

## Faktor dan Manfaat Tertawa Bagi Kesehatan Serta Hubungan Sosial dalam Naskah Gumuyu = The Factors and Benefits of Laughter for Health and Social Relationships in the Gumuyu Manuscript

Ikhtiar Azmi Larasati, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=9999920518179&lokasi=lokal>

---

### Abstrak

Penelitian ini mengkaji mengenai naskah Gumuyu yang merupakan naskah koleksi Perpustakaan Nasional Republik Indonesia dengan kode NB 1567. Selain memuat manfaat, dalam teks juga disebutkan faktor-faktor yang dapat dilakukan agar seseorang dapat tertawa. Berdasarkan hal tersebut didapat masalah utama yaitu apa makna tertawa yang terkandung dalam teks Gumuyu. Kemudian dari permasalahan tersebut didapatkan tujuan penelitian yaitu untuk menjelaskan apa sajakah manfaat tertawa bagi kesehatan serta bagi hubungan sosial. Oleh karena penelitian ini menggunakan naskah kuno, maka penelitian ini menggunakan metode naskah tunggal dan langkah kerja filologi yang meliputi inventarisasi naskah; deskripsi naskah; pertanggungjawaban alih aksara dan pengalihaksaraan. Untuk menganalisis manfaat tertawa dalam teks digunakan teori Sosiologi Sastra. Secara jasmani, tertawa memiliki manfaat baik bagi wajah yaitu wajah menjadi terlihat lebih awet muda dan terlihat ramah. Seseorang yang memiliki wajah yang ramah secara otomatis akan menebarkan aura positif bagi orang lain yang berada di sekitarnya, hal tersebut tentu saja berdampak baik pada hubungan sosial yang dimiliki. Selain itu, hasil penelitian juga menunjukkan bahwa tertawa juga berdampak baik bagi psikologis seseorang karena tertawa dapat menurunkan hormon stress dalam tubuh yang dapat memicu penyakit-penyakit lain.

.....This research examines the Gumuyu manuscript which is a manuscript collection of the National Library of Indonesia with code NB 1567. In addition to containing benefits, the text also mentions factors that can be done so that someone can laugh. Based on this, the main problem is what is the meaning of laughter contained in Gumuyu's text. Then from these problems the research objective was obtained, namely to explain what are the benefits of laughter for health and for social relationships. Because this research uses ancient manuscripts, this research uses the single manuscript method and philological work steps which include an inventory of manuscripts; script description; accountability for transliteration and translation. To analyze the benefits of laughing in a text, the theory of Sociology of Literature is used. Physically, laughter has good benefits for the face, namely the face becomes more youthful and looks friendly. Someone who has a friendly face will automatically spread a positive aura to other people around him, this of course has a good impact on their social relationships. In addition, research results also show that laughter also has a good impact on a person's psychology because laughter can reduce stress hormones in the body that can trigger other diseases.