

# HUBUNGAN TINGKAT KECEMASAN (ANXIETY) DENGAN CIRI KEPRIBADIAN (INTROVERT DAN EKSTROVERT) PADA REMAJA DI SMP NEGERI 26 KOTA MALANG

(Relationship of Anxiety Levels With Personality Traits (Introvert And Extrovert) Characteristics in Adolescents in SMP Negeri 26 Kota Malang)

Wahidyanti Rahayu Hastutiningtyas<sup>1</sup>, Neni Maemunah<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>Dosen Program Studi Keperawatan

Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Tribhuwana Tungadewi

Email: abc\_1yanti@yahoo.com

## ABSTRAK

**Pendahuluan:** Kecemasan digambarkan sebagai perasaan takut yang tidak menyenangkan dan keprihatinan mengenai masa yang akan datang, biasanya disebabkan oleh hal yang tidak jelas dan tidak dapat dipahami serta sering disertai dengan gejala fisiologis. **Metode:** Penelitian ini merupakan penelitian dengan menggunakan pendekatan *cross sectional* yang melihat hubungan tingkat kecemasan (*Anxiety*) dengan ciri kepribadian (*Introvert dan Ekstrovert*) pada remaja di SMP Negeri 26 Kota Malang. Penelitian dilaksanakan di SMP Negeri 26 Kota Malang dimulai bulan Januari 2020 dengan responden mengisi kuesioner penelitian. Populasi pada penelitian ini yaitu siswi kelas XIII di SMP Negeri 26 Kota Malang. Sampel yang digunakan adalah *simple random sampling*. Analisa Univariat menggunakan analisa dengan melihat distribusi frekuensi. Analisa bivariat mengetahui hubungan variabel independen terhadap variabel dependen dengan uji statistik *pearson* dengan batas makna ( $\alpha=0,05$ ) atau *confidence Interval* (CI)=95% diolah dengan menggunakan program SPSS. **Hasil dan analisis:** Hasil uji *pearson* didapatkan *p value* = (0,000) < (0,050) sehingga  $H_1$  diterima, artinya ada hubungan yang signifikan antara tingkat kecemasan (*Anxiety*) dengan ciri kepribadian (*Introvert dan Ekstrovert*) pada remaja di SMP 26 Kota Malang. **Diskusi:** Peneliti selanjutnya dapat melihat faktor-faktor yang dominan pada tingkat kecemasan (*Anxiety*) dan ciri kepribadian (*introvert dan ekstrovert*).

Keyword: tingkat kecemasan, ciri kepribadian, dan SMP 26 Malang

## ABSTRACT

**Introduction:** Anxiety is described as an unpleasant feeling of fear and concern about the future, usually caused by things that are unclear and incomprehensible and often accompanied by physiological symptoms. **Method:** This research is a study using a cross sectional approach that looks at the relationship of anxiety levels with personality traits (introverted and extroverted) in adolescents at SMP Negeri 26 Malang. The study was conducted at SMP Negeri 26 Malang City starting in January 2020 with respondents filling out a research questionnaire. The population in this study were students of class XIII in SMP Negeri 26 Malang. The sample used is simple random sampling. Univariate analysis uses analysis by looking at the frequency distribution. The bivariate analysis found out the relationship of the independent variable to the dependent variable with the pearson statistical test with a significance limit ( $\alpha = 0.05$ ) or confidence interval (CI) = 95% processed using the SPSS program. **Result and analysis:** Pearson test results obtained *p value* = (0,000) < (0,050) so that  $H_1$  is accepted, meaning that there is a significant relationship between the level of anxiety (*Anxiety*) with personality traits (*Introverted and Extroverted*) in adolescents in SMP Negeri 26 Malang. **Discussion:** Future study needed to find dominant factors related to anxiety and the personality characteristic.

Keyword: anxiety level, personality traits, and SMP Negeri 26 Malang

---

## Pendahuluan

Kecemasan digambarkan sebagai perasaan takut yang tidak menyenangkan dan keprihatinan mengenai masa yang akan datang, biasanya disebabkan oleh hal yang tidak jelas dan tidak dapat dipahami serta

sering disertai dengan gejala fisiologis (Tumigolung, Kumaat & Onibala, 2016). Kecemasan dapat mempengaruhi semua bagian dari kehidupan seseorang, menyebabkan stres mental, perubahan perilaku, masalah-masalah dalam interaksi

dengan orang lain dan keluhan-keluhan fisik salah satunya mengakibatkan nafsu makan berkurang. Kecemasan menyebabkan penurunan semua kinerja organ tubuh yang dipengaruhi dan dikontrol oleh otak, ketika reseptor otak mengalami kondisi cemas/depresi akan menyebabkan perubahan keseimbangan kondisi tubuh (Agustianto, 2012).

Orang yang dengan ciri kepribadian ekstrovert dipengaruhi oleh dunia objektif, tindakannya terutama ditentukan oleh lingkungannya. Apabila keterikatan terhadap dunia luar terlampaui kuat ia menjadi asing terhadap dunianya sendiri. Sedangkan orang *introvert* dipengaruhi oleh dunia subjektif, orientasinya tertuju ke dalam dirinya. Ia kurang bisa bergaul dengan lingkungannya, namun penyesuaian terhadap dirinya sendiri baik (Yusuf & Nurihsan, 2007). Sifat kepribadian dapat mempengaruhi tidak hanya sekedar kesuksesan di sekolah, namun juga hasil-hasil jangka panjang. Kepribadian juga dapat mempengaruhi mood yang dialami seseorang (Feist 2010). Menurut Eysenck dalam Suryabrata (2005), bahwa orang *introvert* cenderung lebih mudah mengalami gejala-gejala ketakutan dan depresi, yang ditandai oleh sifat mudah tersinggung, apatis, saraf otonom yang labil, gampang terluka, mudah gugup, rendah diri, mudah melamun dan sukar tidur.

Beberapa hasil penelitian menunjukkan terdapat perbedaan tingkat kecemasan antara remaja dengan ciri kepribadian *introvert* dan *ekstrovert*. Hal ini sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Feist (2010), bahwa sifat-sifat kepribadian mempengaruhi tidak hanya sekedar kesuksesan di sekolah dan hasil jangka panjang lainnya tapi juga mood yang dialami seseorang. Orang dengan ekstraversi tinggi akan menjadi pribadi yang menyenangkan dan bergairah (perasaan positif), sebaliknya orang dengan ekstraversi rendah atau *introvert* akan menjadi pribadi pencemas dan kaku (perasaan negatif). Hasil dari penelitian ini tidak berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh

Manovia (2011), tentang perbedaan tingkat depresi berdasarkan tipe kepribadian *ekstrovert* dan *introvert* pada mahasiswa tingkat I Fakultas Kedokteran UNS, didapatkan hasil bahwa terdapat perbedaan tingkat depresi yang signifikan antara mahasiswa dengan ciri kepribadian *introvert* dan *ekstrovert*. Meskipun hasil yang diperoleh dalam penelitian ini sesuai dengan penelitian terdahulu, namun masih terdapat kelemahan dalam penelitian ini antara lain peneliti tidak mengetahui lebih banyak bagaimana keseharian responden, peneliti tidak mengetahui apakah ada faktor lain yang mempengaruhi kecemasan yang dialami oleh remaja tersebut.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 22 November 2019 bahwa Masa remaja merupakan suatu tahapan peralihan dalam kehidupan seseorang antara tahapan kanak-kanak dan tahapan dewasa. Peralihan ini bersifat multi-dimensi, yang melibatkan transformasi bertahap atau metamorfosis seseorang dari anak-anak menjadi manusia dewasa. Di SMP Negeri 26 Kota Malang didapatkan 120 remaja putra mengalami kecemasan beberapa remaja dengan ciri kepribadian *ekstrovert* dan *introvert*. Berdasarkan permasalahan diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian hubungan tingkat kecemasan (*Anxiety*) dengan ciri kepribadian (*introvert* dan *ekstrovert*) pada remaja di SMP Negeri 26 Kota Malang.

## **Metode**

Penelitian dilakukan di SMP Negeri 26 Kota Malang yang merupakan salah satu SMP negeri di Kota Malang. Sekolah ini bertempat di jalan ikan gurami No 36 Malang, Tunjungsekar Kecamatan Lowokwaru, Kota Malang. Guru di sekolah ini sejumlah 32, siswa laki-laki sejumlah 285 dan siswa perempuan sejumlah 301, kurikulum yang digunakan adalah K-13. Kepala Sekolah di SMP ini adalah Dra. Srijatun S.Pd., M.M.

Penelitian ini merupakan penelitian dengan menggunakan desain penelitian secara deskriptif korelasi dimana menelaah hubungan

antara 2 variabel pada sekelompok subjek (Notoatmodjo, 2005) dengan pendekatan *cross sectional* yang melihat hubungan tingkat kecemasan (*Anxiety*) dengan ciri kepribadian (*introvert* dan *ekstrovert*) pada remaja di SMP Negeri 26 Kota Malang

Penelitian dilaksanakan di SMP Negeri 26 Kota Malang dimulai bulan Januari 2020 dengan responden mengisi kuesioner penelitian. Populasi merupakan pengambilan sampel yang berdasarkan atas suatu pertimbangan tertentu seperti sifat-sifat populasi ataupun ciri-ciri yang sudah diketahui

sebelumnya. Populasi pada penelitian ini yaitu siswi kelas XIII di SMP Negeri 26 Kota Malang. Sampel yang digunakan adalah *simple random sampling*.

Analisa Univariat menggunakan analisa dengan melihat distribusi frekuensi. Analisa bivariat mengetahui hubungan variabel independen terhadap variabel dependen dengan uji statistik *pearson* dengan batas makna ( $\alpha=0,05$ ) atau *confidence Interval* (CI)=95% diolah dengan menggunakan program SPSS.

## Hasil

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Karakteristik Siswa di SMP Negeri 26 Kota Malang

Keterangan	Kategori	F	(%)
Umur	12 tahun	28	35
	13 tahun	30	37,5
	14 tahun	22	27,5
	<b>Total</b>	<b>80</b>	<b>100,0</b>
Jenis Kelamin	Perempuan	80	100
	<b>Total</b>	<b>80</b>	<b>100,0</b>

Berdasarkan Tabel 1 distribusi frekuensi berdasarkan karakteristik siswa didapatkan sebagian besar berusia 13 tahun sebesar 30 (37,5%) dan berjenis kelamin perempuan sebesar 80 (100%)

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Tingkat Kecemasan (*Anxiety*) di SMP Negeri 26 Kota Malang

	Jumlah	Prosentase
<b>Cemas</b>	60	75%
<b>Tidak Cemas</b>	20	25%
<b>Total</b>	80	100%

Berdasarkan Tabel 2 distribusi frekuensi berdasarkan Tingkat Kecemasan (*Anxiety*) di SMP Negeri 26 Kota Malang didapatkan sebagian besar didapatkan cemas sebanyak 60 (75%).

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Ciri Kepribadian (*Introvert* dan *Ekstrovert*) di SMP Negeri 26 Kota Malang

	Jumlah	Prosentasi
<b><i>Introvert</i></b>	40	50%
<b><i>Ekstrovert</i></b>	40	50%
<b>Total</b>	80	100%

Berdasarkan Tabel 3 distribusi frekuensi berdasarkan Ciri Kepribadian (*Introvert* dan *Ekstrovert*) di SMP Negeri 26 Kota Malang didapatkan sama antara *Introvert* dan *Ekstrovert* sebanyak 40 (50%).

Tabel 4 Distribusi Frekuensi Berdasarkan hubungan tingkat kecemasan (*Anxiety*) dengan ciri kepribadian (*introvert* dan *ekstrovert*) pada remaja di SMP Negeri 26 Kota Malang

		Ekstrovert	Introvert	Cemas
Ekstrovert	Pearson Correlation	1	.999**	.975**
	Sig. (2-tailed)		.000	.000
	N	10	10	10
Introvert	Pearson Correlation	.999**	1	.974**
	Sig. (2-tailed)	.000		.000
	N	10	10	10
Cemas	Pearson Correlation	.975**	.974**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	
	N	10	10	10

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Berdasarkan Tabel 4 Hasil uji *pearson* didapatkan  $p\ value = (0,000) < (0,050)$  sehingga  $H_1$  diterima, artinya ada hubungan yang signifikan antara tingkat kecemasan (*Anxiety*) dengan ciri kepribadian (*introvert* dan *ekstrovert*) pada remaja di SMP 26 Kota Malang

## Pembahasan

### 1. Karakteristik siswa

Karakteristik siswa didapatkan sebagian besar berusia 13 tahun dan berjenis kelamin perempuan karena siswa perempuan memiliki lebih banyak kesempatan untuk mempraktikkan ketrampilan dimana siswi perempuan lebih peka terhadap perasaan sendiri dan orang lain. Misalnya, ketika mempunyai masalah pribadi seperti permasalahan yang terjadi dengan orang tua.

Usia remaja secara fase pertumbuhan dan perkembangannya berupa pencarian identitas diri, sepadan dengan teori Haryanto (2002) bahwa usia menggambarkan ukuran waktu dari pertumbuhan dan perkembangan.

Penelitian yang menyatakan bahwa usia remaja berkaitan dengan tingkat kecemasannya, salah satunya timbulnya jerawat pada remaja. Dalam berbagai tipe gangguan kecemasan, kelompok remaja putri yang berusia 14 tahun banyak ditemukan (Leikanger, 2011). Usia siswa remaja Menurut Kaplan dan Sadock (1997) gangguan kecemasan dapat terjadi pada semua usia, lebih sering pada usia dewasa dan lebih banyak pada wanita. Hal ini sesuai dengan tugas perkembangan remaja bahwa remaja putri lebih dan berjenis kelamin perempuan karena siswa perempuan memiliki lebih banyak kesempatan untuk mempraktikkan ketrampilan dimana siswi perempuan lebih peka terhadap perasaan sendiri dan orang lain. Misalnya, ketika mempunyai masalah pribadi seperti permasalahan yang terjadi dengan orang tua, maka remaja cenderung curhat dengan teman sebanyanya, dari pada orang tuanya.

Hal ini didukung dengan penelitian Indriane, Jasmine Anisya dan Nashori, Fuad (2009) menyatakan bahwa sebagian besar responden penelitiannya berupa perempuan sejumlah 63 orang, dibandingkan responden laki-laki sejumlah 23 orang. data yang menunjukkan jika remaja putri memang lebih rentan terkena gangguan kejiwaan, khususnya gangguan cemas yang diakibatkan oleh perbedaan tingkat stress yang didapat oleh remaja putri dan remaja putra. Sekresi hormone kortisol erat kaitanya dengan usia, pubertas dan jenis kelamin (Uran, 2016).

### 2. Tingkat Kecemasan (*Anxiety*)

Berdasarkan distribusi frekuensi berdasarkan Tingkat Kecemasan (*Anxiety*) di SMP Negeri 26 Kota Malang didapatkan sebagian besar didapatkan cemas. Kecemasan yang dialami oleh siswa merupakan sikap yang alamiah yang dialami oleh setiap manusia sebagai respon dalam menghadapi suatu ancaman (Nutt D, 2007). Kecemasan biasanya yang dialami ditandai dengan adanya gejala psikologis berupa perasaan

gelisah, gugup, takut, rasa tidak aman, dan tidak menyenangkan, yang disertai dengan gejala otonom seperti nyeri kepala, berkeringat, palpitasi, meningkatnya gerakan peristaltik, masalah pernapasan, dan juga pencernaan yang nantinya akan berdampak terhadap perilaku dalam kehidupannya berupa hilangnya konsentrasi, gangguan tidur, menurunnya daya ingat, dan timbulnya rasa tidak percaya diri (Sadock BJ and Sadock VA, 2010).

### 3. Ciri Kepribadian (*Introvert* dan *Ekstrovert*)

Berdasarkan distribusi frekuensi berdasarkan Ciri Kepribadian (*Introvert* dan *Ekstrovert*) di SMP Negeri 26 Kota Malang didapatkan jumlah yang sama antara jumlah siswa yang memiliki kepribadian yang *Introvert* dan *Ekstrovert*. Setiap manusia mempunyai kepribadian yang berbeda dimana dapat menunjukkan bagaimana seseorang bersikap terhadap semua stimulus yang diterimanya. Perbedaan kepribadian siswa antara tipe kepribadian *introvert*, dan *ekstrovert* disebabkan karena adanya faktor lingkungan yang mempengaruhi pembentukan kepribadian seseorang, dimana sifat dan pola asuh orangtua yang berbeda. Meskipun demikian hal tersebut dapat berubah tergantung dari lingkungan yang memengaruhi individu tersebut salah satunya adalah lingkungan sosial dan budaya (Guarsa, 2008)

### 4. Hubungan Tingkat Kecemasan (*Anxiety*) dengan Ciri Kepribadian (*Introvert* dan *Ekstrovert*) di SMP Negeri 26 Kota Malang

Berdasarkan tabel 4 menunjukkan bahwa Hasil uji *pearson* didapatkan  $p\ value = (0,000) < (0,050)$  sehingga  $H_1$  diterima, artinya ada hubungan yang signifikan antara tingkat kecemasan (*Anxiety*) dengan ciri kepribadian (*introvert* dan *ekstrovert*) pada remaja di SMP 26 Kota Malang. Hal ini terjadi karena kepribadian adalah salah satu sistem terorganisasi yang terdiri dari sikap, motif,

nilai emosi, serta respon-respon lain yang saling tergantung satu sama lain. Hal ini yang akan memberikan perbedaan pada masing-masing individu dalam berperilaku, berpikir, dan menyesuaikan diri dengan lingkungan. Siswa dengan tipe kepribadian *introvert* dan *ekstrovert* yang tidak memiliki gejala kecemasan. Hal ini disebabkan karena selain faktor kepribadian juga terdapat faktor biologis, psikologis, serta faktor sosial yang akan memengaruhi tingkat kecemasan. Siswa yang memiliki tipe kepribadian *introvert* cenderung tertutup dan sangat menghargai privasi dan tidak suka menceritakan perasaannya atau hal pribadi ke orang lain (Enggasari A, 2010).

Setiap kepribadian akan menunjukkan bagaimana siswa akan bersikap terhadap semua stimulus yang diterimanya. Kepribadian akan terbentuk dari bagaimana pengamatan dan pengalaman yang dilakukan oleh masing-masing siswa (Alwison, 2012). Pendapat ini didukung oleh Atkinson yang menjelaskan bahwa kepribadian dapat membentuk tingkah laku seseorang yang cenderung menetap dan berulang. Tingkah laku terbentuk dari unsur-unsur yang ada pada diri seseorang dan lingkungannya serta merupakan hasil interaksi antara karakteristik kepribadian, keadaan sosial, dan kondisi fisik lingkungan di sekitarnya (Atkinson, 2010).

Seseorang dengan kepribadian *introvert* akan cenderung untuk memikirkan dan melakukan kritik pada diri sendiri untuk setiap kesalahan atau teguran yang didapatkannya. Setiap kesalahan yang dilakukannya akan memberikan beban psikologis sehingga hal ini dapat memicu timbulnya kecemasan. Tipe kepribadian *ekstrovert* cenderung dipengaruhi oleh dunia luar, dan bersifat terbuka, sehingga orang dengan tipe kepribadian *ekstrovert* sangat jarang merasakan kecemasan di dalam kehidupannya (Feist, 2010).

### Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan terhadap 80 orang responden

didapatkan hasil yaitu terdapat hubungan tingkat kecemasan (*Anxiety*) dengan ciri kepribadian (*introvert* dan *ekstrovert*) pada remaja di SMP Negeri 26 Kota Malang

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, peneliti memiliki beberapa saran yang ditujukan kepada peneliti selanjutnya agar hasil dari penelitian ini dapat bermanfaat dan dijadikan sebagai sumber pustaka serta penelitian selanjutnya dapat melihat faktor-faktor yang dominan pada tingkat kecemasan (*Anxiety*) dan ciri kepribadian (*introvert* dan *ekstrovert*).

### Referensi

- Agustianto. (2012). *Psikologi Untuk Keperawatan*. Jakarta: EGC.
- Alwisol. (2009). *Psikologi Kepribadian*. Malang: UMM Press.
- Atkinson. (2010). *Pengantar Psikologi*. Jilid II. Jakarta: Erlangga.
- Enggasari A. (2010). Perbedaan tingkat stress antara mahasiswa berkepribadian introvert dan ekstrovert dalam pengerjaan skripsi. Skripsi. Malang. Universitas Negeri Malang
- Feist, (2010). *Teori Kepribadian*. Jakarta: Salemba Humanica.
- Gunarsa. (2008). *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Jakarta: BPK
- Manovia, (2011). Perbedaan tingkat depresi berdasarkan tipe kepribadian ekstrovert dan introvert pada mahasiswa tingkat I Fakultas Kedokteran UNS. <https://digilib.uns.ac.id/dokumen/detail/29006/Perbedaan-tingkat-depresi-berdasarkan-tipe-kepribadian-ekstrovert-dan-introvert-pada-mahasiswa-tingkat-I-Fakultas-Kedokteran-UNS>. Diakses pada tanggal 20 November 2019. Pukul 18.20 WIB
- Nutt D, (2007). Ballenger J. *Anxiety Disorders: Panic Disorders and Social Anxiety Disorders*. 2nd Ed. Turin: Lundbeck Institute-Blackwell Publishing.
- Sadock BJ and Sadock VA. Kaplan dan Sadock. (2010). *Buku Ajar Psikiatri Klinis*. 2 ed. Jakarta: EGC.
- Suryabrata, S., (2005). *Psikologi Kepribadian*. Jakarta: Pt Raja Grafindo Persada. Szirmai
- Tumigolung G. T., Kumaat L. & Onibala F. (2016). *Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Serangan Asma Pada Penderita Asma Di Kelurahan Mahakeret Barat Dan Mahakeret Timur Kota Manado*. *e-journal Keperawatan (e-Kp) 4 (2)*. Universitas Sam Ratulangi Manado. <https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/jkp/article/view/14071/13647>. Diakses pada tanggal 20 November 2019. Pukul 18.00 WIB
- Yusuf, S dan Nurihsan, J., (2007). *Teori Kepribadian*. Bandung : Pt Remaja Rosdakarya.