

PENGARUH TAYANGAN HUMOR TERHADAP MEMORI JANGKA PENDEK

Miranti Arum Yuningsih¹, Yoan Ramdhani², Muhammad Ali Assyuja³, Aulia Nur Fathia⁴, Hanaa Azkia⁵, Ainin Rahmanawati⁶

Universitas Muhammadiyah Bandung^{1,2,3,4,5,6}

e-mail: mirantiay7@gmail.com

Diterima: 22/07/2026; Direvisi: 24/08/2026; Diterbitkan: 22/09/2026

ABSTRAK

Keterbatasan memori jangka pendek dapat memengaruhi kemampuan mahasiswa mempertahankan informasi selama proses pembelajaran. Humor diperkirakan dapat menciptakan kondisi emosional positif yang mendukung perhatian dan pemrosesan informasi. Meskipun beberapa penelitian menunjukkan manfaat humor terhadap memori, temuan sebelumnya masih belum konsisten, sehingga hubungan antara tayangan humor dan memori jangka pendek pada mahasiswa masih perlu dikaji lebih lanjut. Penelitian ini bertujuan menguji perbedaan kemampuan memori jangka pendek mahasiswa sebelum dan setelah menyaksikan tayangan humor. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain *pre-experimental one-group pretest-posttest*. Partisipan penelitian terdiri atas 16 mahasiswa aktif Universitas Muhammadiyah Bandung yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Instrumen penelitian berupa tes memori jangka pendek menggunakan 15 kata tidak bermakna. Perlakuan diberikan melalui tayangan humor dari program komedi “Lapor Pak!” selama 10 menit. Data dianalisis menggunakan *paired-sample t-test* dengan bantuan JASP. Hasil penelitian menunjukkan bahwa skor memori jangka pendek mahasiswa setelah menyaksikan tayangan humor lebih tinggi dibandingkan sebelum tayangan diberikan. Temuan ini menunjukkan adanya peningkatan kemampuan memori jangka pendek setelah paparan tayangan humor. Dengan demikian, tayangan humor berpotensi digunakan sebagai stimulus pendukung untuk menciptakan kondisi pembelajaran yang lebih menarik dan mendukung proses kognitif mahasiswa. Namun, interpretasi temuan perlu mempertimbangkan penggunaan desain satu kelompok tanpa kelompok kontrol.

Kata Kunci: *Humor, Mahasiswa, Memori Jangka Pendek*

ABSTRACT

Limitations in short-term memory can affect students' ability to retain information during the learning process. Humor is assumed to create a positive emotional state that may support attention and information processing. Although several studies have reported beneficial effects of humor on memory, previous findings remain inconsistent, indicating that the relationship between humorous content and short-term memory among university students requires further investigation. This study aimed to examine differences in students' short-term memory performance before and after exposure to humorous content. A quantitative approach with a *pre-experimental one-group pretest-posttest design* was employed. The participants were 16 active students at Universitas Muhammadiyah Bandung selected through *purposive sampling*. Short-term memory was assessed using a test consisting of 15 nonsense words. The intervention involved a 10-minute humorous segment from the comedy program “Lapor Pak!”. Data were analyzed using a *paired-samples t-test* with JASP. The results showed that students' short-term memory scores after viewing the humorous content were higher than their scores before the intervention. These findings indicate an improvement in short-term memory performance

Copyright (c) 2026 PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi



<https://doi.org/10.51878/paedagogy.v6i1>



following exposure to humorous content. Therefore, humorous content has the potential to serve as a supportive stimulus for creating a more engaging learning environment and facilitating students' cognitive processes. However, the findings should be interpreted cautiously given the use of a single-group design without a control group.

Keywords: *Humor, Short-term Memory, Students*

PENDAHULUAN

Aktivitas belajar tidak lepas dari proses mengingat, sebab proses belajar tidak dapat berlangsung secara efektif tanpa adanya memori yang berfungsi menyimpan dan mengolah informasi (Chai et al., 2018). Dalam konteks pembelajaran, kemampuan mempertahankan informasi dalam waktu singkat menjadi penting karena mahasiswa sering kali harus menerima, memahami, dan mengingat berbagai informasi dalam waktu yang terbatas. Memori jangka pendek memiliki peran krusial dalam proses belajar karena berfungsi sebagai tempat penyimpanan sementara informasi sebelum diproses lebih lanjut ke dalam memori jangka panjang. Manoochehri (2021) menjelaskan bahwa kapasitas memori jangka pendek pada manusia secara klasik diperkirakan berada pada kisaran tujuh unit informasi yang dapat dipertahankan dalam waktu singkat, meskipun penelitian-penelitian lanjutan kemudian merevisi perkiraan tersebut menjadi sekitar tiga sampai empat aitem yang dapat dipertahankan secara aktif pada satu waktu. Keterbatasan kapasitas tersebut dapat menjadi hambatan ketika individu harus mempertahankan sejumlah informasi secara bersamaan selama aktivitas akademik.

Memori jangka pendek (*short-term memory*) perlu dibedakan dari *working memory* atau memori kerja, meskipun kedua konsep tersebut memiliki keterkaitan. Memori jangka pendek terutama mengacu pada kemampuan mempertahankan sejumlah informasi secara sementara, sedangkan *working memory* mencakup kemampuan mempertahankan sekaligus memanipulasi informasi untuk mendukung penyelesaian tugas kognitif. Menurut Chai et al. (2018), *working memory* berkontribusi dalam berbagai aktivitas kognitif tingkat tinggi seperti pemahaman, penalaran, pemecahan masalah, dan proses belajar karena memungkinkan individu menjaga serta mengolah informasi yang relevan dengan tugas yang sedang dikerjakan. Penelitian neurosains menunjukkan bahwa *working memory* tidak hanya berkaitan dengan proses penyimpanan informasi, tetapi juga melibatkan mekanisme manipulasi perhatian dan fungsi eksekutif yang dimediasi oleh area korteks prefrontal (Motley, 2018). Dengan demikian, pembahasan mengenai *working memory* dalam penelitian ini digunakan untuk menjelaskan keterkaitan proses penyimpanan sementara dengan perhatian dan pemrosesan informasi, sedangkan variabel yang secara khusus diukur tetap berupa memori jangka pendek.

Di balik perannya dalam aktivitas kognitif, kemampuan memori individu memiliki berbagai keterbatasan. Salah satu fenomena yang menunjukkan adanya kesulitan dalam mengakses informasi adalah *tip-of-the-tongue*, yaitu pengalaman ketika seseorang mengetahui bahwa suatu informasi telah tersimpan dalam memori, tetapi tidak dapat segera memanggil kembali informasi tersebut pada saat dibutuhkan (Barry et al., 2025). Meskipun fenomena tersebut berkaitan dengan proses retrieval dan tidak secara langsung menggambarkan kapasitas memori jangka pendek, temuan tersebut menunjukkan bahwa kemampuan mempertahankan dan mengakses informasi merupakan aspek penting dalam fungsi memori manusia. Dalam konteks mahasiswa, keterbatasan mempertahankan informasi dan berkurangnya perhatian dapat menjadi kendala ketika harus memproses banyak informasi dalam waktu singkat. Oleh karena



itu, diperlukan kondisi atau stimulus yang berpotensi mendukung perhatian serta kesiapan individu dalam memproses informasi.

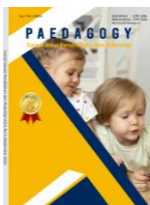
Salah satu faktor yang dapat berkaitan dengan proses memori adalah kondisi emosional individu. Emosi, terutama emosi positif, dipercaya dapat mendukung proses perhatian dan pemrosesan informasi. Bitsch et al. (2021) menemukan bahwa proses humor melibatkan amigdala, struktur otak yang berperan penting dalam pembentukan, penyimpanan, dan modulasi memori emosional, sehingga emosi yang ditimbulkan oleh humor dapat berkaitan dengan proses memori. Tyng et al. (2017) juga mengemukakan bahwa emosi berperan penting dalam proses penyimpanan dan pengolahan informasi dalam memori. Temuan tersebut memberikan dasar bahwa kondisi emosional yang positif dapat menjadi salah satu faktor yang mendukung proses kognitif. Salah satu stimulus yang dapat digunakan untuk membangkitkan kondisi emosional positif tersebut adalah humor.

Humor merupakan stimulus yang mampu membangkitkan perasaan senang dan terhibur melalui proses kognitif tertentu. Warren et al. (2021) memaparkan bahwa humor umumnya muncul ketika individu mampu mengenali suatu ketidaksesuaian (*incongruity*) atau pelanggaran terhadap ekspektasi yang pada saat itu berlangsung dipersepsikan sebagai sesuatu yang tidak mengancam (*benign*). Proses tersebut tidak hanya memproduksi respon emosional berupa tawa atau rasa terhibur, tetapi juga melibatkan aktivitas kognitif yang menuntut perhatian dan pemrosesan informasi. Dalam perspektif neurosains, humor diketahui melibatkan sistem saraf yang berhubungan dengan pemrosesan emosi dan penghargaan (*reward system*). *Meta-analysis* yang dilakukan oleh Farkas et al. (2021) menunjukkan bahwa pengalaman humor mengaktifkan beberapa area otak yang berperan dalam pemrosesan emosi, termasuk amigdala dan *inferior frontal gyrus*. Adapun dalam konteks pembelajaran, Erdoğan & Çakıroğlu (2021) mengungkapkan bahwa penggunaan humor dapat meningkatkan keterlibatan emosional (*emotional engagement*) dan keterlibatan kognitif (*cognitive engagement*). Peningkatan keterlibatan dan perhatian tersebut menunjukkan bahwa humor berpotensi menciptakan kondisi psikologis yang mendukung pemrosesan informasi. Namun, potensi tersebut tidak berarti bahwa setiap paparan humor selalu diikuti oleh peningkatan memori jangka pendek.

Permasalahan penelitian terletak pada belum konsistennya temuan empiris mengenai perubahan kemampuan memori setelah individu memperoleh paparan humor. Shabila et al. (2023) menemukan bahwa tayangan humor tidak memberikan pengaruh berarti terhadap *short-term memory*, bahkan skor posttest cenderung lebih rendah. Temuan serupa dilaporkan Hamdan et al. (2025) yang menyatakan bahwa humor tidak menghasilkan perbedaan signifikan terhadap kemampuan recall, karena efektivitasnya sangat dipengaruhi oleh nilai, budaya, pengalaman, dan kepekaan humor masing-masing individu. Ketidakkonsistenan hasil tersebut menunjukkan bahwa masih diperlukan bukti empiris mengenai apakah kemampuan memori jangka pendek individu mengalami perubahan setelah menerima tayangan humor. Gap ini lebih relevan untuk diuji melalui perbandingan skor sebelum dan sesudah perlakuan daripada melalui klaim mengenai efektivitas suatu jenis humor tertentu.

Penelitian ini berbeda dari penelitian sebelumnya karena berfokus pada perubahan skor memori jangka pendek dalam individu yang sama sebelum dan setelah menyaksikan stimulus humor audiovisual. Tayangan humor yang digunakan berasal dari program komedi “Lapor Pak!”, sedangkan kemampuan memori jangka pendek diukur menggunakan tugas mengingat 15 kata tidak bermakna pada mahasiswa Universitas Muhammadiyah Bandung. Dengan menggunakan desain one-group pretest-posttest, penelitian ini tidak diarahkan untuk





membuktikan hubungan kausal secara kuat, tetapi untuk mengidentifikasi apakah terdapat perbedaan kemampuan memori jangka pendek setelah pemberian tayangan humor. Kebaruan penelitian ini terletak pada pengujian perubahan intraindividu setelah paparan tayangan humor dalam konteks mahasiswa Universitas Muhammadiyah Bandung, sehingga dapat menambah bukti empiris terhadap hasil penelitian sebelumnya yang masih menunjukkan ketidakkonsistenan.

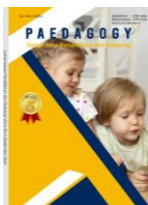
Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menguji perbedaan kemampuan memori jangka pendek mahasiswa Universitas Muhammadiyah Bandung sebelum dan sesudah diberikan tayangan humor. Sejalan dengan tujuan tersebut, hipotesis penelitian yang diajukan adalah terdapat perbedaan yang signifikan antara skor memori jangka pendek sebelum dan sesudah mahasiswa menyaksikan tayangan humor.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan *desain pre-experimental one-group pretest-posttest*. Desain ini melibatkan pengukuran sebelum pemberian perlakuan (*pretest*) dan pengukuran kembali setelah perlakuan (*posttest*) untuk membandingkan kondisi partisipan pada dua waktu pengukuran. Menurut Hartono (2019), pengukuran sebelum perlakuan memungkinkan peneliti membandingkan kondisi subjek sebelum dan sesudah suatu perlakuan diberikan. Sesuai dengan karakteristik desain satu kelompok tanpa kelompok kontrol, penelitian ini diarahkan untuk menguji perbedaan skor memori jangka pendek sebelum dan sesudah pemberian tayangan humor, bukan untuk membuktikan hubungan kausal secara kuat. Dengan demikian, interpretasi hasil penelitian dibatasi pada perubahan skor yang terjadi setelah perlakuan diberikan kepada kelompok yang sama.

Partisipan penelitian terdiri atas 16 mahasiswa aktif Universitas Muhammadiyah Bandung berusia 18-25 tahun yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Teknik ini digunakan untuk memilih partisipan berdasarkan kriteria yang sesuai dengan tujuan penelitian (Subhaktiyasa, 2024). Kriteria partisipan meliputi mahasiswa aktif Universitas Muhammadiyah Bandung, berusia 18-25 tahun, dan bersedia mengikuti seluruh rangkaian penelitian. Dari 16 partisipan yang direkrut, sebanyak 15 pasangan data dianalisis menggunakan *paired-sample t-test* dengan derajat kebebasan atau *df* sebesar 14, sedangkan satu partisipan tidak disertakan dalam analisis akhir. Ukuran sampel ditentukan berdasarkan jumlah partisipan yang memenuhi kriteria dan tersedia selama pelaksanaan penelitian. Ukuran sampel yang relatif kecil menjadi keterbatasan penelitian karena dapat membatasi generalisasi temuan, sehingga penelitian selanjutnya disarankan melibatkan jumlah partisipan yang lebih besar.

Penelitian dilaksanakan pada Kamis, 4 Juli 2024 pukul 10.15 WIB di salah satu ruang kelas Universitas Muhammadiyah Bandung dengan memperhatikan prinsip kode etik penelitian yang berlaku. Sebelum penelitian dimulai, partisipan mengisi daftar hadir dan memberikan *informed consent* melalui *Google Form* yang mencakup kesediaan berpartisipasi secara sukarela, kerahasiaan data, dan hak menghentikan keikutsertaan. Selanjutnya, partisipan menghafalkan 15 kata tidak bermakna berpola konsonan-vokal-konsonan selama 3 menit dan mengerjakan *pretest* selama 7 menit melalui *Google Form*. Partisipan kemudian menyaksikan tayangan humor “Lapor Pak!” selama 10 menit melalui proyektor dalam kondisi yang sama, sementara peneliti mengamati respons partisipan selama perlakuan. Setelah tayangan selesai, partisipan kembali menghafalkan daftar kata selama 3 menit dan mengerjakan *posttest* selama 7 menit dengan prosedur yang sama. Penggunaan daftar kata yang sama atau berbeda pada *pretest* dan *posttest* perlu dijelaskan karena penggunaan stimulus yang sama dapat



menimbulkan *practice effect*, sedangkan penggunaan daftar berbeda memerlukan tingkat kesulitan yang sebanding.

Instrumen yang digunakan dibangun oleh Peterson & Peterson (1959) dan dikembangkan oleh Dharmawan (2015) untuk mengukur memori jangka pendek berupa daftar 15 kata tidak bermakna dengan susunan huruf konsonan-vokal-konsonan, yaitu PIT, ROV, BEW, QON, GIX, ZOR, FOD, RIW, YOC, RAQ, TEF, XUN, MAF, KAD, dan NIZ. Skor yang diberikan berdasarkan jumlah kata yang ditulis dengan benar dan sesuai urutan. Setiap jawaban benar, akan memperoleh skor 1, sehingga skor maksimal yang dapat diperoleh partisipan adalah 15. Skor yang lebih tinggi menunjukkan kemampuan mempertahankan dan memanggil kembali informasi jangka pendek yang lebih baik dalam konteks tugas yang digunakan.

Perlakuan yang diberikan dalam penelitian berupa tayangan humor dari program komedi televisi 'Lapor Pak!' yang ditayangkan selama 10 menit. Tayangan ini dipilih karena memuat unsur komedi verbal dan situasional yang bertujuan untuk memunculkan respons humor pada partisipan. Stimulus ditampilkan secara audiovisual melalui proyektor agar seluruh partisipan menerima perlakuan dalam format yang sama. Untuk meningkatkan keterulangan penelitian, informasi mengenai episode atau segmen yang digunakan, sumber tayangan, durasi tepat, serta pertimbangan pemilihan cuplikan perlu dicantumkan apabila informasi tersebut masih tersedia. Deskripsi yang lebih rinci juga membantu penelitian berikutnya mereplikasi karakteristik stimulus yang digunakan.

Data dianalisis menggunakan *paired-sample t-test* dengan bantuan program JASP untuk membandingkan skor memori jangka pendek sebelum dan sesudah tayangan humor pada partisipan yang sama. Sebelum pengujian hipotesis, asumsi normalitas diperiksa menggunakan uji *Shapiro-Wilk* terhadap skor selisih antara *pretest* dan *posttest*. Data dinyatakan memenuhi asumsi normalitas apabila nilai signifikansi lebih besar dari 0,05. Analisis dilakukan terhadap 15 pasangan data lengkap dengan taraf signifikansi 0,05, sedangkan satu data partisipan tidak disertakan dalam analisis akhir. Hasil analisis digunakan untuk menentukan ada atau tidaknya perbedaan skor memori jangka pendek sebelum dan sesudah tayangan humor. Interpretasi hasil dibatasi pada perbedaan sebelum dan sesudah perlakuan karena penelitian tidak menggunakan kelompok kontrol.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Sebelum pengujian hipotesis dilakukan, terlebih dahulu dilaksanakan uji normalitas untuk mengetahui apakah sebaran data pada sampel penelitian berdistribusi normal. Uji normalitas menggunakan metode *Shapiro-Wilk* dengan bantuan aplikasi JASP. Kriteria pengambilan keputusan adalah apabila nilai signifikansi $> 0,05$ maka data berdistribusi normal, sebaliknya apabila nilai signifikansi $< 0,05$ maka data tidak berdistribusi normal. Hasil uji normalitas disajikan pada Tabel 1 berikut.

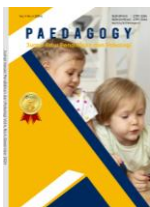
Tabel 1. Hasil Uji Normalitas Data *Pretest* dan *Posttest*

Variabel	Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.
<i>Pretest</i>	0,958	15	0,660
<i>Posttest</i>	0,922	15	0,209

Berdasarkan Tabel 1, Hasil uji *Shapiro-Wilk* menunjukkan bahwa distribusi skor *pretest* maupun *posttest* tidak menunjukkan penyimpangan yang signifikan dari distribusi normal.

Copyright (c) 2026 PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi

 <https://doi.org/10.51878/paedagogy.v6i1>



Dengan demikian, data pada kedua waktu pengukuran dapat dianggap memenuhi asumsi normalitas berdasarkan pengujian tersebut. Kondisi ini mendukung penggunaan analisis statistik parametrik untuk menguji perbedaan skor sebelum dan sesudah perlakuan.

Pengujian hipotesis dilakukan menggunakan paired sample t-test. Hipotesis dalam penelitian ini menyatakan bahwa terdapat pengaruh humor terhadap memori jangka pendek mahasiswa. Hasil uji paired sample t-test disajikan pada Tabel 2.

Tabel 2. Hasil Uji Paired Sample T-Test

	Mean	Std. Deviation	t	df	Sig. (2-tailed)
<i>Pretest – Posttest</i>	-1,600	1,844	-3,361	14	0,005

Tabel 2 menunjukkan bahwa hasil paired-sample t-test menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara skor memori jangka pendek pada pretest dan posttest. Berdasarkan hasil analisis statistik, perbedaan skor antara pretest dan posttest signifikan ($p = 0,005 < 0,05$). Arah selisih yang negatif menunjukkan bahwa skor posttest cenderung lebih tinggi dibandingkan skor pretest, sehingga kemampuan memori jangka pendek setelah tayangan humor menunjukkan peningkatan dibandingkan sebelum tayangan. Temuan ini mendukung hipotesis adanya perbedaan sebelum dan sesudah perlakuan. Namun, hasil tersebut sebaiknya tidak ditafsirkan sebagai bukti bahwa tayangan humor secara langsung menyebabkan peningkatan memori karena penelitian tidak menggunakan kelompok kontrol.

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan kemampuan memori jangka pendek mahasiswa sebelum dan sesudah menyaksikan tayangan humor. Skor *posttest* yang lebih tinggi dibandingkan *pretest* menunjukkan adanya peningkatan performa memori jangka pendek setelah pemberian tayangan humor. Temuan ini mendukung hipotesis penelitian mengenai adanya perbedaan skor memori jangka pendek antara sebelum dan sesudah perlakuan, tetapi tidak dapat digunakan untuk menyimpulkan bahwa tayangan humor secara langsung menyebabkan peningkatan tersebut. Hal ini karena penelitian menggunakan desain *one-group pretest-posttest* tanpa kelompok kontrol, sehingga faktor lain di luar perlakuan masih mungkin berkontribusi terhadap perubahan skor.

Temuan penelitian ini sejalan dengan Pabontong et al. (2022) yang melakukan eksperimen pada mahasiswa Fakultas MIPA Universitas Negeri Makassar dan menemukan adanya peningkatan memori jangka pendek setelah pemberian humor. Penelitian Dharmawan et al. (2023) pada mahasiswa Program Studi Psikologi Islam UIN Raden Fatah Palembang juga menunjukkan adanya perbedaan signifikan pada *short-term memory* setelah pemberian tayangan humor. Kesamaan hasil tersebut menunjukkan bahwa paparan humor dapat berkaitan dengan perubahan performa memori jangka pendek dalam konteks mahasiswa. Meskipun demikian, kesesuaian temuan antarpeneletian perlu ditafsirkan secara hati-hati karena masing-masing penelitian dapat menggunakan desain, karakteristik partisipan, stimulus humor, dan prosedur pengukuran yang berbeda.

Di sisi lain, hasil penelitian ini berbeda dengan Shabila et al. (2023) yang menemukan bahwa tayangan humor tidak memberikan peningkatan berarti terhadap *short-term memory* dan skor *posttest* bahkan cenderung lebih rendah. Hamdan et al. (2025) juga melaporkan bahwa humor tidak menghasilkan perbedaan signifikan terhadap kemampuan *recall*. Perbedaan hasil tersebut menunjukkan bahwa hubungan antara humor dan kemampuan mengingat belum





sepenuhnya konsisten serta dapat dipengaruhi oleh karakteristik stimulus maupun individu. Hamdan et al. (2025) menjelaskan bahwa respons terhadap humor dapat dipengaruhi oleh nilai, budaya, pengalaman, dan kepekaan humor, sehingga tayangan yang dianggap lucu oleh satu individu belum tentu menimbulkan respons yang sama pada individu lainnya. Dengan demikian, temuan penelitian ini perlu dipandang sebagai tambahan bukti empiris mengenai perubahan memori setelah paparan humor, bukan sebagai bukti bahwa humor selalu meningkatkan memori jangka pendek.

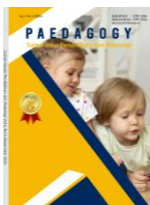
Menurut kajian mengenai memori, kapasitas penyimpanan informasi dalam waktu singkat memiliki keterbatasan dan dapat dipengaruhi oleh perhatian serta cara individu memproses informasi. Morra et al. (2024) menjelaskan bahwa kapasitas memori dapat berbeda bergantung pada jenis informasi yang diproses dan cara kapasitas tersebut diukur. Dalam penelitian ini, partisipan diminta menghafalkan 15 kata tidak bermakna untuk menggambarkan kemampuan mempertahankan informasi dalam waktu singkat. Performa dalam tugas tersebut dapat berkaitan dengan kemampuan mengendalikan perhatian, sebagaimana Kotyusov et al. (2023) menunjukkan bahwa kapasitas *working memory* memiliki hubungan dengan kontrol perhatian. Meskipun *working memory* dan memori jangka pendek bukan konsep yang identik, temuan mengenai perhatian tersebut dapat membantu menjelaskan bahwa kondisi perhatian selama proses menghafal mungkin berkontribusi terhadap performa pada tugas memori.

Salah satu mekanisme yang mungkin menjelaskan perubahan performa setelah tayangan humor adalah kondisi emosional positif yang muncul ketika individu merasa terhibur. Haubrich et al. (2023) menjelaskan bahwa sistem dopaminergik berperan dalam proses pengkodean pengalaman, memori, dan kognisi, termasuk fungsi yang melibatkan hipokampus dan korteks prefrontal. Razzaque dan Nagasaki (2021) juga mengemukakan bahwa tawa dan humor berkaitan dengan perubahan respons fisiologis serta aktivitas neurotransmitter yang berhubungan dengan kondisi emosional positif. Berdasarkan temuan tersebut, peningkatan aktivitas dopaminergik dapat dipertimbangkan sebagai salah satu mekanisme teoretis yang mungkin mendukung pemrosesan informasi setelah seseorang mengalami humor. Namun, penelitian ini tidak mengukur kadar dopamin, serotonin, kondisi emosional, ataupun aktivitas otak secara langsung, sehingga mekanisme tersebut tidak dapat dinyatakan sebagai penjelasan yang telah dibuktikan oleh data penelitian ini.

Temuan penelitian memberikan gambaran bahwa tayangan humor berpotensi digunakan sebagai stimulus pendukung untuk menciptakan suasana pembelajaran yang lebih menarik dan menyenangkan. Namun, penerapannya dalam konteks pembelajaran perlu mempertimbangkan bahwa respons terhadap humor bersifat individual dan tidak selalu menghasilkan perubahan memori yang sama pada setiap mahasiswa. Selain itu, hasil penelitian ini hanya menunjukkan adanya perbedaan skor sebelum dan sesudah tayangan humor dalam kelompok yang sama. Oleh karena itu, diperlukan desain penelitian yang lebih kuat sebelum manfaat humor terhadap memori dapat digeneralisasikan secara lebih luas.

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan yang perlu dipertimbangkan dalam menginterpretasikan hasil. Pertama, jumlah sampel yang relatif kecil membatasi kekuatan statistik dan generalisasi temuan terhadap populasi mahasiswa yang lebih luas. Kedua, tidak adanya kelompok kontrol menyebabkan perubahan skor *pretest* dan *posttest* tidak dapat dikaitkan secara eksklusif dengan tayangan humor. Ketiga, apabila daftar kata yang sama digunakan pada kedua pengukuran, peningkatan skor dapat dipengaruhi oleh *practice effect* akibat paparan berulang terhadap stimulus. Keempat, penelitian belum menggunakan *manipulation check* terstandar untuk memastikan bahwa tayangan “Lapor Pak!” benar-benar





dipersepsikan lucu oleh seluruh partisipan. Keterbatasan tersebut menunjukkan bahwa penelitian selanjutnya perlu melibatkan sampel yang lebih besar, kelompok kontrol, stimulus *pretest-posttest* yang ekuivalen, serta penilaian tingkat kelucuan untuk memperkuat validitas temuan dan memperluas generalisasi hasil.

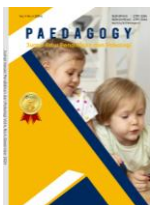
KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan pada skor memori jangka pendek mahasiswa Universitas Muhammadiyah Bandung sebelum dan sesudah menyaksikan tayangan humor. Skor memori jangka pendek setelah tayangan humor lebih tinggi dibandingkan sebelum tayangan diberikan. Temuan ini menunjukkan bahwa tayangan humor berpotensi berkaitan dengan peningkatan performa memori jangka pendek pada partisipan penelitian. Namun, karena penelitian menggunakan desain *one-group pretest-posttest* tanpa kelompok kontrol dan melibatkan jumlah sampel yang terbatas, hasil penelitian tidak dapat digunakan untuk menyimpulkan hubungan kausal maupun digeneralisasikan secara luas.

Secara praktis, temuan ini memberikan gambaran bahwa humor dapat dipertimbangkan sebagai stimulus pendukung untuk menciptakan suasana pembelajaran yang lebih menarik dan mendukung proses kognitif mahasiswa. Penelitian selanjutnya disarankan melibatkan jumlah partisipan yang lebih besar dan menggunakan kelompok kontrol agar perubahan skor dapat dievaluasi secara lebih kuat. Selain itu, penggunaan stimulus *pretest* dan *posttest* yang setara tetapi berbeda dapat mengurangi kemungkinan *practice effect*. Penelitian berikutnya juga perlu menggunakan *manipulation check* untuk memastikan bahwa tayangan humor benar-benar dipersepsikan lucu oleh partisipan.

DAFTAR PUSTAKA

- Barry, J. C., Ferrer, E., Lerma-Usabiaga, G., & Paz-Alonso, P. M. (2025). Mnemonic factors associated with the tip-of-the-tongue phenomenon. *Scientific Reports*, 15, Article 14316. <https://doi.org/10.1038/s41598-025-96497-3>
- Bitsch, F., Berger, P., Fink, A., Nagels, A., Straube, B., & Falkenberg, I. (2021). Antagonism between brain regions relevant for cognitive control and emotional memory facilitates the generation of humorous ideas. *Scientific Reports*, 11, Article 10685. <https://doi.org/10.1038/s41598-021-89843-8>
- Chai, W. J., Abd Hamid, A. I., & Abdullah, J. M. (2018). Working memory from the psychological and neurosciences perspectives: A review. *Frontiers in Psychology*, 9, Article 401. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.00401>
- Dharmawan, M. A., Alodya, C. J., Hastari, A. T., & Larasati, D. P. (2023). Pengaruh humor terhadap short-term memory pada mahasiswa. *Journal of Psychology Today*, 1(1), 44–50. <https://digamed.net/index.php/psychologytoday/article/view/153>
- Dharmawan, T. (2015). Musik Klasik dan Daya Ingat Jangka Pendek pada Remaja. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 3(2), 370–382. <https://ejournal.umm.ac.id/index.php/jipt/article/view/3538>
- Erdoğan, F., & Çakıroğlu, Ü. (2021). The educational power of humor on student engagement in online learning environments. *Research and Practice in Technology Enhanced Learning*, 16(9). <https://doi.org/10.1186/s41039-021-00158-8>
- Farkas, A. H., Trotti, R. L., Edge, E. A., Huang, L.-Y., Kasowski, A., Thomas, O. F., Chlan, E., Granros, M. P., Patel, K. K., & Sabatinelli, D. (2021). Humor and emotion: Quantitative meta-analyses of functional neuroimaging studies. *Cortex*, 139, 60–72. <https://doi.org/10.1016/j.cortex.2021.02.023>



- Hamdan, S. R., Srisayekti, W., Lawoto, A. F., Arasy, F. P., Pijoh, M. C., & Yanson, M. A. (2025). Too funny to remember? Analysis of the effect of humor in advertising. *MediaPsi*, 11(1), 368–381. <https://doi.org/10.21776/ub.mps.2025.011.01.1042>
- Hartono. (2019). *Metodologi penelitian: Dilengkapi analisis regresi dan path analysis dengan IBM SPSS Statistics version 25*. Zanafa Publishing.
- Haubrich, J., Hagen, H., Tsanov, M., & Manahan-Vaughan, D. (2023). Editorial: Dopaminergic control of experience encoding, memory and cognition. *Frontiers in Synaptic Neuroscience*, 15, 1228478. <https://doi.org/10.3389/fnsyn.2023.1228478>
- Kotyusov, A. I., Kasanov, D., Kosachenko, A. I., Gashkova, A. S., Pavlov, Y. G., & Malykh, S. (2023). Working memory capacity depends on attention control, but not selective attention. *Behavioral Sciences*, 13(2), 92. <https://doi.org/10.3390/bs13020092>
- Manoochehri, M. (2021). Up to the magical number seven: An evolutionary perspective on the capacity of short term memory. *Heliyon*, 7(5), Article e06955. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2021.e06955>
- Morra, S., Patella, P., & Muscella, L. (2024). Modelling working memory capacity: Is the magical number four, seven, or does it depend on what you are counting? *Journal of Cognition*, 7(1), Article 60. <https://doi.org/10.5334/joc.387>
- Motley, S. E. (2018). Relationship between neuromodulation and working memory in the prefrontal cortex: It's complicated. *Frontiers in Neural Circuits*, 12, Article 31. <https://doi.org/10.3389/fncir.2018.00031>
- Pabontong, S., Khumas, A., & Fakhri, N. (2022). Pengaruh humor terhadap memori jangka pendek pada mahasiswa. *Jurnal Psikologi Talenta Mahasiswa*, 1(3). <https://ojs.unm.ac.id/jtm/article/view/199-209>
- Razzaque, R., & Nagasaki, M. (2021). Laughter therapy: A humor-induced hormonal intervention to reduce stress and anxiety. *Current Research in Physiology*, 4, 135–138. <https://doi.org/10.1016/j.crphys.2021.04.002>
- Shabila, A., Anggreiny, R., Revalina, Budi, S., & Nathalia, S. (2023). Pengaruh tayangan humor terhadap short-term memory. *Jurnal Ilmiah Zona Psikologi*. <https://ejurnal.univbatam.ac.id/index.php/zonapsikologi/article/view/1307>
- Subhaktiyasa, P. G. (2024). Menentukan populasi dan sampel: Pendekatan metodologi penelitian kuantitatif dan kualitatif. *Jurnal Ilmiah Profesi Pendidikan*, 9(4), 2721–2731. <https://doi.org/10.29303/jipp.v9i4.2657>
- Tyng, C. M., Amin, H. U., Saad, M. N. M., & Malik, A. S. (2017). The influences of emotion on learning and memory. *Frontiers in Psychology*, 8, Article 1454. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.01454>
- Warren, C., Barsky, A., & McGraw, A. P. (2021). What makes things funny? An integrative review of the antecedents of laughter and amusement. *Personality and Social Psychology Review*, 25(1), 41–65. <https://doi.org/10.1177/1088868320961909>