – 59 tahun sebanyak 16 orang dengan jumlah persentase sebanyak 16%, lansia berusia antara 60 – 70 tahun berjumlah 79 orang atau memiliki persentase sebanyak 79%, sedangkan untuk lansia yang berusia diatas 70 tahun berjumlah 5 orang dengan persentase sejumlah 5%.

3. Deskripsi Subjek Berdasarkan Jumlah Anak

Tabel 4.3. Pengelompokan Subjek Berdasarkan Jumlah Anak

Jumlah Anak	Frekuensi	Persentase
1	7	7%
2	37	37%
3	27	27%
4	12	12%
>4	17	17%
Total Keseluruhan	100	100%



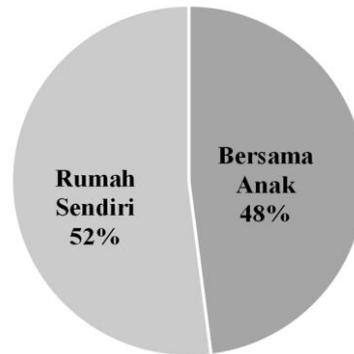
Gambar 4.3. Pengelompokan Subjek Berdasarkan Jumlah Anak

bel di atas menunjukkan bahwa terdapat 100 lansia dengan persebaran lansia yang memiliki 1 anak sebanyak 7 orang dengan jumlah persentase sebanyak 7%, lansia yang memiliki 2 anak berjumlah 37 orang atau memiliki persentase sebanyak 37%, lansia yang memiliki 3 anak berjumlah 27 orang dengan persentase sebanyak 27%, lansia yang memiliki 4 anak berjumlah 12 orang dengan persentase sebanyak 12%, sedangkan untuk lansia yang memiliki anak lebih dari 4 berjumlah 17 orang dengan persentase sejumlah 17%.

4. Deskripsi Subjek Berdasarkan Tempat Tinggal

Tabel 4.4. Pengelompokan Subjek Berdasarkan Tempat Tinggal

Tempat Tinggal	Frekuensi	Persentase
Tempat Tinggal	48	48%
Bersama Anak	52	52%
Total Keseluruhan	100	100%



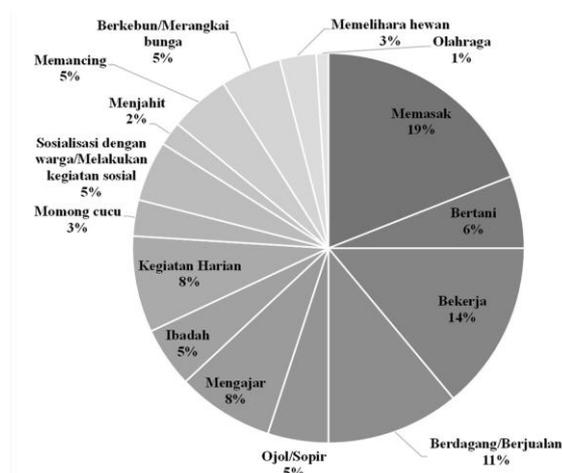
Gambar 4.4. Pengelompokan Subjek Berdasarkan Tempat Tinggal

Pada tabel diatas menunjukkan bahwa terdapat 100 lansia dengan persebaran lansia yang tinggal bersama anaknya berjumlah 48 orang dengan jumlah persentase sebanyak 48%, sedangkan untuk lansia yang tinggal dirumah sendiri berjumlah 52 orang dengan persentase sejumlah 52%.

5. Deskripsi Subjek Berdasarkan Kegiatan Yang Sering Dilakukan

Tabel 4.5. Pengelompokan Subjek Berdasarkan Kegiatan Yang Sering Dilakukan

Kegiatan Yang Sering Dilakukan	Frequency	Percent
Memasak	19	19%



Gambar 4.5. Pengelompokan Subjek Berdasarkan Kegiatan Yang Sering Dilakukan

Bertani	6	6%
Bekerja	14	14%
Berdagang/Berjualan	11	11%
Ojol/Sopir	5	5%
Mengajar	8	8%
Ibadah	5	5%
Kegiatan Harian	8	8%
Momong cucu	3	3%
Sosialisasi dengan warga/Melakukan kegiatan sosial	5	5%
Menjahit	2	2%
Memancing	5	5%
Berkebun/Merangkai bunga	5	5%
Memelihara hewan	3	3%
Olahraga	1	1%
Total	100	100%

Pada tabel diatas menunjukkan jenis-jenis kegiatan yang sering dilakukan oleh lansia di Surabaya Barat. Lansia yang sering melakukan kegiatan memasak seperti membuat kue dan masakan lainnya berjumlah 19 orang atau memiliki persentase sebesar 19%, lansia yang sering melakukan kegiatan bertani di sawah berjumlah 6 orang dengan persentase 6%, lansia yang sering melakukan kegiatan bekerja seperti menjadi buruh atau kuli bangunan dan pekerjaan lainnya berjumlah 14 orang dnegan persentase 14%, lansia yang sering berjualan atau berdagang seperti berjualan di pasar atau menjual es degan atau menjual sembako berjumlah 11 orang dengan persentase 11%, lansia yang melakukan kegiatan sebagai ojol atau sopir berjumlah 5orang dengan persentase 5%, lansia yang sering melakukan kegiatan mengajar seperti mengajar di sekolah atau mengajar ngaji berjumlah 8 orang dengan persentase 8%, lansia yang sering melakukan kegiatan peribadahan berjumlah 5 orang dengan

persentase 5%, lansia yang melakukan kegiatan sehari-hari seperti menonton tv atau youtube atau bersantai berjumlah 8 orang dengan persentase sebanyak 8%, lansia yang sering memomong cucu atau mengasuh cucunya berjumlah 3 orang dengan persentase 3%, lansia yang sering melakukan sosialisasi dengan warga atau melakukan kegiatan sosial berjumlah 5 orang dengan persentase 5%, lansia yang sering melakukan kegiatan menjahit berjumlah 2 orang dengan persentase 2%, lansia yang sering melakukan kegiatan memancing berjumlah 5 orang dengan persentase 5%, lansia yang sering melakukan kegiatan berkebun atau merangkai bunga berjumlah 5 orang dengan persentase 5%, lansia yang sering melakukan kegiatan memelihara hewan berjumlah 3 orang dengan persentase 3%, sedangkan lansia yang sering berolahraga berjumlah 1 orang dengan persentase sebesar 1%, sehingga jika ditotal secara keseluruhan berjumlah 100%.

C. Deskripsi Data

1. Uji Deskriptif

Uji deskriptif bertujuan untuk mengetahui kategori dari masing-masing variabel penelitian, dalam hal ini peneliti menggunakan klasifikasi tinggi, sedang, dan rendah. Perhitungan kategorisasi variabel menggunakan bantuan *software Statistical Product and Service Solutions (SPSS) 22 for windows*.

Tabel 4.6. Uji Deskripsi Data Statistik

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Interaksi Sosial	100	66	80	73,42	3,712
<i>Sense Of Humor</i>	100	65	80	72,45	3,906
Kebahagiaan	100	65	80	72,93	4,038

Berdasarkan data deskriptif statistik diatas diketahui bahwa jumlah keseluruhan subjek penelitian ini yaitu 100 orang. Diketahui dari tabel diatas bahwa batas minimum variabel interaksi sosial sebesar 66 dan batas maksimum sebesar 80 dengan nilai rata-rata 73,42 dan standar deviasi sebesar 3,712. Kemudian pada variabel *sense of humor* nilai batas minimumnya sebesar 65 dan nilai maksimum sebesar 80 dengan rata-rata 72, 45 dan standar deviasi sebesar 3,906. Sedangkan untuk variabel kebahagiaan memiliki nilai minimum sebesar 65 dan nilai maksimum sebesar 80 dengan nilai rata-rata sebesar 72,93 dan nilai standar deviasi sebesar 4,038.

a. Deskripsi Kategorisasi data

Berikut tabel yang menjelaskan skor kategorisasi dalam penelitian ini, sebagai berikut :

Tabel 4.7. Norma Kategorisasi

Rumus	Keterangan
$X > (\text{Mean} + 1 \text{ SD})$	Tinggi
$(\text{Mean} - 1 \text{ SD}) < X < (\text{Mean} + 1 \text{ SD})$	Sedang
$X < (\text{Mean} - 1 \text{ SD})$	Rendah

Kategorisasi data dalam penelitian ini menunjukkan nilai mean dan standar deviasi pada tiap-tiap variabel. Apabila telah diperoleh hasilnya maka akan dikelompokkan menjadi tiga kategorisasi data yaitu tinggi, sedang, dan rendah yang dibantu

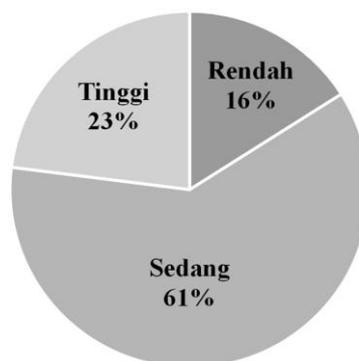
dengan *Statistical Product and Service Solutions SPSS 22 for windows* berikut penjelasannya :

1) Kebahagiaan

Berikut tabel kategorisasi variabel kebahagiaan sesuai dengan norma yang berlaku :

Tabel 4.8. Kategorisasi Kebahagiaan

Kategori	Jumlah subjek	Persentase
Rendah	16	16 %
Sedang	61	61%
Tinggi	23	23 %
Total	100	100%



Gambar 4.6. Kategorisasi Kebahagiaan

Berdasarkan tabel 4.8 di atas diketahui terdapat 16 subjek dengan kategori kebahagiaan rendah atau 16%, terdapat lansia dengan kategori kebahagiaan sedang sebanyak 61 orang atau 61%, dan terdapat 23 lansia dengan kategori tinggi atau sebesar 23%, sehingga total jumlah keseluruhan persentase sebesar 100%.

Hasil penjelasan di atas menunjukkan bahwa lansia lebih didominasi merasakan kebahagiaan dengan kategori sedang

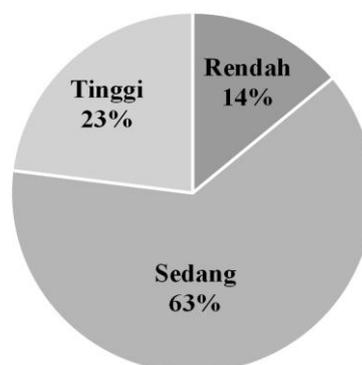
yaitu ditunjukkan oleh persentase sebesar 61% dengan jumlah subjek 61 orang, selanjutnya kategori tinggi yang ditunjukkan dengan jumlah persentase sebesar 23% atau sebesar 23 orang, dan terakhir dengan kategori kebahagiaan rendah sebesar 16% atau sebanyak 16 orang.

2) Interaksi Sosial

Berikut tabel kategorisasi variabel interaksi sosial sesuai dengan norma yang berlaku :

Tabel 4.9. Kategorisasi Interaksi Sosial

Kategori	Jumlah subjek	Persentase
Rendah	14	14 %
Sedang	63	63%
Tinggi	23	23 %
Total	100	100%



Gambar 4.7. Kategorisasi Interaksi Sosial

Berdasarkan tabel 4.9 di atas diketahui terdapat 14 subjek dengan kategori kebahagiaan rendah atau 14%, terdapat lansia dengan kategori kebahagiaan sedang sebanyak 63 orang atau 63%, dan terdapat 23 lansia dengan kategori tinggi atau

sebesar 23%, sehingga total jumlah keseluruhan persentase sebesar 100%.

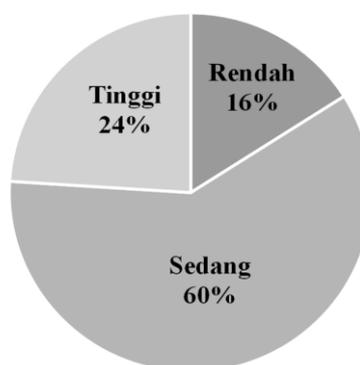
Hasil penjelasan diatas menunjukkan bahwa lansia lebih didominasi merasakan kebahagiaan dengan kategori sedang yaitu ditunjukkan oleh persentase sebesar 63% dengan jumlah subjek 63 orang, selanjutnya kategori tinggi yang ditunjukkan dengan jumlah persentase sebesar 23% atau sebesar 23 orang, dan terakhir dengan kategori kebahagiaan rendah sebesar 14% atau sebanyak 14 orang.

3) *Sense of Humor*

Berikut tabel kategorisasi variabel *sense of humor* sesuai dengan norma yang berlaku :

Tabel 4.10. Kategorisasi *Sense of Humor*

Kategori	Jumlah subjek	Persentase
Rendah	16	16 %
Sedang	60	60%
Tinggi	24	24 %
Total	100	100%



Gambar 4.8. Kategorisasi *Sense of Humor*

rkan tabel 4.10 diatas diketahui terdapat 16 subjek dengan

kategori kebahagiaan rendah atau 16%, terdapat lansia dengan kategori kebahagiaan sedang sebanyak 60 orang atau 60%, dan terdapat 24 lansia dengan kategori tinggi atau sebesar 24%, sehingga total jumlah keseluruhan persentase sebesar 100%.

Hasil penjelasan diatas menunjukkan bahwa lansia lebih didominasi merasakan kebahagiaan dengan kategori sedang yaitu ditunjukkan oleh persentase sebesar 60% dengan jumlah subjek 60 orang, selanjutnya kategori tinggi yang ditunjukkan dengan jumlah persentase sebesar 24% atau sebesar 24 orang, dan terakhir dengan kategori kebahagiaan rendah sebesar 16% atau sebanyak 16 orang.

b. Deskripsi Data Berdasarkan Data Demografis

Berikut deskripsi data berdasarkan data demografis :

- 1) Deskripsi data berdasarkan jenis kelamin responden

Tabel 4.11. Deskripsi Data Berdasarkan Jenis Kelamin Responden

Variabel	Jenis Kelamin	N	Min.	Max.	Mean	Std. Deviation
Interaksi	Perempuan	47	66	80	73,55	3,988
	Laki-Laki	53	66	79	73,30	3,484
<i>Sense Of Humor</i>	Perempuan	47	65	80	72,40	4,142
	Laki-Laki	53	65	80	72,49	3,724
Kebahagiaan	Perempuan	47	65	80	73,04	4,091
	Laki-Laki	53	65	80	72,83	4,027

Berdasarkan tabel 4.11 diatas pada tabel interaksi

sosial nilai rata-rata tertinggi ada pada responden berjenis kelamin perempuan dengan nilai rata-rata 73,55. Sedangkan

nilai rata-rata terendah ada pada responden berjenis kelamin laki-laki dengan nilai rata-rata 73,30. Pada variabel *sense of humor* memperoleh nilai rata-rata tertinggi pada responden berjenis kelamin laki-laki 72,49 dengan jumlah 53 orang, sedangkan nilai terendah ada pada responden berjenis kelamin perempuan dengan nilai rata-rata 73,40. Kemudian pada variabel kebahagiaan nilai rata-rata tertinggi terdapat pada responden berjenis kelamin perempuan 73,04, sedangkan yang nilai rata-rata terendah terdapat pada responden berjenis kelamin laki-laki yang berjumlah 53 orang dengan nilai rata-rata sebesar 72,83. Dari perolehan nilai tersebut dapat ditarik kesimpulan bahwa responden perempuan memiliki tingkat interaksi sosial dan kebahagiaan yang tinggi, dan responden berjenis kelamin laki-laki memiliki *sense of humor* yang lebih tinggi dibandingkan dengan perempuan.

2) Deskripsi data berdasarkan usia responden

Tabel 4.12. Deskripsi Data Berdasarkan Usia Responden

Variabel	Usia	N	Min.	Max.	Mean	Std. Deviation
Interaksi Sosial	45 – 59 tahun	16	66	80	73,75	4,655
	60 – 70 tahun	79	66	80	73,35	3,581
	>70	5	70	77	73,40	3,050
Sense Of Humor	45 – 59 tahun	16	65	79	70,19	3,987
	60 – 70 tahun	79	66	80	70,19	3,987
	>70	5	67	77	72,80	4,382

Kebahagiaan	45 – 59 tahun	16	65	79	72,13	3,581
	60 – 70 tahun	79	65	80	73,20	3,986
	>70	5	67	77	72,80	4,382

Berdasarkan tabel 4.12 diatas dapat diketahui pada variabel interaksi sosial nilai rata-rata tertinggi ada pada responden dengan rentan usia 45 – 59 tahun dengan nilai rata-rata sebesar 73,75. Sedangkan nilai rata-rata terendah ada pada responden dengan rentan usia 60-70 tahun dengan nilai sebesar 73,35 yang berjumlah 79 orang. Kemudian pada variabel *sense of humor* nilai rata-rata tertinggi terdaat pada resonden dengan rentan usia 70 tahun keatas dengan nilai sebesar 72,80 yang berjumlah 5 orang, sedangkan nilai rata-rata terendah ada pada responden dengan rentan usia 45-59 tahun. Selanjutnya nilai rata-rata tertinggi pada variabel kebahagiaan terdapat pada responden dengan rentan usia 60-70 tahun dengan nilai sebesar 73,20 dan nilai rata-rata terendah ada pada responden dengan rentan usia 45-59 tahun dengan nilai sebesar 72,13.

3) Deskripsi data berdasarkan jumlah anak responden

Tabel 4.13.Deskripsi Data Berdasarkan Jumlah Anak Responden

Variabel	Jumlah Anak	N	Min.	Max.	Mean	Std. Deviation
Interaksi Sosial	1	7	70	78	73,57	2,507
	2	37	66	80	73,54	4,525
	3	27	66	80	74,19	3,375
	4	12	67	79	72,75	3,338

Sense Of Humor	> 4	17	68	78	72,35	2,805
	1	7	68	80	74,29	4,645
	2	37	65	80	71,62	3,774
	3	27	67	80	73,37	3,753
	4	12	66	77	73,67	4,499
	> 4	17	66	78	72,00	3,824
Kebahagiaan	1	7	65	79	73,29	4,645
	2	37	65	80	71,62	3,774
	3	27	67	79	74,19	4,010
	4	12	67	77	71,75	3,793
	> 4	17	66	78	72,00	3,824

Berdasarkan tabel 4.13 diatas dapat diketahui pada variabel interaksi sosial nilai rata-rata tertinggi ada pada responden yang memiliki 3 anak dengan nilai rata-rata sebesar 74,19. Sedangkan nilai rata-rata terendah ada pada responden yang memiliki lebih dari 4 anak dengan nilai rata-rata sebesar 72,35. Kemudian pada variabel *sense of humor* nilai rata-rata tertinggi terdaat pada resonden yang memiliki 1 anak dengan nilai rata-rata sebesar 74,29 yang berjumlah 7 orang, sedangkan nilai rata-rata terendah ada pada responden yang memiliki 2 anak dengan nilai sebesar 71,62. Selanjutnya nilai rata-rata tertinggi pada variabel kebahagiaan terdapat pada responden yang memiliki 3 anak dengan nilai rata-rata sebsar 74,19 dan nilai rata-rata terendah terdapat pada responden yang memiliki 2 anak dengan nilai rata-rata sebesar 71,62.

- 4) Deskripsi data berdasarkan tempat tinggal responden

Tabel 4.14.Deskripsi Data Berdasarkan Tempat Tinggal Responden

Variabel	Tempat Tinggal	N	Min.	Max.	Mean	Std. Deviation
Interaksi Sosial	Bersama anak	52	66	80	73,27	3,716
	Tinggal sendiri	48	66	80	73,58	3,741
Sense Of Humor	Bersama anak	52	65	80	72,27	3,727
	Tinggal sendiri	48	65	80	72,65	4,123
Kebahagiaan	Bersama anak	52	65	79	73,02	3,749
	Tinggal sendiri	48	65	80	72,83	4,368

Berdasarkan tabel 4.14 diatas pada tabel interaksi sosial nilai rata-rata tertinggi ada pada responden yang tinggal di rumah sendiri dengan nilai rata-rata 73,58. Sedangkan nilai rata-rata terendah ada pada responden yang tinggal bersama anak dengan nilai rata-rata 73,27. Pada variabel *sense of humor* memperoleh nilai rata-rata tertinggi pada responden yang tinggal sendiri dengan nilai rata-rata sebesar 72,65, sedangkan nilai terendah ada pada responden yang tinggal bersama anak dengan nilai- rata-rata 72,27. Kemudian pada variabel kebahagiaan nilai rata-rata tertinggi terdapat pada responden yang tinggal bersama anak dengan nilai rata-rata sebesar 73,02, sedangkan yang nilai rata-rata terendah terdapat pada responden yang tinggal di rumah sendiri dengan nilai rata-rata sebesar 72,83. Dari perolehan nilai tersebut dapat ditarik

kesimpulan bahwa responden yang tinggal di rumah sendiri memiliki tingkat interaksi sosial dan *sense of humor* yang tinggi, dan responden yang tinggal bersama anak memiliki kebahagiaan yang lebih tinggi dibandingkan dengan yang tinggal di rumah sendiri.

- 5) Deskripsi data berdasarkan kegiatan yang sering dilakukan responden

a) Variabel Interaksi Sosial

Tabel 4.15. Deskripsi Data Berdasarkan Kegiatan Yang Sering Dilakukan Responden Variabel Interaksi sosial

Var.	Kegiatan	N	Min.	Max.	Mean	Std. Deviation
Interaksi Sosial	Memasak	19	66	80	73,74	3,956
	Bertani	6	66	79	73,00	5,762
	Bekerja	14	67	79	72,71	3,518
	Berdagang/Berjualan	11	69	76	73,36	2,838
	Ojol/Sopir	5	70	78	73,80	3,899
	Mengajar	8	71	80	75,75	3,059
	Ibadah	5	69	74	71,40	1,949
	Kegiatan Harian	8	65	78	72,13	4,121
	Momong cucu	3	68	71	69,67	1,528
	Sosialisasi dengan warga/Melakukan kegiatan sosial	5	73	79	75,40	2,510
	Menjahit	2	68	73	70,50	3,536
	Memancing	5	73	79	75,80	2,168

Berkebun/Merangkai bunga	5	67	78	72,20	4,087
Memelihara hewan	3	67	80	73,33	6,506
Olahraga	1	79	79	79,00	0,000

Berdasarkan tabel 4.15 diatas pada tabel interaksi sosial nilai rata-rata tertinggi ada pada responden yang sering berolahraga dengan nilai rata-rata 79,00. Sedangkan nilai rata-rata terendah ada pada responden yang sering memomong cucu dengan nilai rata-rata 69,67.

b) Variabel *Sense of Humor*

Tabel 4.16.Deskripsi Data Berdasarkan Kegiatan Yang Sering Dilakukan Responden Variabel *Sense of humor*

Var.	Kegiatan	N	Min.	Max.	Mean	Std. Deviation
Sense Of Humor	Memasak	19	65	80	72,37	5,090
	Bertani	6	68	80	73,00	4,561
	Bekerja	14	67	79	72,71	3,518
	Berdagang/Berjualan	11	70	79	72,73	2,970
	Ojol/Sopir	5	65	75	70,80	3,768
	Mengajar	8	70	79	75,75	3,059
	Ibadah	5	66	77	71,80	4,147
	Kegiatan Harian	8	65	76	70,63	3,926
	Momong cucu	3	67	75	72,33	4,619
	Sosialisasi dengan warga/Melakukan kegiatan sosial	5	73	79	75,40	2,510
	Menjahit	2	70	70	70,00	0,000
	Memancing	5	73	79	75,80	2,168
	Berkebun/Merangkai bunga	5	68	73	70,20	1,924

Memelihara hewan	3	69	76	72,67	3,512
Olahraga	1	76	76	76,00	0,000

Pada variabel *sense of humor* memperoleh nilai rata-rata tertinggi pada responden yang sering berolahraga dengan nilai rata-rata sebesar 76,00, sedangkan nilai terendah ada pada responden yang sering menjahit dengan nilai- rata-rata 70,00.

c) Variabel Kebahagiaan

Tabel 4.17.Deskripsi Data Berdasarkan Kegiatan Yang Sering Dilakukan Responden Variabel Kebahagiaan

Var.	Kegiatan	N	Min.	Max.	Mean	Std. Deviation
Kebahagiaan	Memasak	19	67	79	73,37	3,435
	Bertani	6	70	76	73,50	2,950
	Bekerja	1 4	65	79	73,29	4,953
	Berdagang/Berjualan	1 1	66	79	74,82	3,816
	Ojol/Sopir	5	66	73	69,00	2,915
	Mengajar	8	67	80	74,13	4,673
	Ibadah	5	66	79	72,40	5,128
	Kegiatan Harian	8	65	73	68,75	1,528
	Momong cucu	3	73	78	76,00	2,646
	Sosialisasi dengan warga/Melakukan kegiatan sosial	5	69	76	72,80	2,864
	Menjahit	2	68	73	70,50	3,563
	Memancing	5	70	75	71,80	2,168

Berkebun/Merangkai bunga	5	68	78	72,00	3,899
Memelihara hewan	3	71	80	75,33	4,509
Olahraga	1	75	75	75,00	0,000

Pada variabel kebahagiaan nilai rata-rata tertinggi terdapat pada responden yang sering melakukan kegiatan sebagai ojol atau sopir dengan nilai rata-rata sebesar 76,00, sedangkan yang nilai rata-rata terendah terdapat pada responden yang sering melakukan kegiatan harian seperti nonton tv, youtube, bersantai dan lainnya dengan nilai rata-rata sebesar 68,75.

D. Pengujian Hipotesis

1. Hasil Uji Prasyarat

a. Uji Normalitas

Uji normalitas digunakan untuk mengetahui apakah distribusi data yang terkumpul berdistribusi normal atau tidak (Sugiyono & Susanto, 2015). Data dapat dikatakan normal apabila nilai sig > 0,05, sebaliknya bila nilai sig < 0,05 maka data tersebut dikatakan tidak berdistribusi normal. Uji normalitas pada penelitian ini dilakukan dengan bantuan program SPSS 22 *for windows* dengan hasil sebagai berikut :

Tabel 4.18. Uji Normalitas

		Unstandardized Residual
N		100
Normal	Mean	0,0000000
Parameters^{a,b}	Std.Deviation	3,84877097

Most Extreme Differences	Absolute	0,070
	Positive	0,053
	Negative	-0,070
Test Statistic		0,070
Asymp.Sig(2-tailed)		0,200

Berdasarkan tabel 4.18 uji normalitas diatas diperoleh hasil nilai signifikansi 0,200 yang berarti memiliki nilai yang lebih besar dari 0,05. Hal ini berarti bahwa data pada variabel tersebut berdistribusi normal.

b. Uji Linieritas

Linieritas adalah keadaan dimana hubungan antara variabel dependen dengan variabel independen bersifat linier atau bergaris lurus dengan variabel independen tertentu. Masrukhin (2007) menyatakan bahwa uji linieritas dapat dilakukan dengan cara membandingkan nilai sig F hitung dengan F tabel. Bila nilai sig > 0,05 dan hasil perbandingan menunjukkan bahwa nilai Fhitung lebih kecil dari Ftabel ($F_{hitung} < F_{tabel}$) adalah korelasinya linier dan sebaliknya jika nilai sig < 0,05 dan Fhitung lebih besar dari Ftabel ($F_{hitung} > F_{tabel}$) adalah korelasinya tidak linier. Dimana Fhitung adalah nilai diperoleh dari perhitungan, dan Ftabel adalah nilai F yang diperoleh dari tabel. Uji linieritas pada penelitian ini dilakukan dengan bantuan program SPSS 2 *for windows* dengan hasil sabagai berikut :

Tabel 4.19. Hasil Uji Linieritas Y-X1

		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Kebahagiaan * Interaksi Sosial	Between (Combined) Groups	100,575	14	7,184	,403	,970
	Linearity	16,041	1	16,041	,901	,007
	Deviation from Linearity	84,534	13	6,503	,365	,977
Within Groups		1513,935	85	17,811		
Total		1614,510	99			

Berdasarkan hasil pengujian pada tabel 4.19 di atas menunjukkan bahwa nilai sig variabel interaksi sosial terhadap variabel kebahagiaan memiliki nilai 0,977. Hal ini berarti bahwa nilai 0,977 lebih besar dari 0,05 sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang linear antara variabel interaksi sosial dan kebahagiaan.

Tabel 4.20. Hasil Uji Linieritas Y-X2

		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Kebahagiaan * Interaksi Sosial	Between (Combined) Groups	348,776	15	23,252	1,543	,109
	Linearity	136,523	1	136,523	9,060	,003
	Deviation from Linearity	212,253	14	15,161	1,006	,455
Within Groups		1265,734	84	15,068		
Total		1614,510	99			

Berdasarkan hasil pengujian pada tabel 4.20 di atas menunjukkan bahwa nilai sig variabel *sense of humor* terhadap variabel kebahagiaan memiliki nilai 0,455. Hal ini berarti bahwa nilai 0,455 lebih besar dari 0,05 sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang linear antara variabel *sense of humor* dan kebahagiaan.

2. Hasil Uji Pearson

Uji hipotesis merupakan uji yang dilakukan untuk menguji hipotesis penelitian apakah diterima atau ditolak dan untuk mengetahui apakah jenis hubungan antar variabel bersifat positif atau negatif. Uji hipotesis pada penelitian ini menggunakan uji *product moment* dengan menggunakan bantuan program SPSS 22 *for windows*. Apabila hasil signifikansi $< 0,05$ maka variabel memiliki korelasi, sebaliknya apabila nilai signifikansi $> 0,05$ berarti tidak terdapat korelasi antara variabel *dependent* dengan variabel *independent*. Berikut hasil uji hipotesis :

Tabel 4.21. Hasil Uji Pearson Interaksi Sosial dan Kebahagiaan

		Interaksi Sosial	Kebahagiaan
Interaksi Sosial	Pearson Correlation	1	0,946
	Sig.		0,000
	N	100	100
Kebahagiaan	Pearson Correlation	0,946	1
	Sig.	0,000	
	N	100	100

Dari tabel hasil uji pearson di atas menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara interaksi sosial dan kebahagiaan yang ditunjukkan oleh hasil sig. sebesar $0,000 < 0,05$, dengan koefisien korelasi sebesar 0,946 yang berarti terdapat hubungan positif yang kuat antara interaksi sosial dan kebahagiaan.

Tabel 4.22. Hasil Uji Pearson Sense of Humor dan Kebahagiaan

		Sense Of Humor	Kebahagiaan
Sense Of Humor	Pearson Correlation	1	0,960
	Sig.		0,000

	N	100	100
Kebahagiaan	Pearson		
	Correlation	0,960	1
	Sig.	0,000	
	N	100	100

Dari tabel di atas dapat diketahui bahwa terdapat hubungan antara *sense of humor* dan kebahagiaan yang ditunjukkan oleh hasil sig. sebesar $0,000 < 0,05$, dengan koefisien korelasi sebesar 0,960 yang berarti terdapat hubungan positif yang kuat antara *sense of humor* dan kebahagiaan.

Tabel 4.23. Hasil Uji Korelasi Berganda

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	R Square Change	F Change	Sig. F Change
1	0,532	0,283	0,276	9,582	.937	723.081	0,000

Pada tabel menunjukkan hasil korelasi berganda dengan nilai koefisien korelasi sebesar 0,532 dan sig. *F change* sebesar 0,000. Pengujian hipotesis dapat dilakukan dengan menggunakan nilai sig. *F change* dan r tabel. Jika menggunakan sig. *F Change* yakni bila nilai signifikansi lebih kecil dari 0,05 maka hipotesis diterima dan sebaliknya, berhubung nilai sig. *F Change* 0,000 yang artinya kurang dari 0,05 maka hipotesis diterima.

Jika melihat berdasar kepada r tabel, bila r hitung lebih besar dari r tabel, hipotesis dinyatakan diterima dan sebaliknya. Sesuai dengan nilai r hitung 0,968 dan r tabel dengan $df=98(N-2)$ dan eror 5% didapatkan nilai 0,1966, maka $r \text{ hitung } 0,968 > r \text{ tabel } 0,1966$ sehingga hipotesis diterima. Hal ini berarti terdapat hubungan antara interaksi sosial dan *sense of humor* dengan kebahagiaan. Dari tabel diatas juga diketahui bahwa

kekuatan korelasi antara interaksi sosial dan *sense of humor* dengan kebahagiaan sebesar 0,532 yang berarti hubungan korelasi dalam kategori sedang.

E. Pembahasan

1. Hubungan Interaksi Sosial Terhadap Kebahagiaan pada Lansia

Hasil uji analisis korelasi pearson didapatkan bahwa nilai sig. untuk interaksi sosial sebesar $0,000 < 0,05$. Sejalan dengan hasil analisis tersebut maka hipotesis dinyatakan diterima yang berarti terdapat hubungan antara interaksi sosial terhadap kebahagiaan dengan koefisien korelasi sebesar 0,946 yang berarti terdapat hubungan positif yang kuat. Hal tersebut diartikan semakin tinggi interaksi sosial maka semakin tinggi juga tingkat kebahagiaan pada subjek dalam penelitian ini.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang sudah dilakukan oleh Riesta Ridha T (2018) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan antara interaksi sosial terhadap kebahagiaan. Semakin positif interaksi sosial maka semakin positif juga kebahagiaan pada lansia. Penelitian lainnya yang juga sejalan dengan hasil dalam penelitian dilakukan oleh Gunara (2004, dalam Hayati 2009) yang menjelaskan bahwa seseorang yang mengalami hubungan sosial terbatas dengan lingkungan di sekitarnya lebih berpeluang untuk mengalami kesepian, sedangkan individu yang memiliki hubungan sosial yang baik tidak akan merasa kesepian. Hal ini berarti bahwa orang yang menjalin hubungan sosial yang baik dengan lingkungannya maka akan cenderung merasakan kebahagiaan.

Manusia sebagai makhluk sosial tentunya memiliki kebutuhan untuk menjalin interaksi dengan orang lain. Interaksi yang terjalin dengan orang lain akan menimbulkan dampak psikologis pada lansia, Sedangkan orang yang jarang melakukan interaksi sosial dengan orang lain cenderung akan mengalami kesepian dan perasaan tidak diterima oleh lingkungannya. Terdapat beberapa faktor yang menyebabkan kebahagiaan pada lansia antara lain faktor internal dan faktor eksternal. Terkait dengan faktor eksternal yang mempengaruhi kebahagiaan pada lansia seperti kehidupan sosial dan interaksi sosial.

Kebahagiaan merupakan keadaan dimana seseorang lebih banyak merasakan peristiwa-peristiwa menyenangkan dan mereka lebih banyak melupakan kejadian-kejadian buruk (Seligman, 2005). Banyak cara yang dilakukan manusia untuk mencapai kebahagiaan. Salah satu caranya adalah dengan melakukan interaksi sosial secara rutin. Pada penelitian ini didapatkan bahwa nilai rata-rata interaksi sosial tertinggi terdapat pada lansia yang sering melakukan kegiatan memancing dengan jumlah 5 orang. Frekuensi untuk lansia yang sering melakukan kegiatan sosial sebanyak 5 orang, dan lansia yang sering berjualan sebanyak 11. Sedangkan frekuensi lansia yang sering melakukan kegiatan individual lebih tinggi seperti memasak sebanyak 19 orang, kegiatan harian sebanyak 8 orang, bekerja sebanyak 14 orang. Hasil uji deskriptif menunjukkan bahwa tingkat interaksi sosial lansia di Surabaya Barat tergolong dalam kategori sedang dengan tingkat persentase sebesar 63%.

Berdasarkan hasil penelitian ini, serta bagaimana interaksi sosial dapat memiliki pengaruh terhadap kebahagiaan lansia melalui hubungan sosial yang baik dengan orang lain di lingkungannya. Hasil penelitian ini juga dikonfirmasi oleh penelitian yang dilakukan oleh Dzulfiqar (2017) yang menjelaskan tentang hubungan antara interaksi sosial dengan kebahagiaan pada mahasiswa. Penelitian tersebut menunjukkan hasil bahwa terdapat hubungan yang positif antara interaksi sosial dengan kebahagiaan pada mahasiswa psikologi Universitas Gadjah Mada, dalam penelitian tersebut menjelaskan bahwa semakin tinggi interaksi sosial yang dimiliki maka semakin tinggi juga kebahagiaan seseorang, begitu pula sebaliknya semakin rendah interaksi sosial yang dimiliki, maka semakin rendah juga kebahagiaan yang dimiliki seseorang.

Selain itu, menurut penelitian Sofia (2018), hubungan sosial atau interaksi sosial menjadi salah satu indikator terbesar kedua dalam meraih kebahagiaan secara materiil maupun immateriil. Hubungan sosial merupakan rahmat Allah yang tergolong dalam kebahagiaan dunia.

2. Hubungan *Sense of Humor* Terhadap Kebahagiaan Lansia

Hasil uji analisis korelasi pearson didapatkan bahwa nilai sig. Untuk *sense of humor* sebesar $0,000 < 0,05$. Sejalan dengan hasil analisis tersebut maka hipotesis dinyatakan diterima yang berarti terdapat hubungan antara *sense of humor* terhadap kebahagiaan dengan koefisien korelasi sebesar 0,960 yang berarti terdapat hubungan positif yang kuat. Hal tersebut

diartikan semakin tinggi *sense of humor* maka semakin tinggi juga tingkat kebahagiaan pada subjek dalam penelitian ini.

Hal ini sejalan dengan pendapat dari Ruocco, Ruch (dalam Raskin, dalam Nabila, 2011) yang menyatakan bahwa *sense of humor* merupakan kontributor yang sangat potensial, yang dimiliki individu, dalam mencapai kebahagiaan hidup. *Sense of humor* merupakan karakter individu yang paling penting, yang dirancang untuk membuat individu bersemangat dalam menjalani kehidupannya, sehingga dapat meraih keutuhan hidup. Adanya *sense of humor* yang dimiliki individu merupakan motivasi yang akan mendorong individu sehingga individu mampu untuk menjalani permasalahan yang ada di hidupnya.

Pada penelitian ini tingkat *sense of humor* lansia berada pada kategori sedang dengan persentase sebesar 60%, dimana nilai rata-rata untuk *sense of humor*. Salah satu cara untuk mengatasi tekanan atau stress yaitu dengan humor/ lelucon yang dapat menimbulkan refleks tertawa (Hodgkinson, 1991). *Sense of Humor* merupakan kemampuan seseorang untuk menggunakan humor sebagai cara menyelesaikan masalah, keterampilan menciptakan humor, kemampuan menghargai atau menanggapi humor (Hartanti, 2002). *Sense of humor* dapat mengubah sudut pandang seseorang, merubah sesuatu yang dianggap negatif menjadi positif dalam memaknai kehidupan. Hal ini menunjukkan bagaimana *sense of humor* berdinamika dengan kebahagiaan seseorang melalui perubahan sudut pandang yang lebih baik dan proses pemaknaan hidup.

Hasil pada penelitian ini juga sejalan dengan pendapat yang dikemukakan Lefcourt (dalam martin, 2001) yang berpendapat bahwa individu yang memiliki *sense of humor* tinggi diketahui dapat menggunakan *coping stress* dalam menjalin hubungan dengan orang disekitarnya dn juga memiliki fisik dan mental yang sehat. Hal tersebut juga berlaku bagi orang lansia, ketika orang lansia dapat mengatasi perasaan stressnya dengan baik, maka perasaan sedih dan kecewa yang timbul akan bisa berkurang, sehingga lansia dapat memiliki kebahagiaan dalam hidpnya.

3. Hubungan Interaksi Sosial dan *Sense Of Humor* Terhadap Kebahagiaan Pada Lansia

Salah satu tujuan utama manusia hidup di dunia adalah memperoleh kebahagiaan. Kebahagiaan adalah perasaan dan pikiran yang positif dari seorang individu terhadap segala aspek kehidupan yang ada secara keseluruhan. Selain itu, banyak ilmuwan muslim yang mendefinisikan makna kebahagiaan. Ibnu Miskawaih mendefinisikan kebahagiaan berdasarkan dua bentuk, yaitu kebahagiaan (materi) yang berada pada tataran yang rendah dan sementara atau tidak abadi, dan yang kedua adalah kebahagiaan jiwa. Kebahagiaan materi mengandung penyesalan, kepedihan dan menghambat perkembangan jiwa kepada Allah SWT. Berbeda dengan kebahagiaan jiwa yang sempurna dan mengantarkan manusia menuju derajat malaikat (Miskawaih, 1999). Dengan demikian,

kebahagiaan pada hakikatnya tidak dapat terlepas dari unsur ketuhanan sebagai fitrah dasar manusia

Pada Peta Kebahagiaan Dunia (*Global Map of Subjective Well-Being*) dengan menggunakan data dari UNESCO, WHO, UNHCR dan CIA yang melibatkan 80 ribu responden, Indonesia berada di urutan ke-64 negara bahagia di dunia ditinjau dari tingkat kesehatan, kemakmuran dan pendidikan (dalam Hartanto, 2007).

Hasil demografi responden penelitian ini, ditemukan bahwa penelitian ini 53% terdiri dari lansia berjenis kelamin laki-laki. Usia responden yang mendominasi adalah 60-70 tahun (79%), dan sebagian besar memiliki 2 orang anak (37%). 52% lansia pada responden ini bertempat tinggal di rumahnya sendiri. Aktivitas terbanyak yang biasa dilakukan oleh responden adalah memasak (19%), lalu disusul dengan bekerja (14%) dan berdagang/berjualan (11%).

Selain itu, hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara interaksi sosial dan *sense of humor* dengan kebahagiaan yang ditunjukkan oleh hasil signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$, dengan koefisien korelasi sebesar 0,532 yang berarti terdapat hubungan positif yang sedang antara kedua variabel X dan variabel Y. temuan ini dapat diartikan semakin tinggi interaksi sosial dan *sense of humor* maka semakin tinggi pula tingkat kebahagiaan pada subjek dalam penelitian ini.

Pada kajian sebelumnya belum pernah ditemukan hubungan antara interaksi sosial dan *sense of humor* dengan kebahagiaan secara bersamaan.

Namun, Pada Mathieu (2008) menemukan hasil melalui penelitian eksperimen yang memiliki delapan partisipan pria dan sembilan partisipan wanita dengan rentang usia 65 hingga 89 tahun bahwa dengan adanya program kelompok yang dilaksanakan menemukan adanya hubungan antara *sense of humor* dengan kebahagiaan yang dapat mengubah interaksi sosial peserta melalui kepuasan hidup. Hal ini dapat dilihat dari adanya perubahan pandangan peserta secara signifikan serta perlakuan dari variabel humor terhadap kebahagiaan pada lansia. Setelah 10 minggu, partisipan dari eksperimen mengalami perubahan dalam berpikir yang menjadi lebih positif dan dapat lebih menerima kondisi hidupnya. Selain itu, lansia partisipan juga lebih merasa nyaman dalam bersosialisasi dan berkurangnya rasa kesepian.

Periode Lansia merupakan periode perkembangan terakhir bagi manusia, Menurut Potter & Perry (2005) salah satu teori sosial yang berkenaan dengan teori pembebasan (*Disengagement Theory*). Teori ini memaparkan bahwa dengan berubahnya usia seseorang secara berangsur-angsur seseorang mulai melepaskan diri dari kehidupan sosialnya atau menggambarkan proses penarikan diri. Keadaan ini dapat mengakibatkan interaksi sosial lansia menurun, baik secara kualitatif maupun kuantitasnya sehingga sering terjadi kehilangan ganda seperti kehilangan peran, hambatan kontrol sosial dan berkurangnya komitmen. Sehingga, adanya temuan hubungan secara simultan antara interaksi sosial dan *sense of humor* dengan kebahagiaan lansia dapat menjadi bagian dari

langkah preventif terjadinya penarikan diri/isolasi diri pada lansia dari lingkungan melalui humor. Pada buku '*Kimia al-Sa'adah*' karya al-Ghazali (2001; 2017) dijelaskan bahwa kebahagiaan dapat diraih saat manusia mampu mengenal diri, mengenal Tuhan, menganal dunia dan mengenal akhirat.



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Dari penelitian ini dapat diambil keputusan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara variabel interaksi sosial dan variabel *sense of humor* dengan variabel kebahagiaan. Sehingga hipotesis pada penelitian ini diterima karena hasil uji variabel-variabel bernilai signifikan.

Hasil dari penelitian ini juga menunjukkan bahwa lansia memiliki tingkat interaksi sosial, *sense of humor*, dan kebahagiaan berada pada kategori sedang dengan masing-masing persentase interaksi sosial sebesar 63%, *sense of humor* 60%, dan kebahagiaan sebesar 63%.

B. Saran

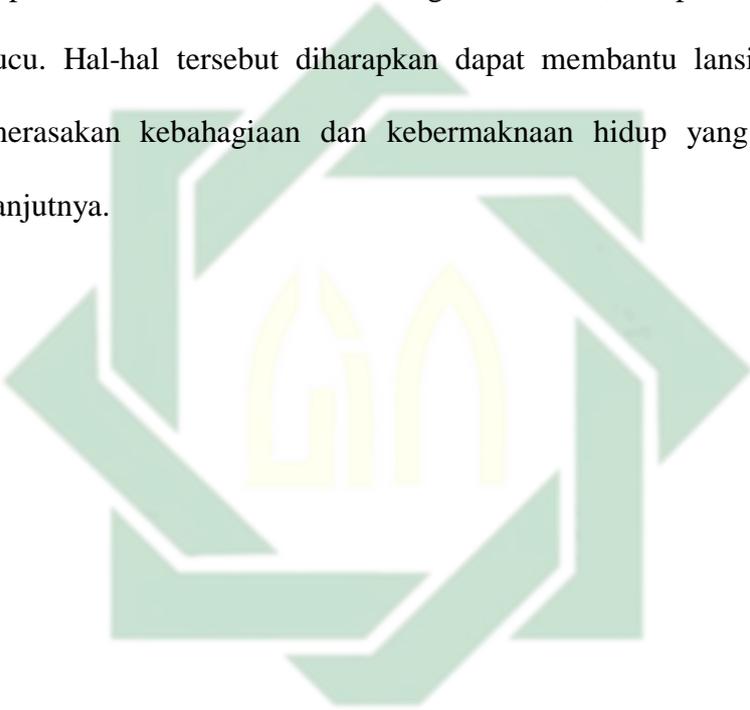
Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, peneliti menyadari bahwa masih terdapat banyak kekurangan didalamnya. Oleh karena itu terdapat beberapa saran yang dapat dijadikan bahan pertimbangan terkait dengan penelitian serupa :

1. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan peneliti selanjutnya menggunakan variabel lainnya dalam meneliti kebahagiaan pada lansia seperti dengan menggunakan metode eksperimen untuk menguji perubahan tingkat kebahagiaan pada lansia.

2. Bagi Lansia

Alangkah baiknya para lansia untuk terus menjalin interaksi sosialnya terutama dengan sesama lansia, serta memperbanyak hiburan, seperti menonton siaran-siaran bergenre komedi, maupun menonton video lucu. Hal-hal tersebut diharapkan dapat membantu lansia untuk lebih merasakan kebahagiaan dan kebermaknaan hidup yang baik di usia lanjutnya.



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR PUSTAKA

- A. Thurber, C., & A. Walton, E. (2012).. *Homesickness and adjustment in University Students. Journal of American College Health*, 60(5).
- Al-Ghazali, A. H. (2001). *Kimiya al-Sa'adah: Kimia Ruhani untuk Kebahagiaan Abadi* (Terjemahan Dedi Slamet Riyadi & Fauzi Bahreisy). Jakarta: Zaman.
- Al-Ghazali, A. H. (2017). *Majmu'at Rasa'il al-Imam al'Ghazali: Kimia Sa'adah* (at-Thab'ah as-Sabi'ah). Beirut, Lebanon: Dar al-Khotob al-Ilmiyah.
- Anadian *Psychology/Psychologie Canadienne*. Vol. 42, No. 3: 232-234.
- Argyle, M. (2001). *The Psychology of Happiness* (2nd ed). New York: Routledge.
- Arikunto. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta : PT. Rineka Cipta.
- Azwar, Saifuddin (2016). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action: A social cognitive theory*. Englewood Cliffs, New Jersey: Prentice-Hall, Inc.
- Bandura, A.,(1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. New York: W.H. Freeman and Company.
- Basrowi. (2014). *Pengantar Sosiologi* Bogor: Ghalia Indonesia.
- Baumgardner, Steve. R. & Crothesr. Marie. K (2010). *Positive psychology*. New Jersey: Pearson Education, Inc.
- Budiaji W. (2013). Skala Pengukuran dan Jumlah Respon Skala Likert. *Jurnal Ilmu Pertanian dan Perikanan*, 2(2).
- BPS Jatim. (2016). *Penduduk Miskin Usia 15 tahun ke Atas menurut Kab/Kota dan Sektor Bekerja (Persen)*.
- BPS Jatim. (2020). *Presentase Penduduk Lansia 2018-2020*.
- Budiasuti, dyah dan Bandur, Agustinus, (2018). *Validitas Dan Reliabilitas Penelitian Dengan Analisis Dengan NVIVO, SPSS Dan Amos*. Jakarta: Mitra Wacana Media
- Cacioppo, J.T., Gardner, W.L., & Bernston, G.G (1999) The affect system has parallel and integrative processing components: *Form follows function Journal of Personality and Social Psychology*, 76(5), 839-855
- Cann, A., Watson, A. J. & Bridgewater, E. A. (2014). *Assessing Humor ar Work: The humor climate questionnaire*. *Humor*. Vol. 27, No. 2:307-323.
- Chaplin, J.P. (2006). *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Chaplin, J. P. (2000). *Psikologi Kesehatan Mental*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Choi, M. S., An, J. Y., & Choi, T.S. (2008). *Effects of a Sense of Humor and Humor Style on Korean adolescents' leadership*. Paper presented at American Psychological Assosiation 2008 Convention.
- Danandjaja, J. (2005). *Humor mahasiswa*. Jakarta: Pustaka Pelajar.

- Darmansyah.(2010). Strategi pembelajaran menyenangkan dengan humor. Jakarta: Bumi Aksara
- Darmawan, D. (2014). Metode Penelitian Kuantitatif. Bandung: PT Remaja Rosdakarya Offset.
- Darmawan, dkk. (2015). Pengaruh Minat Belajar Dan Perhatian Orang Tua Terhadap Prestasi Belajar Siswa Kelas Tinggi SD Negeri 01 Wonolopo Tahun Ajaran 2014/2015. Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta. Riau: Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim.
- Dewi, Sutya ., et. al. (2022). Identifikasi bentuk Dukungan Sosial dan Kebahagiaan pada Lansia di UPTD Rumoh Sejahtera Geunaseh Sayang Banda Aceh. *Gulawentah: Jurnal Studi Sosial*, 7 (1): 98-107.
- Dinata, Refvidho Alvy. (2022). Pelaksanaan Bimbingan Agama dalam Meningkatkan Kebahagiaan para Lansia di Dusun 8 Kampung Lalang Kecamatan Tebing Syah Bandar Kabupaten Serdang Bedagai Sumatera Utara
- Fadhilah, Riesta Ridha. (2018). Hubungan Antara Interaksi Sosial dengan *Happiness* Pada lansia. Skripsi (diakses 18 Mei 2022 pukul 23.00 WIB)
- Hartanto, B. (2007). Global Map of Subjective Well-Being. *Media Indonesia*.
- Hayati, S.(2009). Hubungan Dukungan Sosial Dengan Kesepian Pada Lansia. Medan: USU
- Here, S. V., & Priyanto, P. H. (2014). Subjective-Well Being pada Remaja Ditinjau dari Kesadaran Lingkungan. *Psikodimensia* Vol.XIII No.I, 1.
- Huszczzo, Greg dan Endres, Megan (2013). Joint Effects of Gender and Personality on Choice of Happiness Strategies. *Europe's Journal of Psychology*. Eastern Michigan University, Ypsilanti, USA
- Jacoba Matital. 2014. Evaluasi Penerapan Kurikulum 2013 pada SMA Negeri di Kota Ambon. Maluku. *Jurnal Ekonomi Pendidikan* Vol. 1No.3
- Jalaludin, R. (2011). Psikologi Komunikasi. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Kess, J. F. (2001). Review of Humor: *The Psychology of Living Buoyantly*.
- Johnson, D., Johnson, R. (1999). *Learning together and alone: cooperative, competitive, and individualistic learning*. Boston: Allyn and Bacon.
- Keyes, K.L, Shmotkin, D dan Ryff, C.D. (2002). Optimizing Well- Being: The Empirical Encounter of Two Traditions. *Journal of Personality and Social Psychology* Vol. 82, No. 6, 1007–1022.
- Khafiyah H. N. (2018). Konsep Diri Akademik Pada Siswa MTS (Studi Pada Siswa yang Berasal dari SD Umum). Skripsi
- Koespratiwi, Nugraheni Sri., et. al. (2020). Konsepsi Kebahagiaan Lansia di Panti Wredha Harapan Ibu Ngaliyan Semarang. *Endogami: Jurnal Ilmiah Kajian Antropologi*, 4 (1): 21-27.
- Lestari, Puji Anis. (2015). Intensitas Membaca Al-Quran dengan *Happiness*. Malang: Universitas Muhammadiyah.

- Lyubormirsky, S. King, L., & Diener, E. (2005). The benefits of frequent positive affect: *Does happiness lead to success? Psychological Bulletin*, 131(6), 803-855.
- Martin, A. Rod. (2007). *The Psychology of Humor: An Integrative Approach. Elsevier Academic Press.*
- Masrukhin. (2007). *Statistik Deskriptif Berbasis Komputer edisi 2. Kudus : Media Ilmu Press.*
- Mawardi. (2019). Rambu-rambu Penyusunan Skala Sikap Model Likert Untu Mengukur Sikap Siswa. *Jurnal Pendidikan dan Kebudayaan*, 9(3).
- Mathieu, Susan I. (2008). Happiness and Humor Group Promotes Life Satisfaction for Senior Center Participants. *Activities, Adaptation & Aging*, 32(2), 134–148. doi:10.1080/01924780802143089
- Mayasari, R (2012). *Self-efficacy matematika sebagai mediator pengalaman belajar dan pilihan karir di bidang sains.* Disertasi yang tidak diterbitkan, Fakultas Psikologi Universitas Indonesia.
- Mendatu, A. (2008). *Mengasah Sense of Humor.* Yogyakarta: Media Pressindo.
- Miller, B. M. (2003). The correlation between sense of humor and mental health. *The Social Journal*. Vol 6. No. 36
- Miskawaih, I. (1999). *Menuju Kesempurnaan Akhlak: Buku Daras Pertama tentang Filsafat Etika (Terjemahan Helmi Hidayat).* Bandung: Mizan.
- Mulyadi M.(2011) Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif serta Pemikiran Dasar Menggabungkannya. *Jurnal Studi Komunikasi dan Media*, 15(1).
- Neumann, W.L. (2014). *Social Research Methods: Qualitative dan Quantitative Approaches Seventh Edition. Edinburgh: Pearson Education.*
- Permana, L.A. (2009). *Hubungan Antara Sense Of Humor Dengan Stres Mengerjakan Skripsi Pada Mahasiswa FTI.* Skripsi. Fakultas Psikologi Universitas Islam Indonesia
- Potter PA & Perry AG. 2005. *Buku Ajar Fundamental Keperawatan Konsep, Proses dan Praktik Edisi 4, Jakarta: EGC.*
- Priyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif.* Zifatama Publishing.
- Pujihastuti I. (2010). Prinsip Penulisan Kuesioner Penelitian. *Jurnal Agribisnis dan Pengembangan Wilayah*. 2(1)
- Rousseau, Jean-Benoit G. (2009). *Time for happiness.* Laporan Penelitian. Montreal: Socisal Sciences and Humanities Research Council of Canada and the Fond de Recherche sur la Societ' e et la Culture du Qu ebec.
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of personality and social psychology*, 57(6), 1069.
- Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of personality and social psychology*, 69(4), 719.
- Sarwono J. (2006). *Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif.* Yogyakarta: Graha Ilmu.

- Seligman, Martin.E, Csikszentmihalyi, Mihalyi. (2000). Positive psychology an introduction. *Journal of the American Psychological Association*. January 2000 Volume 55 Number 1 (5-14)
- Seligman, M. E. P. (2005). *Authentic happiness : Menciptakan Kebahagiaan*
- Siregar, Syofian. (2011). *Statistika Deskriptif Untuk Penelitian: Dilengkapi Perhitungan Manual dan Aplikasi SPSS Versi 17*. Jakarta: PT. RajaGrafindo Persada
- Soekanto, Soerjono. (1982). *Sosiologi Suatu Pengantar*. Jakarta: CV Rajawali.
- Sofia, Nanum., Sari, P. Endah. (2018). Indikator Kebahagiaan (*al-Sa'adah*) dalam Perspektif al-Quran dan Hadis. *Psikologika: Jurnal Pemikiran dan Penelitian Psikologi*. 23 (2): 91-108.
- Soleman, B. taneko. (1984). *Struktur dan Proses sosial*. Jakarta: Rajawali.
- Sugiyono, Prof. Dr. (2012) *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Alfabeta Bandung Indonesia.
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Sugiyono, dan Susanto, A. (2015). *Cara Mudah Belajar SPSS & Lisrel*. Bandung: Alfabeta
- Suharso, Puguh. (2012). *Metode Penelitian Kuantitatif Untuk Bisnis: Pendekatan Filosofi Dan Praktis*. Jakarta: PT. Indeks
- Surrahman, Mochamad, & Sudiby. S. (2016). *Metodologi Penelitian*. Jakarta: Kementrian Kesehatan Republik Indonesia.
- Suyasa, P. T. Y. S. (2010). Identifikasi Jenis Humor: Lucu, Lucu, Lucu. *Jurnal Psikologi Sosial dan Budaya*. Vol 14, No. 1: 21-34.
- Thorson, J. A. & Powell, F. C. (1997). Psychological Health and Sense of Humor. *Journal of Clinical Psychology*. Vol. 53, No. 6: 605-619.
- Utomo, U. H. N. (2009). *Sense of Humor: Studi Psikometris tentang Skala Kepekaan terhadap Humor versi A dan B*. Laporan Penelitian. Yogyakarta: Universitas Ahmad Dahlan.
- Walgito, B. (2003). *Pengantar psikologi umum*. Yogyakarta: Yayasan Penerbitan

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A