

JUDUL : HUBUNGAN ANTARA *SENSE OF HUMOR* DAN *GRATITUDE*
TERHADAP *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* MAHASISWA UNIVERSITAS
SURABAYA

Nama : Muh Taufiq

Jurusan/Program Studi : Psikologi/Psikologi

Pembimbing :

Dr. Dra. Hartanti, M.Si.

Taufik Akbar Rizqi Yunanto, S.Psi., M.Psi., Psikolog.

ABSTRAK

Psychological well-being merupakan hal yang sangat penting untuk diperhatikan sebagai mahasiswa. *Psychological well-being* sendiri dipengaruhi oleh banyak faktor, dua diantaranya adalah *sense of humor* dan *gratitude*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *sense of humor* dan *gratitude* terhadap *psychological well-being* mahasiswa yang berkuliah di Universitas Surabaya. Penelitian ini dilakukan dengan metode kuantitatif. Partisipan dari penelitian ini adalah mahasiswa dengan usia 18-21 tahun dari seluruh fakultas yang ada di Universitas Surabaya (N=104). Pengambilan data dilakukan dengan teknik *incidental sampling*. Data-data diperoleh dengan menggunakan skala dari masing-masing variabel yang digunakan yaitu *psychological well-being scale*, *multidimensional sense of humor scale*, dan *gratitude questionnaire*. Data yang digunakan untuk menguji hipotesis menggunakan uji hubungan parametrik yaitu regresi linear. Hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara kedua *independent variable* yaitu *sense of humor* dan *gratitude* terhadap *psychological well-being* dengan nilai signifikansi = 0,000. Disimpulkan bahwa mahasiswa akan mengalami peningkatan *psychological well-being* apabila *sense of humor* dan *gratitude* meningkat pula.

Kata Kunci : *Psychological Well-Being, Sense Of Humor, Gratitude*

TITLE : THE RELATIONSHIP BETWEEN SENSE OF HUMOR, GRATITUDE
AND PSYCHOLOGICAL WELL-BEING OF SURABAYA UNIVERSITY
STUDENTS.

Name : Muh Taufiq

Discipline/Study Programme : Psychology/Psychology

Contributor :

Dr. Dra. Hartanti, M.Si.

Taufik Akbar Rizqi Yunanto, S.Psi., M.Psi., Psikolog.

ABSTRACT

Psychological well-being is the most important thing that should be noticed by students. Psychological well-being affected by many factors, two of them are sense of humor and gratitude. The purpose of this study is to knowing the relationship between sense of humor, gratitude, and psychological well-being. This research is using quantitative methode. Participants that included in this study were Surabaya University students aged 18-21 years old (N=104). Retrieval of data used is incidental sampling. This research used several scale; psychological well-being scale, multidimensional sense of humor scale, dan gratitude questionnaire. Data obtained to test hypotheses were analysed using linear regression. The result of the analysis show that there is a relationship between both of independent variable, sense of humor and gratitude to the dependent variable, psychological well-being. The conclusion is, students' psychological well-being will increase if their sense of humor and gratitude is increase too.

Keyword : Psychological Well-Being, Sense Of Humor, Gratitude