

Humor Dakwah KH. Anwar Zahid dalam Menumbuhkan Kesehatan Mental

Nenden Sri Hayati¹, Diandi Nur Hakim² Zahrah Isnaini³
Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta, Indonesia^{1,2,3}
zahrahisnaini30@gmail.com³

Submitted: 27-11-2021

Revised: 29-12-2022

Accepted: 10-10-2022

Copyright holder:

© Zulfi, N., Hakim, D., & Isnaini, Z. (2022).

First publication right:

© Ghaidan Jurnal Bimbingan Konseling & Masyarakat

How to cite: Zulfi, N., Hakim, D., & Isnaini, Z. (2022). Humor Dakwah KH. Anwar Zahid dalam Menumbuhkan Kesehatan Mental. *Ghaidan: Jurnal Bimbingan Konseling Islam Dan Masyarakat*, 6(1), 10-17. <https://doi.org/https://doi.org/10.19109/ghaidan.v6i1.10314>

Published by:

UIN Raden Fatah Palembang

Journal website:

<http://jurnal.radenfatah.ac.id/index.php/ghaidan/index>

E-ISSN:

2621-8283

ABSTRACT:

Humans are individual and social creatures who always live side by side and need other people. Both as individual and social beings in human daily life cannot be separated from the existence of various problems. The problems faced by humans are not only physical problems but also problems related to the mind or soul which are also important studies. The problems faced by humans, if left unchecked, will cause pressure and result in mental health problems. The purpose of this study was to determine the humor values of Dakwah kh. anwar zahid in growing mental health. The research method that researchers use is descriptive research method. The research method used in writing this journal is qualitative by analyzing the existing literature. From the results of the analysis, it is found that one way to overcome the pressure of the problems faced by humans is with humor. One form of the application of humor is in da'wah activities, where da'wah here acts as a medium for distributing humor.

KEYWORDS: *Humor, Da'wah, Mental Health*

PENDAHULUAN

Manusia sejatinya ialah makhluk individu dan juga makhluk sosial. Manusia memiliki ciri khas yang membedakan antara satu sama lainnya. Manusia juga selalu hidup berdampingan dengan makhluk yang lain, dimana ini menjadikan manusia disebut sebagai makhluk sosial. Dalam proses kehidupan ini manusia tidak lepas dari adanya suatu permasalahan. Permasalahan yang di hadapi manusia tidak hanya permasalahan dalam segi fisik saja melainkan juga permasalahan yang berkaitan dengan batin atau jiwa. Permasalahan-permasalahan yang di hadapi oleh manusia ini jika di biarkan secara terus menerus maka akan menimbulkan adanya masalah kesehatan mental. Dimana dengan adanya masalah dalam kesehatan mental maka akan mempengaruhi bidang kehidupan lainnya. Sekiranya ada 450 juta orang di dunia mengalami gangguan mental. Diperkirakan 1 dari 4 orang pasti akan memiliki gangguan mental sepanjang masa hidup mereka.¹

Bersumber dari data Riskesdas tahun 2007, di indonesia sendiri diketahui bahwa 11,6% dari populasi orang dewasa mengalami gangguan mental emosional seperti kecemasan serta tekanan

¹ Ayuningtyas, Dumilah, and Marisa Rayhani. "Analisis situasi kesehatan mental pada masyarakat di Indonesia dan strategi penanggulangannya." *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat* 9, no. 1 (2018): 1-10. <https://doi.org/10.26553/jikm.2018.9.1.1-10>

mental (depresi). Jika di jabarkan lebih lanjut maka sebanyak 1.740.000 dari total 150.000.000 orang dewasa di Indonesia mengalami gangguan mental emosional.² Kemudian bersumber pada informasi dari Riskesdas 2013 secara nasional diketahui bahwa sebesar 1,7‰ (per mil), atau sebanyak 1.728 orang juga mengalami gangguan jiwa berat. Sedangkan gangguan mental emosional dengan tanda-tanda tekanan mental serta kecemasan mencapai 6% atau sebanyak 37.728 orang.³ Kemudian bersumber pada informasi dari departemen kesehatan RI tahun 2019, prevalensi nasional tekanan mental di antara orang yang berusia lebih dari 15 tahun bahkan mencapai 6,1% dan hanya sekitar 9% dari mereka yang menerima dan melakukan perawatan atau di tangani oleh seorang profesional.⁴ Banyak cara untuk menangani adanya gangguan kesehatan mental.

Pada kondisi tertentu juga bisa dilakukan *self healing* untuk meminimalisir adanya gangguan kesehatan mental, salah satu alternatifnya dengan humor. Humor banyak sekali tercipta atau di temui dalam keseharian, dimana salah satunya ada dalam kegiatan dakwah. Dakwah di sini berperan sebagai media penyaluran humor. Penggunaan humor dalam dakwah ini bisa mempengaruhi kesehatan mental, dimana dengan adanya humor dalam kegiatan dakwah maka penerima dakwah (*mad'u*) akan gembira bahkan tertawa sebagai respon terhadap humor dakwah yang di sampaikan sehingga emosi positif dalam diri objek dakwah (*mad'u*) akan menjadi seimbang. Dengan seimbangny emosi positif ini akan berdampak dengan seimbangny kesehatan mental. Oleh sebab itu dakwah dengan sisipan humor menjadi hal yang penting sebagai salah satu media menjaga kesehatan mental. Hal ini juga sesuai dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Musthofa Hilmi 2018 yang mengemukakan bahwa diperbolehkan menyisipkan atau menggunakan humor dalam kegiatan dakwah karena humor dapat memberikan dampak yang positif terhadap kesehatan baik secara jasmani, psikologis, maupun.⁵

METODE

Berdasarkan masalah yang telah dipaparkan, maka akan dilakukan penelitian yang bertujuan Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui nilai-nilai humor Dakwah kh. anwar zahid dalam menumbuhkan kesehatan mental. Metode penelitian yang di pakai dalam penelitian ini adalah kualitatif deskriptif dimana data yang di jabarkan berupa kata-kata bukan angka. Sebagaimana yang dikemukakan oleh Sugiyono, metode deskriptif kualitatif ialah salah satu metode dalam penelitian yang berlandaskan filsafat *postpositivisme* yang digunakan meneliti objek alamiah dimana peneliti menjadi instrumen kunci untuk mendeskripsikan keadaan secara objektif.⁶

HASIL DAN PEMBAHASAN

Humor dalam pengertian Syariah, *al-Mazhu* (bercanda) berarti memuaskan hati seseorang menggunakan kalimat yang sopan, lembut bahkan tanpa menyinggung. Kebanyakan Muslim

² Putri, Adisty Wismani, Budhi Wibhawa, and Arie Surya Gutama. "Kesehatan mental masyarakat Indonesia (pengetahuan, dan keterbukaan masyarakat terhadap gangguan kesehatan mental)." *Prosiding Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat* 2, no. 2 (2015). <https://doi.org/10.24198/jppm.v2i2.13535>

³ Ibid, Hal 3

⁴ Ridlo, Ilham Akhsanu. "Pandemi Covid-19 dan tantangan kebijakan kesehatan mental di Indonesia." (2020). <https://orcid.org/0000-0001-5751-3665>

⁵ Hilmi, Mustofa. "Humor dalam Pesan Dakwah." *Jurnal Ilmu Dakwah* 38, no. 1 (2019): 87-110. [Google Scholar](https://scholar.google.com/)

⁶ Sugiyono, S. "Metode penelitian pendidikan:(pendekatan kuantitatif, kualitatif dan R & D). Bandung: Alfabeta." (2015). [Google Scholar](https://scholar.google.com/)

percaya bahwa humor tidak dapat memancing tawa yang tidak pantas.⁷ Didalam dakwah kata Humor merupakan kegunaan atau manfaat humor di kehidupan. Didalam dakwah kata Humor adalah sebutan lucu bahkan harapan lucu diciptakan para pendakwah baik langsung maupun tidak langsung. Pendakwah wajib mempunyai kemampuan dan lebih banyak ide cemerlang dalam berdakwah untuk memenuhi kebutuhan orang lain dan kemajuan dunia. Pada dasarnya pesan yang disampaikan dalam dakwah bersifat terbuka dalam penyampaian tentang ajaran agama serta koersif, berupa bujukan secara persuasi. cara menyampaikan tantangan berbuat baik dan mencegah kejahatan. Untuk menarik perhatian pendengar dan pemirsa, ausstadz menanamkan humor di pinggir pesan yang disampaikannya. Sehingga kehadiran humor yang disampaikannya membuat pesan menjadi informatif, menarik dan santai. Hal yang menjadi garis bawah dalam penggunaan humor dakwah ialah setiap pendakwah pasti memiliki cara tersendiri untuk mengkomunikasikan atau menyampaikan humor tersebut.⁸

Penjelasan tentang humor juga terdapat dalam Al-Qur'an. Bahkan dalam al-qur'an bukan hanya tentang berbuat baik maupun perbuatan yang harus dilanggar belaka, bahkan tentang unsur narasi ringan yang dijadikan sebagai pelajaran berharga. Seperti yang terdapat dalam surat Yusuf yang penuh dengan cerita dari awal hingga akhir dan sekaligus Allah menyebutnya *ahsanul qashas* (kisah-kisah terbaik). Kemudian pada lingkup pesantren, humor juga menjadi aspek sentral, meski dalam diri individu tersebut berkewajiban berbuat baik antara lain tentang religiositas agama, pola pikir, sekolah, tingkah laku, kehidupan bersosial. Bahkan terutama dalam situasi yang sangat penting, atau situasi yang dianggap "*suci*," kata humor sangat terkenal dan berkembang. Entah para pendakwah ataupun para anak pondok sering bergumul pada kebiasaan bersituasi humor. sesuatu yang terlihat genting atau seram pada masyarakat malah dianggap hal konyol atau biasa bagi masyarakat pesantren. menegangkan oleh masyarakat bisa menjadi hal yang menggelikan, cair, dan santai bagi masyarakat pesantren. Maka dapat ditarik kesimpulan bahwa humor dalam kajian islam di sampaikan melalui cara santai serta humoris.⁹

Kesehatan mental menjadi bagian dari kesehatan yang tidak bisa dipisahkan. Sehat secara mental ialah keadaan dimana seseorang merasa sejahtera secara psikologis, emosional, ataupun secara sosialnya. Kesehatan mental merupakan hal yang penting untuk manusia, yang konteks kedudukannya bahkan sama dengan kesehatan jasmani. Apabila individu tersebut sehat mentalnya maka bidang kehidupan lainnya akan dapat bekerja secara optimal. Keadaan mental yang baik saling berhubungan dengan keadaan fisik yang baik.¹⁰ Kesehatan mental mempengaruhi bagaimana individu berpikir, merasa, berperan, dan membuat keputusan, serta bagaimana individu tersebut menangani adanya tekanan pikiran serta berhubungan dengan orang lain. Kesehatan mental menjadi penting untuk di jaga. tidak hanya untuk individu dewasa yang produktif, namun kanak-

⁷Fahriansyah. "Filosofi Humor Dakwah". *Alhadharah: Jurnal Ilmu Dakwah*18, no 2(2019). <https://dx.doi.org/10.18592/alhadharah.v18i2.3132>

⁸ Nadhiroh, Alviyatun. "Humor dalam retorika dakwah KH. Ilhamullah Sumarkan di pesantren mahasiswa An-Nur." PhD diss., UIN Sunan Ampel Surabaya, 2019. [Google Scholar](#)

⁹ Hariry, Sheila, Kasful Anwar, and Yudi Kurniawan. "Urgensi dan Implementasi Humor dalam Pembelajaran Pendidikan Agama Islam." PhD diss., UIN Sulthan Thaha Saifuddin Jambi, 2021. [Google Scholar](#)

¹⁰ Putri, Adisty Wismani, Budhi Wibhawa, and Arie Surya Gutama. "Kesehatan mental masyarakat Indonesia (pengetahuan, dan keterbukaan masyarakat terhadap gangguan kesehatan mental)." *Prosiding Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat* 2, no. 2 (2015). <https://doi.org/10.24198/jppm.v2i2.13535>

kanak, anak muda, bahkan lansia juga wajib peka serta sadar terhadap kesehatan mental.¹¹ Individu yang memiliki kesehatan mental yang baik maka akan dapat beraktifitas secara produktif serta menggunakan potensinya secara optimal. Mereka juga sanggup berpikir secara positif serta jernih ketika dihadapkan dengan bermacam masalah. Hal ini kemudian akan menuntun individu tersebut agar menjadi lebih baik dalam menyikapi permasalahan yang di hadapinya. Mental yang sehat juga sangat berdampak positif dalam kehidupan sosial. Individu dengan mental yang sehat akan mudah dalam berkomunikasi, mudah bergaul atau berteman, serta mempunyai pertemanan yang sehat. Bahkan mereka juga dapat berkontribusi dengan baik dalam komunitas yang individukuti atau orang-orang disekitarnya.¹² Ciri-ciri individu dengan mental yang sehat dapat dilihat pada tabel 1, dan bagaimana menjaga kesehatan mental dapat dilihat pada tabel 2.

Tabel. Ciri-ciri Individu dengan Mental yang Sehat

Indikator	Deskripsi
Bebas dari adanya gangguan dalam konteks Jiwa	Zakiah Daradjat mengemukakan perbandingan gangguan (<i>neurose</i>) dengan penyakit jiwa (<i>psikose</i>), antara lain: <ol style="list-style-type: none"> Individu yang memiliki <i>neurose</i> masih mengenali serta merasakan dampaknya, namun berbeda dalam kasus <i>psikose</i>. Individu yang mengalami <i>psikose</i> tidak menyadari dirinya mengalami <i>psikose</i> Dalam <i>neurose</i> kepribadian individu tidak jauh dari kenyataan serta masih berada dalam alam realitas pada biasanya. sebaliknya, individu yang mengalami <i>psikose</i> dari seluruh segi (asumsi, perasaan atau emosi, serta dorongan- dorongan) sangat tersendat dan tidak terdapat integritas atau hidup dalam alam yang tidak.
Penyesuaian diri (<i>self adjustment</i>)	Proses mendapatkan atau penuhi kebutuhan (<i>needs satisfaction</i>), serta menanggulangi tekanan pikiran maupun kendala dengan cara tertentu dan antara satu individu dengan lainnya akan berbeda dalam segi cara penggulangan. Individu bisa disebut mempunyai penyesuaian diri yang wajar apabila ia sanggup memenuhi kebutuhan serta menyelesaikan masalah yang ada dengan normal. Kemudian juga dalam proses penyesuaian tersebut individu tidak dalam banyak aspek (dirinya, lingkungan, maupun norma agama)
Pemanfaatan kemampuan secara optimal	Individu yang mentalnya cenderung baik maka ia sanggup menggunakan kemampuan yang ia miliki secara positif serta konstruktif untuk mengembangkan kualitasnya.
Tercapainya kebahagiaan baik dari diri sendiri serta orang lain	Individu dengan mental yang sehat akan menunjukkan sikap ataupun respon dari suatu suasana ketika memenuhi kebutuhannya, kemudian dapat memberikan dampak positif untuk dirinya serta orang disekitar. Seluruh kegiatannya bertujuan untuk membahagiakan diri sendiri serta kebahagiaan bersama. ¹

Tabel 2. Bagaimana menjaga Kesehatan Mental

No	Deskripsi
1.	Menghargai diri sendiri dengan tidak menyamakan atau membandingkan diri sendiri dengan orang lain
2.	Upayakan buat senantiasa memandang sisi positif dari sesuatu masalah
3.	Memperlakukan diri sendiri selayaknya berlaku terhadap orang yang disayangi.
4.	Temukan metode terbaik untuk diri sendiri untuk mengelola tekanan pikiran atau stres, misalnya menulis, membaca, berjalan- jalan, atau berbincang-bincang
5.	Bersyukur. Mensyukuri segala hal yang dimiliki agar bisa menerima serta mencitai diri sendiri
6.	Terapkan pola hidup yang sehat
7.	Mengembangkan kemampuan yang dimiliki atau mencoba hal- hal baru
8.	Memelihara ikatan yang baik dengan orang lain
9.	Melakukan aktivitas yang membuat bahagia
10.	Berhenti bersikap terlalu perfeksionis

¹² Widjaja, A. W. "Komunikasi dan hubungan masyarakat." Jakarta: PT. Bumi Aksara (2002). [Google Scholar](#)

Pada awalnya kebanyakan orang tidak mengetahui terkait psikologi positif. Mereka hanya mengetahui terkait psikologi negatif, seperti takut, marah, cemas, dll. Secara ilmiah, psikologi negatif ataupun positif saling berkaitan sebagai suatu penyeimbang. Hal ini seperti yang dijelaskan oleh Kareem Johnson, dimana emosi yang konteksnya negatif seperti marah ataupun khawatir bermanfaat untuk menyelamatkan diri secara spontan atau jangka pendek. Emosi positif semacam joy serta happiness, menjadi mekanisme menyelamatkan diri secara jangka panjang serta menampilkan gambaran secara besar dalam berpikir serta bisa membuat individu lebih detail dan rinci ketika memperhatikan sesuatu. Pada dasarnya psikologi positif tidak bermaksud mengubah ataupun menghilangkan penderitaan, kelemahan ataupun gangguan (jiwa), tetapi lebih kepada memperkaya khasanah dan untuk memahami secara ilmiah terkait pengalaman individu yang berkaitan dengan problem solving dari gangguan yang di alami.¹³

Salah satu bentuk dari psikologi positif adalah humor, yang merupakan sesuatu rangsangan mental yang dimunculkan dari apa yang dilakukan atau dikatakan seseorang sehingga dari rangsangan mental tersebut memunculkan tawa. Maka bisa dikatakan humor berpengaruh terhadap perasaan yang bisa membuat seorang merasa senang, gembira serta bahagia. KH. Anwar zahid merupakan Kyai yang gaya berbicaranya lucu, lugu, apa terdapatnya, ceplas ceplos serta bersumber pada realitas kehidupan, sehingga dalam penyampaian dakwahnya mempermudah mad'u untuk mengolah dari apa yang di sampaikan. Dalam penyampaian dakwahnya KH. Anwar Zahid banyak menyertakan unsur humor sehingga masyarakat pun banyak yang tertarik dan suka terhadap dakwahnya. Penggunaan humor dalam dakwah KH. Anwar Zahid ini menjadi ciri khas tersendiri, sehingga penyampaian dakwah menjadi lebih menarik serta mampu merangkul bermacam susunan masyarakat dari kanak-kanak, remaja hingga orang tua.

K.H. Anwar Zahid juga sangat memahami situasi dan suasana dari objek dakwah atau mad'u, sehingga beliau memahami bagaimana harus berbicara dalam suasana ceria, jenuh, bahkan mengantuk sekalipun. ketika mad'u mulai bosan, mengantuk, atau kurang fokus beliau kemudian menyelipkan humor-humor yang membuat mad'u tertawa serta tidak bosan lagi. Dalam berdakwah KH. Anwar Zahid memakai metode retorika, sehingga pada saat berdakwah beliau menyampaikan pesanya bersumber pada teknik-teknik retorika, seperti mengenakan bahasasehari-hari, suara yang fleksibel, bernada suara rendah, kemudian bisa menjadi sedikit keras ketika menyampaikan perkara hukum Islam. Tidak hanya itu beliau juga memakai gaya yang unik agar bisa menghidupkan atmosfer, sehingga mad' u menjadi bersemangat dalam mencermati ceramah dari K.H Anwar Zahid.

Humor dalam dakwah KH. Anwar Zahid ini memiliki efek positif bagi kesehatan fisik serta mental manusia. Humor dapat mengurangi tingkatan kecemasan, tekanan pikiran, menjaga kesehatan mental, serta berhubungan dengan kreativitas dan kepribadian individu. Banyak sekali penelitian atau riset terkait humor. Salah satu penelitian terkait humor yaitu dari Thorson & Powell, mereka berupaya mencampurkan bermacam konsep serta definisi rasa humor dari riset terdahulu. Dari upaya mencampurkan berbagai macam konsep maupun definisi humor kemudian menghasilkan konsep yang multidimensional mendefinisikan rasa humor. Dalam kehidupan manusia humor memiliki peran sentral, sebab humor merangsang seorang untuk gembira atau tertawa. Dimana hal ini sangat mempengaruhi kesehatan maupun keseimbangan jiwa manusia.

¹³ Manurung, Rosida Tiurma. "Kajian Maksim: Perilaku Tindak Tutur dengan Pendekatan Psikologi Positif." *Jurnal Sosioteknologi* 9, no. 19 (2010): 812-824. [Google Scholar](#)

Amin juga mengatakan, manusia tidak akan membutuhkan tiga perempat obat-obatan di apotik jika mereka bersifat jujur, mereka hanya butuh tertawa.

Satu tawa lebih baik dari seribu kali aspirin serta kapsul penenang, orang yang banyak tersenyum dan tertawa akan bisa memandang kesulitan dalam hidup dengan tenang, dan setelah itu individu tersebut akan sanggup mengalahkan kesulitan-kesulitan tersebut.¹⁴ Hodgkinson juga menjelaskan bahwa humor dapat menimbulkan reflex untuk tertawa dan menjadi obat yang terbaik untuk melawan stres.¹⁵ Humor dapat membuat seorang individu menjadi lebih rileks, tidak tegang, sehingga pikirannya menjadi lebih fokus dan jernih ketika menyelesaikan masalah. Secara umum humor dapat membantu individu dalam meminimalisir perasaan yang kurang baik atau negatif dimana perasaan negatif ini menjadi pemicu munculnya stress dalam kehidupan.¹⁶

Dalam hidup akan banyak sekali dihadapkan dengan peristiwa yang memunculkan tekanan pikiran besar. Humor bisa berfungsi sebagai pelepasan naluri yang terkekang maupun ketegangan dalam batin. Humor juga bisa menjadi wadah keluhan sosial. Hal ini sejalan dengan fungsi humor itu sendiri dimana diketahui humor dapat membuat seseorang tertawa, serta tertawa yang diakibatkan oleh mendengarkan humor bisa menyeimbangkan kesehatan jiwa ketika mengalami kondisi yang berlawanan atau kurang baik, kondisi yang tidak terduga, maupun perpecahan yang terjadi di masyarakat.¹⁷

KESIMPULAN

Humor merupakan sesuatu yang muncul dari rangsangan mental dimana rangsangan mental tersebut berasal dari apa yang dilakukan atau dikatakan seseorang sehingga memunculkan tawa dan membuat gembira. Humor berpengaruh terhadap perasaan yang bisa membuat seorang merasa senang, gembira serta bahagia. Humor banyak sekali terdapat dalam berbagai macam kegiatan sehari-hari salah satunya dalam kegiatan dakwah. Penggunaan humor dalam dakwah ini sangat berpengaruh bagi kesehatan mental individu. Dengan humor akan menimbulkan emosi positif yang membuat individu cenderung merasa riang serta penuh tenaga, kurang tekanan mental, tidak takut, tidak mudah tersinggung, serta tidak mudah tegang. Maka secara otomatis berkat adanya emosi positif ini, timbul pula perasaan sejahtera dalam segi mental atau sering di sebut sehat secara mental. Individu dengan selera humor yang baik akan banyak emosi positif yang muncul, sehingga menjadi banyak pula perasaan sejahtera yang timbul. Hal ini berarti dengan humor menjadikan individu tersebut banyak mendapat dan menikmati emosi yang positif.

REFERENSI

Ayuningtyas, Dumilah, and Marisa Rayhani. "Analisis situasi kesehatan mental pada masyarakat di Indonesia dan strategi penanggulangannya." *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat* 9, no. 1 (2018): 1-10. <https://doi.org/10.26553/jikm.2018.9.1.1-10>

¹⁴ Marwan, Iwan. "Rasa Humor dalam Perspektif Agama." *Buletin Al-Turas* 19, no. 2 (2013): 267-278. [Google Scholar](#)

¹⁵ Sukoco, Aquarista Stevie Pramudita. "Hubungan sense of humor dengan stres pada mahasiswa baru Fakultas Psikologi." *CALYPTRA* 3, no. 1 (2014): 1-10. [Google Scholar](#)

¹⁶ Wijaya, Erik. 2017. "Peranan Humor terhadap Stres dengan Subjective Well Being (SWB) sebagai Mediator pada Dewasa Awal", *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, dan Seni* . Vol 1 (1). [Google Scholar](#)

¹⁷ Japarudin, Japarudin. "Humor Dalam Aktivitas Tabligh." *Jurnal Ilmiah Syi'ar* 17, no. 2 (2017): 11-20. <http://dx.doi.org/10.29300/syr.v17i2.890>

- Fahriansyah. "Filosofi Humor Dakwah". *Alhadharah: Jurnal Ilmu Dakwah* 18, no 2(2019). <https://dx.doi.org/10.18592/alhadharah.v18i2.3132>
- Hariry, Sheila, Kasful Anwar, and Yudi Kurniawan. "Urgensi dan Implementasi Humor dalam Pembelajaran Pendidikan Agama Islam." PhD diss., UIN Sulthan Thaha Saifuddin Jambi, 2021. [Google Scholar](#)
- Hilmi, Mustofa. "Humor dalam Pesan Dakwah." *Jurnal Ilmu Dakwah* 38, no. 1 (2019): 87-110. [Google Scholar](#)
- Japarudin, Japarudin. "Humor Dalam Aktivitas Tabligh." *Jurnal Ilmiah Syi'ar* 17, no. 2 (2017): 11-20. <http://dx.doi.org/10.29300/syr.v17i2.890>
- Kurniawati, Anisa. "Politeness Strategies in "Indonesian Stand Up Comedy Season I" Performed by the Winner." PhD diss., Brawijaya University, 2014. [Google Scholar](#)
- Manurung, Rosida Tiurma. "Kajian Maksim: Perilaku Tindak Tutur dengan Pendekatan Psikologi Positif." *Jurnal Sositologi* 9, no. 19 (2010): 812-824. [Google Scholar](#)
- Marwan, Iwan. "Rasa Humor dalam Perspektif Agama." *Buletin Al-Turas* 19, no. 2 (2013): 267-278. [Google Scholar](#)
- Nadhiroh, Alviyatun. "Humor dalam retorika dakwah KH. Ilhamullah Sumarkan di pesantren mahasiswa An-Nur." PhD diss., UIN Sunan Ampel Surabaya, 2019. [Google Scholar](#)
- Putri, Adisty Wismani, Budhi Wibhawa, and Arie Surya Gutama. "Kesehatan mental masyarakat Indonesia (pengetahuan, dan keterbukaan masyarakat terhadap gangguan kesehatan mental)." *Prosiding Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat* 2, no. 2 (2015). <https://doi.org/10.24198/jppm.v2i2.13535>
- Ridlo, Ilham Akhsanu. "Pandemi Covid-19 dan tantangan kebijakan kesehatan mental di Indonesia." (2020). <https://orcid.org/0000-0001-5751-3665>
- Sukoco, Aquarista Stevie Pramudita. "Hubungan sense of humor dengan stres pada mahasiswa baru Fakultas Psikologi." *CALYPTRA* 3, no. 1 (2014): 1-10. [Google Scholar](#)
- Sugiyono, S. "*Metode penelitian pendidikan:(pendekatan kuantitatif, kualitatif dan R & D)*. Bandung: Alfabeta." (2015). [Google Scholar](#)
- Widjaja, A. W. "Komunikasi dan hubungan masyarakat." *Jakarta: PT. Bumi Aksara* (2002). [Google Scholar](#)
- Wijaya, Erik. 2017. "*Peranan Humor terhadap Stres dengan Subjective Well Being (SWB) sebagai Mediator pada Dewasa Awal*", *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, dan Seni* . Vol 1 (1). [Google Scholar](#)