

Bab 1 Pendahuluan

Latar Belakang Masalah

Indonesia memiliki banyak hal yang bisa dibanggakan. Selain dikenal sebagai negara kepulauan, Indonesia juga terkenal dengan keanekaragaman suku bangsanya. Berdasarkan data dari Badan Pusat Statistik (BPS) yang dikumpulkan oleh Kementerian Luar Negeri, terdapat 17.508 pulau yang menjadi tempat tinggal lebih dari 360 suku bangsa (Statistik, 2015). Hal ini menjadikan Indonesia sebagai negara yang sangat kaya. Keberagaman ini juga tercermin dalam berbagai budaya yang unik. Menurut data dari Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi (Kemendikbudristek) yang disampaikan oleh Direktorat Jenderal Kebudayaan, Indonesia memiliki 289 Warisan Budaya Tak benda (WBTb) (Kemdikbud, 2021).

Indonesia memiliki banyak suku bangsa dengan ciri khas masing-masing, termasuk suku Sunda. Menurut data dari Badan Pusat Statistik tahun 2022, jumlah penduduk suku Sunda mencapai 36 juta orang atau sekitar 15% dari total populasi Indonesia. suku Sunda adalah suku terbesar kedua setelah suku Jawa, yang jumlah penduduknya sekitar 41 juta jiwa (Statistik, 2015). Meskipun masyarakat suku Sunda tersebar di berbagai wilayah, sebagian besar dari mereka berada di daerah Jawa Barat (Statistik, 2015).

Penyebaran masyarakat Sunda di berbagai daerah ini membangun stereotipe karakter tertentu pada masyarakat suku Sunda. Menurut Rahman dkk., (2018) dalam penelitiannya berperilaku taat pada praktik agama, inovatif dan rajin, memiliki toleransi yang tinggi, serta teguh pendirian dan senang membuat humor, adalah beberapa ciri khas pada masyarakat Sunda. Salah satu ciri khas karakter lainnya adalah dorongan untuk selalu dihargai dan diakui oleh orang lain, yang secara khas melekat pada identitas masyarakat Sunda dan telah menjadi bagian dari identitas etnis mereka (Perceka dkk., 2019). Orang Sunda terkenal memiliki selera humor yang tinggi. Mereka sering menyisipkan humor dalam komunikasi sehari-hari, yang membuat orang lain bisa tertawa terbahak-bahak (Hidayat & Hafiar, 2019). Selain itu, masyarakat suku Sunda memiliki tingkat kebahagiaan yang cukup tinggi. Hal ini terbukti dari penelitian yang menunjukkan bahwa masyarakat Sunda unggul dalam dua dimensi penting, yaitu hubungan positif dengan orang lain dan penguasaan lingkungan (Saraswati, 2014).

Sense of Humor adalah pandangan individu terhadap situasi dan interaksi yang mencakup unsur hiburan. Menurut penelitian oleh Thorson dan Powell (1997) *Sense of Humor* meliputi beberapa aspek, termasuk kemampuan seseorang dalam menciptakan, mengenali, dan menghargai humor yang dapat memicu tawa atau senyuman, serta memberikan kesenangan sebagai cara untuk mengatasi stres dan mencapai tujuan sosial.

Sebuah penelitian juga menyoroti suku Sunda di Indonesia sebagai contoh suku yang dikenal dengan tingkat kecerdasan humor yang tinggi (Hidayat & Hafiar, 2019).

Puspitacandri (2013) menyatakan bahwa humor tidak sekadar berhubungan dengan tertawa atau membuat orang lain tertawa, tetapi juga tentang kemampuan individu dalam menghadapi situasi sekitarnya dengan lebih fleksibel dan kreatif. Meskipun humor mudah ditemukan, tidak semua orang mampu menciptakannya sendiri karena dibutuhkan proses kognitif yang kompleks. Penemuan ini konsisten dengan riset yang dilakukan oleh Esterhuysen dkk (2013) yang menekankan adanya tantangan kognitif yang rumit dalam menciptakan humor. Kesimpulannya, hal ini menegaskan bahwa humor merupakan sebuah bentuk kesenangan intelektual di mana kemampuan humor dan fleksibilitas kognitif tergantung pada fungsi kognitif manusia tingkat tinggi.

Menurut Mendatu (dalam Puspitacandri, 2013), kepribadian, budaya, dan jenis kelamin memiliki dampak terhadap *Sense of Humor* individu. Respons otak terhadap humor juga dipengaruhi oleh kepribadian seseorang. Seseorang yang memiliki kepribadian ekstrovert dapat membuat humor jauh lebih menyenangkan. Faktor budaya dapat memengaruhi cara seseorang dalam memproses humor. Hal ini menjadikan adanya perbedaan pada variasi humor di setiap daerah. Jenis kelamin juga dapat memberikan pengaruh pada proses terjadinya suatu humor, dalam faktor jenis kelamin disebutkan bahwa wanita memiliki waktu lebih lama dibandingkan pria untuk menciptakan suatu humor, namun hal ini tidak mempengaruhi kualitas humor antara pria dan juga wanita. Dalam hal humor mereka cenderung memiliki kualitas yang sama.

Thorson & Powell (1997) mendiskusikan bahwa *Sense of Humor* memiliki empat aspek, yang pertama adalah kemampuan untuk menciptakan humor dan menggunakan humor dalam konteks sosial. Hal ini merujuk pada kemampuan seseorang dalam membuat suatu humor dari setiap kejadian atau situasi yang memiliki hubungan dengan perasaan yang dapat diterima oleh lingkungan. Kedua yakni kemampuan menggunakan humor sebagai suatu alat atau mekanisme koping pada individu. Di mana dalam hal ini seorang individu akan menggunakan humor untuk mengatasi situasi yang sulit. Selain itu, dalam konteks ini juga mengacu pada cara individu menggunakan humor untuk mengatasi situasi yang memicu emosi atau tekanan dalam diri mereka. Ketiga, yakni kemampuan bersikap atau bertingkah laku individu untuk menghasilkan humor atau bersikap humoris. Ini terkait dengan kapasitas individu dalam mengekspresikan humor yang berhubungan dengan kemampuan mengendalikan diri secara internal. Ini menunjukkan seberapa jauh individu mampu

menerima kelucuan dalam perilaku orang lain. Selanjutnya, ini juga mencakup kemampuan untuk menanggapi humor itu sendiri, baik secara positif maupun negatif, dalam hal reaksi terhadap lelucon atau situasi lucu, seperti tertawa atau tersenyum.

Di era yang modern ini memiliki rasa humor menjadi hal yang sangat penting. Kurangnya selera humor dapat berdampak buruk pada kehidupan individu. Tidak memiliki humor dapat meningkatkan stres, depresi, dan juga menjadi salah satu tanda adanya gangguan psikologis (Tantri, 2024). Hal itu yang menyebabkan pentingnya memiliki selera humor. Sebagaimana kita tahu bahwa humor dapat berdampak positif bagi kesehatan dan kesejahteraan mental seseorang (Marwan, 2018). Banyak ahli yang setuju bahwa humor dapat menjadi sebuah terapi yang efektif untuk mengurangi stres dan meningkatkan kesejahteraan psikologis seseorang. Marwan (2018) dalam jurnalnya mengungkapkan bahwa pembuatan humor dapat memunculkan emosi positif yang mana hal ini dapat menghasilkan tawa pada para pendengarnya. Hal ini juga akan memunculkan perasaan ceria, dan memiliki energi yang penuh. Humor juga diyakini dapat mengurangi tingkat depresi, menurunkan stres, kesejahteraan psikologis pada seseorang (Istiningtyas, 2014). Hal ini menunjukan bahwa memiliki *Sense of Humor* dapat memberikan banyak manfaat. Tidak hanya itu, pernyataan yang dikemukakan oleh para ahli ini terbukti dengan dilakukannya studi awal dengan responden mahasiswa yang berasal dari suku Sunda.

Pada studi awal yang telah peneliti lakukan terhadap 42 responden mahasiswa Universitas Garut (UNIGA) yang berasal dari suku Sunda, 88% mengaku bahwa mereka senang membuat guyonan. Pada studi awal ini diperoleh data bahwa para responden memiliki tujuan yang berbeda-beda dalam pembuatan suatu guyonan. Terdapat jawaban yang sering diberikan yaitu 35 % untuk menghibur orang-orang di sekitar, 23% untuk memperoleh kedekatan dengan orang lain, 16% untuk mencairkan suasana, 11% untuk melepaskan stres dan 7% untuk mengambil perhatian orang sekitar. Mereka juga mengakui bahwa menggunakan humor bisa memberikan bantuan dalam mengatasi tantangan yang dihadapi. Tidak hanya itu terdapat 80 % dari responden sampel mengaku bahwa rasa humor dapat dengan mudah membantu mereka untuk melakukan adaptasi dengan lingkungan.

Dalam menciptakan suatu humor diperlukan kemampuan kognitif tingkat tinggi dan fleksibilitas kognitif (Esterhuyse dkk., 2013). Hal ini senada dengan pendapat Thomas Ford (2016), menjelaskan bahwa kemampuan memahami humor sangat bergantung pada keterampilan kognitif seperti kemampuan membuat asosiasi dan memahami ironi. Fleksibilitas kognitif atau *Cognitive Flexibility* adalah kemampuan untuk beralih secara

fleksibel dari satu tugas ke tugas lainnya, serta mengadaptasi perilaku dan pemikiran sesuai dengan tugas yang sedang dihadapi (Diamond, 2013). Pendapat lain menyebutkan bahwa fleksibilitas kognitif bisa diartikan sebagai kemampuan untuk mengubah set kognitif guna menyesuaikan diri dengan perubahan rangsangan dari lingkungan (Dennis & Vander Wal, 2010).

Affleck (dalam Cheng, 2001) menyatakan konsepnya bahwa fleksibilitas kognitif, ini merujuk pada suatu keanekaragaman seseorang untuk mendapatkan kontrol dalam berbagai situasi yang sedang dihadapi. Dirinya melanjutkan bahwa terdapat pola-pola yang dapat dilihat dari kemampuan kontrol yaitu pertama, terdapatnya ciri adanya variasi dalam diri individu untuk melakukan kontrol dalam berbagai situasi. Dapat dilihat bahwa dalam pola ini dilakukan penilaian pada situasi tertekan. Dalam situasi ini dapat kita menilai apakah individu dapat mengendalikan situasi atau tidak. Pola kedua ini dapat kita cirikan bilamana terdapatnya konsistensi pada upaya seseorang untuk mengontrol berbagai situasi. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa individu yang memiliki pola pengendalian yang tetap cenderung kurang mampu beradaptasi dalam penilaian kognitif mereka. Pola ketiga ditandai oleh kesulitan dalam menjaga konsistensi dalam mengendalikan situasi (Cha dkk., 2021).

Beberapa penelitian telah dilaksanakan untuk mengeksplorasi keterkaitan antara *Sense of Humor* dan kreativitas. Suatu jurnal melakukan penyelidikan terhadap hubungan ini pada murid kelas XI di MA Negeri Togo Blitar (Gang dkk., 2014). Hasilnya menunjukkan bahwa tidak ada hubungan signifikan antara *Sense of Humor* dan tingkat kreativitas pada siswa tersebut. Namun, lain halnya dengan penelitian yang berjudul "Meningkatkan Keterampilan Kognitif dan Kreativitas Anak Usia Dini" menemukan bahwa keterampilan kognitif, termasuk fleksibilitas kognitif, sangat penting dalam meningkatkan kreativitas. Hasilnya menunjukkan bahwa fleksibilitas kognitif dapat meningkatkan kreativitas anak secara signifikan (Purwati dkk., 2022).

Selanjutnya, sebuah studi yang melibatkan mahasiswa baru dari luar Jawa meneliti hubungan antara *Sense of Humor* dan kemampuan penyesuaian diri. Penelitian ini mengungkap adanya hubungan positif antara *Sense of Humor* dan tingkat penyesuaian diri pada mahasiswa baru (Shobah dkk., 2021). Sebelumnya, sebuah penelitian lain yang diterbitkan dalam jurnal berjudul "*Sense of humour and adolescents' Cognitive Flexibility*" juga membahas tema serupa. Hasil penelitian tersebut menunjukkan adanya kaitan teoritis antara *Sense of Humor* dan fleksibilitas kognitif (Esterhuyse dkk., 2013).

Dari tiga penelitian sebelumnya, terlihat ada inkonsistensi terkait *Sense of Humor*, penyesuaian diri, dan kreativitas. Sebelumnya, ditemukan bahwa *Sense of Humor* memiliki hubungan yang baik dengan penyesuaian diri. Namun, dalam penelitian tentang *Sense of Humor* dan kreativitas, terdapat korelasi yang minim. Juga terdapat kekurangan yaitu variabel yang diteliti hanya berfokus pada salah satu aspek *Cognitive Flexibility* saja, yakni pada aspek penyesuaian diri dan kreativitas. Pada penelitian sebelumnya terdapat penelitian mengenai hubungan *Cognitive Flexibility* dengan *Sense of Humor* yang dilakukan di Afrika (Esterhuyse dkk., 2013). Pada penelitian yang telah dilakukan tersebut hanya berfokus pada remaja di wilayah Afrika yang mana memiliki budaya yang berbeda dengan masyarakat di suku Sunda. Terlebih lagi dalam segi karakteristik, masyarakat di Afrika memiliki karakter yang cenderung berbeda dengan karakter yang dimiliki oleh masyarakat suku Sunda. Dalam riset ini, peneliti akan menyelidiki hubungan antara Fleksibilitas Kognitif dan *Sense of Humor* pada mahasiswa yang berasal dari latar belakang suku Sunda.

Studi mengenai faktor ini dianggap sangat penting untuk diselidiki karena suku Sunda di kenal memiliki tingkat humor yang tinggi, yang bisa relevan dengan *Cognitive Flexibility*. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji pengaruh terhadap rasa humor dan fleksibilitas kognitif pada suku Sunda, dengan tujuan utama untuk menentukan apakah ada pengaruh positif antara kedua aspek tersebut.

Rumusan masalah

Terdapat rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu :

Adakah pengaruh mengenai *Cognitive Flexibility* terhadap *Sense of Humor* terhadap mahasiswa suku Sunda?

Tujuan penelitian

Dalam penelitian ini penulis memiliki tujuan yaitu:

Untuk mengetahui pengaruh *Cognitive Flexibility* terhadap *Sense of Humor* pada kalangan mahasiswa suku Sunda.

Kegunaan penelitian

Kegunaan Teoritis

Penulis berharap bahwa penelitian ini akan membuktikan bagaimana kemampuan fleksibilitas kognitif mempengaruhi *Sense of Humor* pada mahasiswa dari suku Sunda. Oleh karena itu, penelitian ini diharapkan mampu memberikan nilai tambah dalam pemikiran dan literatur yang terkait dengan psikologi, terutama dalam ranah psikologi budaya, psikologi positif, dan psikologi kognitif. Penelitian ini penting karena mengangkat karakteristik unik

masyarakat suku Sunda yang terkenal dengan rasa humor yang tinggi, yang diyakini memiliki hubungan dengan fleksibilitas kognitif, terutama dalam proses pembuatan humor yang melibatkan berbagai aspek dari fleksibilitas kognitif. Diharapkan penelitian ini dapat menjadi panduan berharga dalam pengembangan bidang literatur psikologi.

Kegunaan Praktis

Dalam bidang pendidikan, terutama di sekolah dan perguruan tinggi, penelitian ini diharapkan memberikan wawasan tentang pentingnya memiliki fleksibilitas kognitif dan selera humor dalam menghadapi berbagai tantangan hidup. Kemampuan fleksibilitas kognitif ini dapat dilihat pada individu yang memiliki rasa humor.

