# PERBEDAAN KECENDERUNGAN DEPRESI DI TINJAU DARI TIPE KEPRIBADIAN PADA MAHASISWA INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA

KEMENTERIAN AGAMA PERPUSTAKAAN IAIN SUNAN AMPEL SURABAYA

## SKRIPSI

**Diajukan Kepada**
**Institut Agama Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya**
**Guna Memenuhi Salah Satu Persyaratan**
**Dalam Menyelesaikan Program Strata Satu (S-1)**
**Psikologi**

PERPUSTAKAAN IAIN SUNAN AMPEL SURABAYA
NO. KLAS K D-2010 053 PSI
No. REG : D-2010/PSI/053
ASAL BUKU :
TANGGAL :

**Oleh :**
**NISWATIN**
**B07206067**

**INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL**
**FAKULTAS DAKWAH**
**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI**
**SURABAYA**
**2010**

# PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi oleh Niswatin ini telah diperiksa dan disetujui untuk diujikan.

Surabaya, 19 Juli 2010

Pembimbing,

**Dr. Abdul Muhid, M.Si**
NIP. 197502052003121002



digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

# PENGESAHAN TIM PENGUJI SKRIPSI

Skrispsi oleh Niswatin ini telah dipertahankan
di depan Tim Penguji Skripsi

Surabaya, 02 Agustus 2010

Mengesahkan,
Institut Agama Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya
Fakultas Dakwah

Dekan,

**Dr. Aswadi, M.Ag.**
NIP. 196004121994031001

Ketua,

**Dr. Abdul Muhid M.Si**
NIP. 197502052003121002

Sekretaris,

**Sitti Khorriyatul Khotimah, M.Psi,**
NIP.197711162008012018

Penguji I

**Drs. H. Hamim Rosyidi M.Si**
NIP.196208241987031002

Penguji II,

**Rizma Fitri, S.Psi, M.Si**
NIP. 197403121999032001



digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

# DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL ..... i

PERSETUJUAN PEMBIMBING ..... ii

PENGESAHAN TIM PENGUJI ..... iii

MOTTO ..... vi

PERSEMBAHAN ..... v

KATA PENGANTAR ..... vi

ABSTRAK ..... ix

DAFTAR ISI ..... x

DAFTAR TABEL ..... xiii

DAFTAR GAMBA..... xiv

BAB I : PENDAHULUAN ..... 1

A. Latar Belakang Masalah ..... 1

B. Rumusan Masalah ..... 7

C. Tujuan Penelitian ..... 7

D. Manfaat Penelitian ..... 7

E. Sistematika Pembahasan ..... 9

BAB II : KAJIAN TEORI ..... 11

A. Depresi ..... 11

1. Definisi Depresi ..... 11

2. Perbedaan Depresi Dengan Gangguan-gangguan psikologis lainnya ..... 12

a. Perbedan Antara Kecemasan Dengan depresi ..... 12

b. Perbedaan Antara perasaan Sedih Dengan Depresi ..... 13

c. Perbedaan Antara Mania Dengan Depresi..... 13

3. Macam-Macam Depresi ..... 14



digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

4. Faktor Penyebab Depresi ..... 16
5. Gejala-gejala Depresi ..... 20
B. Kepribadian Ektrovert-Introvert ..... 24
1. Pengertian Kepribadian ..... 24
2. Pengertian Tipe Kepribadian Ekstrovert-introvert ..... 26
3. Hirarki Faktor-Faktor Kepribadian ..... 29
4. Aspek-Aspek Kepribadian Ekstrovert dan Introvert ..... 30
C. Perbeedaan Kecenderungan Depresi Ditinjau Dari Tipe Kepribadian Pada Mahasiswa IAIN Sunan Ampel Surabaya ..... 31
D. Penelitian Terdahulu ..... 35
E. Kerangka Teori ..... 36
F. Hipotesis ..... 37
BAB III : METODE PENELITIAN ..... 38
A. Pendekatan dan Jenis Penelitian ..... 38
B. Subyek Penelitian ..... 41
C. Teknik sampling ..... 43
D. Instrumen Pengumpulan Data ..... 45
E. Teknik Analisis Data ..... 50
BAB IV : HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN ..... 55
A. Hasil Penelitian ..... 55
1. Deskripsi Proses Pelaksanaan Penelitian ..... 55
2. Deskripsi Hasil Penelitian ..... 59
B. Pembahasan Hasil Penelitian ..... 64



digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

BAB V : PENUTUP ..... 77

A. Kesimpulan ..... 77

B. Saran ..... 77

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN



digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Populasi Mahasiswa IAIN Sunan Ampel Surabaya ..... 42
Tabel 3.2 Sampel Mahasiswa IAIN Sunan Ampel Surabaya ..... 44
Tabel 3.3 Blue Print Depresi ..... 46
Tabel 3.4 Blue Print EPI ..... 48
Tabel 3.5 Skor Ekstrovert ..... 49
Tabel 3.6 Skor Introvert..... 50
Tabel 3.7 Test Of Normality ..... 52
Tabel 3.8 Test of Homogeneity of Variance ..... 53
Tabel 4.1 Group Statistics ..... 61
Tabel 4.2 Independent *sample test*..... 62



digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 3.1 Desain Penelitian..... 39



digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

# BAB I

# PENDAHULUAN

## A. Latar Belakang Masalah

Di era globalisasi seperti saat ini, pendidikan menjadi sangatlah penting, baik untuk mengembangkan potensi dalam diri maupun untuk mencapai impian masa depan. Hal tersebut sesuai dengan Undang-Undang RI Nomor 20 Tahun 2003 tentang sistem pendidikan Nasional Bab 1 Pasal 1 yang menyatakan pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta ketrampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa, dan negara. Dan Pendidikan di Indonesia sendiri terbagi menjadi Taman Kanak-Kanak, Sekolah Dasar, Sekolah Menengah Pertama, Sekolah Menengah Atas maupun Perguruan Tinggi.[1]

Pendidikan pada perguruan tinggi saat ini bukan lagi hanya sekadar datang ke kampus, menghadiri kelas, mengerjakan tugas, ikut serta dalam ujian, dan kemudian lulus. Tidak sesederhana itu, hal ini dapat kita analogikan dengan proses evolusi yang membuat spesies-spesies mahluk hidup semakin kompleks, demikian juga dunia perkuliahan dewasa ini. Begitu banyak aktivitas yang terlibat dalam kegiatan kuliah. Pola hidup yang kompleks ini seringkali menjadi beban tambahan disamping tekanan dalam kuliah yang sudah begitu melelahkan baik tenaga dan pikiran.

[1] Wasty Soemanto, *Psikologi Pendidikan*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2006), hal. 175



digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Depresi merupakan suatu penyakit yang dapat menyerang siapa saja dan dimana saja. Terdapat dinegara maju dan berkembang, yang sedang membangun atau yang tidak membangun, pada orang miskin atau orang kaya, pada orang pintar atau orang bodoh, mahasiswa atau pekerja. [2] Penyakit ini tidak memandang ras atau golongan, agama dan kepercayaan bahkan dapat terjadi pada semua profesi dan jabatan. Boleh dikatakan bahwa hampir setiap orang pernah menderita depresi sampai pada tingkat tertentu. Biasanya secara awam sering dikatakan bahwa penderita itu sering murung, sedih, atau binggung.

Berdasarkan hasil survei yang dilakukan *Associated Press-MtvU poll*, lebih dari 42% mahasiswa berusia antara 18-24 tahun di 40 universitas Amerika mengalami depresi karena masalah nilai, percintaan, hutang, dan tugas kuliah. Sedangkan 13% mahasiswa lainnya memiliki ciri rentan terkena depresi. Mahasiswa yang mengalami depresi itu mengaku sulit tidur, putus asa, dan banyak diantaranya belum ditangani dokter atau bantuan profesional lainya.[3]

Dr. Thomas Insel, Direktur National Institute for Mental Health, mengatakan mahasiswa seharusnya mengerti depresi dapat menyebabkan "penyakit yang mengancam". Konseling-konseling di kampus menjadi suatu tempat perawatan yang baik untuk penyakit kejiwaan ini. Namun sayang,

---

[2] Kusumanto, dll, *Depresi Beberapa Pandangan Teori Dan Implikasi Praktek Dibidang Kesehatan Jiwa,* Jakarta: Yayasan Dharma Graha, 1999, Hal. 9

[3] Melinda Hospital, " 4-dari-10-Mahasiswa-Terkena-Depresi ", www.melindahospital.com, diakses 30 juli 2010

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

mahasiswa rupanya malu mengakui jika mereka sedang mengalami depresi karena depresi dianggap sebagai sesuatu yang negatif.[4]

Hal serupa juga terjadi pada institut IAIN Sunan Ampel Surabaya dikarenakan masalah-masalah akademis dan non akademis yang menyebabkan mahasiswa IAIN Sunan Ampel depresi. Berdasarkan hasil wawancara dengan beberapa mahasiswa, cukup banyak mahasiswa yang kebingungan atau depresi dikarenakan berbagai hal seperti masalah perkuliahan (tugas yang terlalu menempuk), masalah dengan keluarga, masalah dengan kekasih, teman, perekonomian, dan masih banyak hal lain yang menenimpa mereka.

Masalah-masalah tersebut, baik dalam hal perkuliahan maupun kehidupan di luar kampus, dapat menjadi distress yang berkelanjutan menjadi depresi yang mengancam.[5] Ketika ada stressor yang datang, maka tubuh akan meresponnya. Supaya kita tidak salah mengerti respon ini, maka pertama-tama kita perlu memahami dulu stressor-stressor apa saja yang mungkin muncul dalam kehidupan mahasiswa karena stress yang berkelanjutan akan menjadi depresi.

Depresi merupakan problem kesehatan masyarakat yang cukup serius. *Word health organization* (WHO) menyatakan bahwa depresi berada pada urutan ke-empat penyakit didunia.[6] Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) mencatat depresi adalah gangguan mental yang umum terjadi di antara

---

[4] Elok Dyah Messwati, "Memulihkan Depresi", www.elokdyah.multiply.com, di akses 30 juni 2010

[5] Indonesian Articles , " Menyiasati Stres dalam Dunia Perkuliahan", www.all.about-stress.com, diakses 30 juni 2010

[6] Nurmiati Amir, *Depresi Aspek Neurobiologist Diagnosis Dan Tatalaksana,* Jakarta; Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia, 2005, hal.23

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

populasi. Diperkirakan 121 juta manusia di muka bumi ini menderita depresi. Dari jumlah itu 5,8 persen laki-laki dan 9,5 persen perempuan, dan hanya sekitar 30 persen penderita depresi yang benar-benar mendapatkan pengobatan yang cukup, sekalipun telah tersedia teknologi pengobatan depresi yang efektif. Ironisnya, mereka yang menderita depresi berada dalam usia produktif, yakni cenderung terjadi pada usia kurang dari 45 tahun.

Salah satu penyebab depresi yang dapat diduga adalah kepribadian. Kepribadian adalah suatu totalitas psikofisis yang kompleks dari inividu, sehingga tampak dalam tingkah lakunya yang unik. Sebagian besar tingkah laku yang sama antara seseorang yang satu dengan yang lain. Namun yang benar-benar identik tidak pernah ada sejak adanya manusia.[7]

Eysenck membuat pencandraan mengenai introvers dan ekstravers itu pokoknya sebagai berikut: Orang-orang yang introvert itu memperlihatkan kecenderungan itu memperlihatkan kecenderungan untuk mengembangkan gejala-gejala kekuatan dan depresi, ditandai oleh kecenderungan obsesi mudah tersinggung, apati, syaraf otonom mereka labil. Berdasarkan penelitian Eysenck Orang introvert mempunyai perasaan gampang terluka, mudah gugupan, menderita rasa rendah diri, mudah melamun, sukar tidur.[8]

Dipandang dari kebiasaannya Intelegensi mereka relatif tinggi, pembendaharaan kata-kata kurang baik, dan cenderung untuk tetap pada pendirian (keras kepala). Umumnya mereka teliti tapi lambat. Taraf aspirasi mereka tinggi tapi ada kecenderungan untuk menganggap rendah prestasi

[7] Agus Sujanto, *Psikologi Kepribadian*, Jakarta: Bumi Aksara, 1997, hal.12

[8] Sumadi Suryabrata, *Psikologi Kepribadian*, Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2005, Hal.293

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

sendiri. Mereka agak kaku (tegar) dan memperlihatkan *"intra-personal validity"* yang kecil.

Orang-orang ekstrovert memperlihatkan kecenderungan untuk mengembangkan gejala-gejala histeris. Selanjutnya mereka memperlihatkan sedikit energi, perhatian yang sempit, sejarah kerja yang kurang baik, *hypochondris*. Berdasarkan penelitian Eysenck orang introvert mendapat kesukaran karena gagap, gampang kena kecelakaan, sering tak masuk kerja karena sakit, tak puas, merasa sakit-sakit.[9]

Dipandang dari segi kebiasaannya, ciri kepribadian ekstrovert yaitu, intelegensi mereka relatif rendah, pembendaharaan kata-kata bagus, dan mereka punya kecenderungan untuk tidak tetap pendirian. Umumnya mereka cepat tapi tidak teliti. Taraf aspirasi mereka rendah tetapi mereka menilai prestasi mereka berlebih-lebihan. Mereka tidak begitu kaku dan memperlihatkan *"interpersonal variability"* yang besar.

Menurut Chaplin depresi adalah pertama, pada orang normal merupakan ganguan kemurungan (kesedihan, patah semangat) yang ditandai dengan perasaan tidak pas, menurunnya kegiatan, dan pesimisme menghadapi masa yang akan datang. Kedua pada kasus patologis, merupaan ketidakmauan ekstrim untuk mereaksi terhadap rangsang disertai menurunnya nilai diri, delusi ketidakpuasan, tidak mampu, dan putus asa.[10]

Eysenck yakin bahwa penyebab utama perbedaan antara ekstrovert dengan introvert adalah tingkat keterangsan korteks (CAL=*Cortical arousal*

---

[9] Sumadi Suryabrata, *Psikologi Kepribadian* ... hal.294
[10] Nurmiati Amir, *Depresi Aspek Neurobiologist Diagnosis Dan Tatalaksana*... hal.34

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

*leve*l), kondisi fisiologis yang sebagian besar bersifat keturunan. CAL adalah gambaran bagaimana kortek mereaksi stimulasi indrawi. CAL tingkat rendah artinya kontek tidak peka, reaksinya lemah. Sebaliknya CAL tinggi kortek mudah terangsang untuk bereaksi. Orang yang ekstrovert CAL-nya rendah sehingga orang banyak membutuhkan rangsangan indrawi untuk mengaktifkan korteknya. Sebaliknya introvert CAL-nya tinggi orang hanya membutuhkan rangsangan sedikit untuk mengaktifkan korteknya. Jadilah orang yang *introvert* menarik diri, menghindar dari situasi riuh-rendah disekelilinginya yang dapat membuatnya kelebihan rangsangan.[11]

Orang introvert memilih aktifitas yang miskin rangsangan sosial, seperti membaca, olah raga soliter, atletik, organisasi persaudaraan eksklusif. Sebaliknya orang ektrovert memilih berpartisipasi dalam kegiatan bersama, serta hura-hura, olah raga beregu (sepak bola, arung jerami).

Ciri-ciri individu mengalami depresi, seperti malas untuk belajar atau tidak mau bertemu dengan temannya dan cenderung menarik diri dari lingkungan. Salah satu ciri anak yang mudah terkena depresi yakni punya kepribadian yang tertutup (introvert), sukar bergaul, tidak mudah bersosialisasi.

Alasan peneliti mengambil judul yang bertemakan depresi disebabkan stress, merupakan ketidakmampuan menyelesikan masalah yang dihadapi seseorang. Adanya tekanan penyebabnya banyak, ada konflik dll. Stress termasuk tahap pertama sebelum adanya frustrasi, tahap kedua itu frustrasi,

[11] Alwisol, *Psikologi Kepribadian,(* Malang: UMM Press), 2007, hal. 307

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

dan tahap ketiga baru namanya depresi. Usahakan kelola emosi jangan sampai tahap kedua atau ketiga kalau tahap stress hampir setiap orang pasti menghadapinya, tinggal kita bagaimana mengelolanya. Dan berdasarkan penelitian cukup banyak mahasiswa yang berada pada tingkat depresi, dimana mahasiswa sering mengurung diri, tidak bisa tidur, dikarenakan masalah akademis dan non akademis yang membuat mereka merasa tertekan.

Jadi dapat disimpulkan bahwa depresi merupakan kemurungan, patah semangat, atau kesedihan yang bisa jadi menandakan adanya gangguan kesehatan. Masalah-masalah yang dihadapi mahasiswa baik yang bersifat akademi maupun non akademi akan berdampak pada timbulnya gangguan mental emosional sebagai reaksi terhadap stressor-stressor yang dijumpai dalam proses belajar. Berikut adalah beberapa titik yang memungkinkan menimbulkan depresi pada mahasiswa:

1. Adanya masalah dengan keluarga *(broken home)*
2. Faktor keturunan
3. Factor ekonomi
4. Efek samping dari obat-obatan tertentu
5. Kepribadian *introvert*
6. Peristiwa emosional (terutama kehilangan dan masalah yang dianggap berat)
7. Tugas Kuliah, hampir semua mata kuliah harus membuat makalah atau laporan penelitian, proposal, paper, resume.
8. Presentasi, presentasi disini hampir setia p hari pada setiap mata kuliah.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

9. Mata Kuliah, jumlah SKS yang terlalu banyak dan mata kuliah prasyarat. Misalnya pada mata kuliah statistik 1 mahasiswa tidak lulus, maka tidak boleh mengikuti mata kuliah statistik 2. Padahal matakuliah statistik 2 adalah prasyarat matakuliah psikometri. Psikometri sendiri adalah prasyarat untuk mengambil psikologi eksperimen 2.
10. Ancaman lulus lebih dari 4 tahun.[12]

Dari uraian diatas peneliti ingin mengangkat judul ”Perbedaan kecenderungan depresi ditinjau dari tipe kepribadian pada mahasiswa IAIN Sunan Ampel Surabaya”.

## B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang masalah diatas, maka perumusan masalah yang diajukan adalah: ”Apakah terdapat perbedaan kecenderungan depresi ditinjau dari tipe kepribadian pada mahasiswa iain sunan ampel surabaya?”

## C. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui perbedaan kecenderungan depresi ditinjau dari kepribadian tipe pada mahasiswa IAIN Sunan Ampel Surabaya.

[12] Vey Anindiya Putri, Kenapa Mahasiswa Psikologi Stress? , http://veypm.blogspot.com, diakses 30 mei 2010

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

## D. Manfaat Penelitian

1. Secara Teoritis

Memberikan kontribusi dalam rangka pengembangan disiplin ilmu pendidikan serta dapat menambah informasi dibidang psikologi, sekaligus dapat digunakan sebagai salah satu bahan telaah dari penelitian sebelumnya.

2. Secara Praktis

a. Bagi mahasiswa

Hasil penelitian ini diharapkan nantinya dapat memberikan informasi yang valid tentang pengaruh kepribadian ekstrovert-introvert untuk mengatasi depresi pada mahasiswa. Akan sangat berpengaruh terhadap kondisi psikologis seseorang serta untuk mengetahui tipe kepribadian dan tingkat depresi pada mahasiswa IAIN Sunan Ampel Surabaya.

b. Bagi Instansi Pemerintah maupun Swasta

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan meningkatkan kesadaran para pengambil kebijakan di institusi pemerintah atau swasta pentingnya persiapan mental dan fisik para mahasiswanya sehingga mereka dapat menikmati masa muda dengan bahagia.

c. Bagi Institusi Pendidikan

Has il penelitian ini diharapkan dapat menambah informasi tentang masalah psikologis yang sering dihadapi para mahasiswa dan bagaimana mengantisipasinya.

d. Bagi peneliti

Untuk mengetahui perbedaan kecenderungan depresi ditinjau dari tipe kepribadian pada mahasiswa IAIN Sunan Ampel Surabaya

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

## E. Sitematika pembahasan

Penulisan penelitian ini tersusun dalam sistematika pembahasan berikut:

Bab I Pendahuluan. Berisikan tentang latar belakang, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan sistematika pembahasan.

Bab II Kajian Teori. Merupakan uraian tentang tinjauan kepustakaan penelitian yang meliputi, depresi, kepribadian ekstrovert-introvert, kecenderungan depresi ditinjau dari tipe kepribadian pada mahasiswa IAIN Sunan Ampel Surabaya.

Bab III Metode Penelitian. Merupakan pembahasan permasalahan metode yang digunakan dalam penelitian yang meliputi, pendekatan dan jenis penelitian, subyek penelitian, instrument pengumpulan data, uji validitas, uji reabilitas dan teknik analisa.

Bab IV Hasil Penelitian dan Pembahasan. Berisi penyajian data dan analisis dari data yang sudah dikumpulkan. Terdiri dari deskripsi proses pelaksaan penelitian, deskripsi hasil penelitian dan pembahasan hasil penelitian.

Bab V Penutup. Merupakan bagian akhir dari skripsi ini, yang berisikan tantang kesimpulan dan saran.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

# BAB II

# KAJIAN TEORI

## A. Depresi

### 1. Definisi tentang depresi

Menurut Hawari, depresi adalah salah satu bentuk kejiwaan pada alam perasaan (afektif, mood) ditandai dengan kemurungan, kelesuan, ketiadaan gairah hidup, perasaan tidak berguna dan putus asa.[1]

Menurut seorang ilmuan terkemuka Rice, menyatakan depresi adalah gangguan mood, kondisi emosional yang berkepanjangan yang mewarnai seluruh proses mental (berfikir, berperasaan, berperilaku) seseorang.[2] Pada umumnya mood yang secara dominan muncul adalah perasaan tidak berdaya dan kehilangan harapan.

Dr. Jonatan Trisna menyimpulkan bahwa depresi adalah suatu perasaan sendu atau sedih yang biasanya disertai dengan lambannya gerak dan fungsi tubuh.[3]

Paykel menyatakan bahwa situasi stress yang berkepanjangan sangat erat kaitannya dengan terjadinya depresi. Depresi merupakan sua tu masalah bilamana timbul tanpa sebab yang jelas atau bertahan lama sesudah stress yang menimbulkan depresi sudah hilang atau terselesaikan.[4]

---

[1] Tery Looker dan Olga Gregson, *Managing Stress*, (Yogyakarta:Baca), 2005, hal.48
[2] P.L Rice, Stress and Healty, (California: Brooks/cole Publishing Company, 1998), hal. 55
[3] Mahsun, *Bersahabat Dengan Stress,* Yogyakarta: Prisma Media, 2004, Hal.51
[4] Tery Looker dan Olga Gregs on, Managing Stress… hal.50



digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Menurut Beck depresi adalah suatu kondisi individu yang merasa begitu tertekan, hidup tak berarti dan tak mempunyai harapan. Kecenderungan depresi merupakan gangguan perasaan yang mengarah pada kondisi perasaan yang merasa begitu tertekan, hidup tak berarti dan tak mempunyai harapan. [5]

Dari definisi diatas dapat disimpulkan depresi adalah istilah yang digunakan untuk menggambarkan suatu kondisi umum yang ditandai dengan adanya perasaan sedih, suram, tertekan, sengsara, atau putus asa, Kebanyakan orang mengalami depresi untuk sementara waktu pada saat tertentu dalam hidupnya. Remaja yang menderita depresi, mengalami gangguan yang berada di luar wilayah kesedihan yang normal.

**2. Perbedaan Depresi Dengan Ganguan-Gangguan Psikologis Yang Serupa**

Untuk memperoleh gambaran yang jelas tentang depresi, perlu kiranya dibedakan antara depresi dan gangguan psikologis lain yang serupa, karena banyak kelainan psikologis disatu sisi ciri-ciri serupa dengan depresi.

a. Perbedaan antara kecemasan dengan depresi

Karakteristik dari kecemasan yaitu: merasa takut *(apprehension)*, proses pemikiran yang cepat, dan kecenderungan untuk mencari penyebab dari luar dibandingkan menyalahkan diri

[5] A.T Beck, Depression clinical experimental and theoretical aspects, (London : Staples Press), 1985, hal. 367

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

sendiri, dan ketakutan, tidak kehilangan harapan. Sedangkan untuk karakteristik depresi yaitu merasa sengsara *(misery)*, lambanya proses pemikiran, rasa bersalah, merasa tidak bernilai, meyalahkan diri sendiri, harga diri rendah, kehilangan minat dan ambisi (mungkin disebabkan karena buruknya prestasi yang dilakukan).[6]

b. Perbedaan antara perasaan sedih dengan depresi

Karakteristik dari perasaan sedih yaitu masih dapat mengekpresi-kan perasaan, kemampuan untuk tertawa dan pengalaman emosi, tidak kehilangan semangat atau motivasi, perasaan ini dapat beralih dan setelah kita mengalami-nya kita siap untuk mengalami hal lain yang baru demi hidup ini. Sedangkan karakteristik dari depresi yaitu tangisan kurang dapat melebihi perasaan sakit, kehilangan rasa humor, kehilangan kemampuan untuk mengalami perasaan emosional, kehilangan semangat atau motivasi, biasanya berlangsung lama dan terus-menerus timbul, semakin rendah energi, semakin buruk perasaan tentang diri, semakin kuat usaha, semakin besar menghabiskan energi.[7]

c. Perbedaan antara mania dengan depresi.[8]

Karakteristik dari mania adalah sebagai berikut: peningkatan energi, Berfikir cepat, fasih, persepsi dan sensasi semakin tajam, aktivitas meningkat. Sedangkan untuk depresi adalah kehilangan

---

[6] Richard Gillet,dll, *Overcoming Depperesion*, (London: Dorling Klindersley), 1987, hal. 644

[7] Sarah Susanti Dewi, "hubungan kecenderungan kepribadian introvert-ekstrovert dan motif berprestasi dengan kecenderungan depresi pada mahasiswa" (skripsi, fakultas psikologi universitas 17 agustus 1945 surabaya), 2000, hal. 24

[8] Richard Gillet,dll, *Overcoming Depperesion* … hal. 644

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

energi, berfikir lamban, pendiam, persepsi dan sensasi semakin tumpul, aktivitas menurun.

Jadi dapat disimpulkan bahwa depresi adalah salah satu bentuk gangguan kejiwaan pada alam perasaan (afektif, mood) yang mewarnai seluruh proses mental (berfikir, berperasaan, berperilaku) seseorang, yang ditandai dengan kemurungan, kelesuan dan putus asa sehingga penderita, merasa sedih dan tidak tertarik pada aktivitas apapun, bahkan aktivitas yang menyenangkan. Hal ini bisa disebabkan oleh situasi stress yang berkepanjangan.

**3. Macam-macam depresi**

Menurut Handiwiyanto depresi dapat dibagi menjadi dua tipe, yaitu tipe reaktive dan tipe endogen. Tipe Reaktif, faktor penyebabnya berasal dari luar, sering timbul setelah terjadinya musibah pada diri seseorang. Perasaan kecewa yang amat dalam dan berlarut-larut, kemalangan yang datang terus-menerus dapat menyebabkan seseorang jatuh kedalam keadaan ini. Penderita nampak tidak responsif dan lamban.[9]

Depresi tipe endogen, faktor penyebabnya berasal dari dalam. Walapun sering kali faktor pencetusnya sendiri berasal dari luar dari individu atau peristiwa-peristiwa yang terjadi diluar *(external event).* Perbedaan penderita ketika masih dalam keadaan normal dan sewaktu menerima amat mencolok. Pada derajat yang tidak terlalu berat, bisa

[9] Sarah Susanti Dewi, "hubungan kecenderungan… hal. 28

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

dijumpai gejala -gejala seperti sedih, lesu, kehilangan kepercayaan diri, dan juga kehilangan gairah hidup, perhatian maupun rasa cinta.[10]

Sedangkan menurut Enos D. Martin ada tiga jenis depresi:

a. Karena kehilangan: Kehilangan merupakan faktor utama mengalami depresi. *Archibald Hart* menyebut empat macam kehilangan yaitu : Kehilangan abstrak yang berupa harga diri, kasih sayang, harapan atau ambisi. Kehilangan konkrit berupa rumah, mobil, orang atau bahkan binatang kesayangan. Kehilangan hal yang bersifat khayal berupa tanpa fakta tapi ia merasa tidak disukai atau digunjing orang. Kehilangan sesuatu yang belum tentu hilang berupa menunggu hasil tes kesehatan, menunggu hasil ujian, menunggu hasil rapor (hasil belajar).
b. Reaksi terhadap stress: 85% depresi ditimbulakan oleh stress dalam hidup, terlalu lelah atau capek, pengurasan tenaga baik fisik maupun emosi.
c. Reaksi terhadap obat: Depresi juga dapat muncul sebagai akibat dari stress berkelanjutan yang tidak ditangani.[11]

Berdasarkan uraian yang telah dijabarkan diatas dapat disimpulkan bahwa depresi menurut pembagian konvensional secara garis besar dapat dibedakan menjadi dua tipe, yaitu tipe reaktif adalah faktor penyebab yang berasal dari luar yang berupa, perasaan diri tidak beruntung, suasana hati yang beku, dan perasaan yang tidak didasarkan pada kenyataan.

[10] Sarah Susanti Dewi, "hubungan kecenderungan… hal. 29
[11] Mahsun, *Bersahabat Dengan Stress,* Yogyakarta: Prisma Media, 2004, Hal.52

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Sedangkan tipe endogen adalah depresi yang faktor penyebabnya dari dalam. Karakteristik dari tipe endogen, bisa dijumpai gejala-gejala seperti sedih, lesu, kehilangan kepercayaan diri, dan juga, perhatian maupun rasa cinta, perasaan diri tidak beruntung atau sial adalah hal yang karakteristik pada tipe ini. Pada derajat yang lebih berat dijumpai unsur-unsur nihilisme (perasaan sia-sia) dan juga suasana hati yang beku, yang dapat disertai adanya gejala depersosialisasi (perasaan yang tidak berdasarkan kenyataan atau *feeling of unreality).*

**4. Faktor Penyebab Depresi**

Teguh Wangsa menyebutkan bahwa penyebab depresi antara lain genetika (warisan sifat), biologi (saat bahan kimia yang tidak diproduksi tepat waktu dan dalam jumlah yang yang tepat hasilnya dapat menghasilkan ketimpangan kimia dan depresi), *hypertyroidism* dapat mengakibatkan serangan panik seperti tragedi yang tiba-tiba terjadi, penggunaan narkoba.[12]

Ada juga depresi yang datang dengan sendirinya (depresi endogen). Depresi semacam ini disebabkan faktor biologi, seperti hormon dan neurotransmiter. Seperti diketahui otak merupakan pusat perasaan, emosi, dan pikiran. Bila ada gangguan neurotransmiter otak bisa menyebabkan seseorang kehilangan mood sehingga timbul depresi. Dari sisi genetik, orang yang mempunyai bakat depresi akan lebih mudah menderita depresi

[12] Teguh Wangsa G. H. W, *Menghadapi Stress*... hal. 27

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

bila ada stimulus. Jika faktor lingkungan muncul, misalnya, stres, kehilangan orang yang disayangi, penyalahgunaan obat, penyakit fisik (kronis), kehilangan pekerjaan, dan latar belakang sosial yang buruk, maka depresi lebih mudah muncul pada orang yang memiliki bakat depresi. [13]

Menurut Dr. R Kusumanto penyebab depresi ada dua yaitu, gaktor *external* (dari luar individu) dan faktor *internal* (dari dalam individu). Faktor *external* antara lain yang pertama adalah kekecewaan, tidak ada seseorang individu yang depresi bila semua berjalan lancar sesuai dengan keinginan individu te rsebut akan tetapi kehidupan ini tidak menentu sehingga hampir tidak ada orang yang tidak pernah mengalami kecewa. Kedua krisis, suatu keadaan yan menimbulkan stress. Faktor *internal* meliputi, kepribadian, psikis, gangguan hormonal dan gangguan neurotrans mintter di otak. [14]

Haye mengatakan bahwa faktor penyebab dari depresi antara lain adalah adanya tujuan-tujuan yang tidak tercapai yang menyebabkan kekecewaan serta adanya kegagalan yang menyebabkan kurangnya penghargaan terhadap diri. [15]

Gilbert mengatakan bahwa faktor-faktor yang menyebabkan depresi antara lain berhubungan dengan ekonomi. Anak-anak dan remaja yang besar dengan orang tua yang depresi juga cenderung akan

---

[13] Irmansyah, http://www.suarapembaruan.com/News/2006/02/08/index.html, diakses 15 Juni 2010

[14] Kusumanto, dll, *Depresi Beberapa Pandangan Teori Dan Implikasi Praktek Dibidang Kesehatan Jiwa,* Jakarta: Yayasan Dharma Graha, 1999, Hal.13

[15] Nurmiati Amir, *Depresi Aspek Neurobiologis Diagnosis Dan Tata Laksana,* (Jakarta:Fakultas Kedoteran Universitas Indonesia), hal. 36

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

terpengaruh perkembangan secara sosial dan intelektualnya. Telah dipastikan bahwa satu dari lima orang mempunyai resiko untuk menderita episode depresi dalam satu waktu dikehidupan mereka. Keadaan ini tidak memandang kelas dan status sosial individu[16]

Penyebab depresi belum sepenuhnya dimengerti sejumlah faktor dapat menyebabkan seseorang cenderung menderita depresi:

a. Faktor keturunan
b. Efek samping dari obat-obatan tertentu
c. Kepribadian introvert
d. Peristiwa emosional (terutama kehilangan).[17]

Sedangkan menurut Nurmiati Amir menyebutkan bahwa faktor-faktor penyebab depresi, antara lain:

a. Jenis kelamin

   Depresi lebih sering terjadi pada wanita. Terdapat perkiraan bahwa wanita lebih sering mencari pengobatan sehingga depresi lebih sering terdiagnosis. Selain itu ada pula yang menyatakan bahwa wanita lebih sering terpanjang stressor lebih rendah dibanding pria. Adanya depresi yang berkaitan dengan ketidakseimbangan hormon pada wanita menambah tingginya *prevalensi* depresi pada wanita, misalnya adanya depresi prahaid, *postpartum*, dan *postmenopause*.

[16] Handianto, Cara Mengatasi Depresi, www.Geolisties. , diakses pada 7 juni 2010
[17] Sutrisno, ”Penyebab Depresi Pada Remaja” www.bloggaul.com//depresi, diakses 9 juni 2010

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

b. Kepribadian

Seseorang dengan dengan kepribadian tertutup (introvert), mudah cemas, hipersensitif, dan lebih bergantung pada orang lain lebih rentan terhadap depresi.

c. Usia

Depresi lebih sering terjadi pada usia muda. Umur rata-rata 17-40 tahun. Faktor sosial sering menempatkan seseorang yang berusia muda dengan resiko lebih tinggi untuk depresi.

d. Geografis di negara maju

Penduduk kota lebih sering menderita depresi dibandingkan denga penduduk desa.

e. Riwayat keluarga

Riwayat keluarga yang menderita depresi lebih tinggi resikonya dengan kata lain resiko depresi semakin tinggi bila riwayat genetik dalam keluarga

f. Stresor sosial

Suatu keadaan yang dirasakan sangat menekan sehingga seseorang tidak dapat beradaptasi dan bertahan. Peristiwa-peristiwa dalam kehidupan baik yang akut maupun kronik dapat menimbulkan depresi.[18]

Berdasarkan pendapat diatas dapat disimpulkan, depresi terindikasi tampak pada 3 bagian, yaitu gejala fisik, mental, dan sosial.

[18] Nurmiati Amir, *Depresi Aspek Neurobiologis* ... hal. 26

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Dari fisik, orang depresi biasanya lebih malas dari kehidupan sehari-hari susah tidur, malas makan, pikiran kosong, kehilangan motivasi, cepat capek, bahkan gampang sakit. Sedangkan dari segi mental orang depresi lebih cepat marah sensitif, merasa *useless*, tidak percaya diri, sering mendramatisir rasa kecewa, dan sehingga ketakutan yang akan menimpa mereka karena kesalahan yang telah diperbuat.Seseorang yang depresi akan sering menghidar saat-saat menyenagkan, menjauh dari realistis, malu bertemu orang lain, uring-uringan tanpa alasan, serta tanpa sadar menjadi orang yang menyebalkan.

**5. Gejala-gejala depresi**

Menurut Beck, gejala -gejala depresi dibagi menjadi empat bagian utama yaitu:

a. Emosi

1) Sedih: pada umumnya banyak yang mengguanka istilah sedih untuk menunjukkan kesepian, kebosanan, atau kecewa.

2) Perasaan negatif terhadap diri sendiri: Penderita depresi sering mengekpresikan perasaan-perasaan negatifnya melalui sikap-sikap yang negatifnya yaitu dengan menganggap dirinya tidak merasa bahagia, dan menimbulkan perasaan tidak suka terhadap dirinya sendiri.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

3) Kurang senang terhadap diri sendiri: hilangnya rasa senang terhadap diri sendiri tersebut disertai dengan rendahnya aktivitas dan sebagai kemajuan depresi.

4) Hilangnya rasa kasih sayang: tidak adanya keterlibatan dengan orang lain secara emosional atau secara aktivitas sering kali menyertai hilangnya rasa bahagia. Hal ini dimanifestasikan dengan suatu kemunduran pada dirinya dalam aktivitas-aktivitas tertentu atau dalam afeksi serta perhatian terhdap orang lain.

5) Menangis: Menangis merupakan suatu gejala yang paling banyak ditemukan pada penderita wanita dibandingkan dengan depresi laki-laki.

6) Hilangnya rasa bahagia: Penderita depresi lebih merasa tidak dapat membuat orang tertawa, tidak senang tertawa , dan tidak dapat merasa bahagia atau gembira meskipun mendengar gurauan, ataupun hal-hal lucu.[19]

b. Kognisi

1) Rendahnya penilaian terhadap diri sendiri: Rendahnya harga diri merupakan salah satu karaktristik utama dari depresi. Self evaluation merupakan bagian dari pola penderita, yang menganggap dirinya tidak sempurna dan beberapa hal yang dianggap penting.

[19] A.T Beck, *Depression clinical experimental and theoretical aspects*, (London : Staples Press), 1985, hal. 369

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

2) Tidak mempunyai harapan. Harapan yang suram dan sikap pesimis menimbulkan perasaan tidak adanya harapan.

3) Mencela dan mengalahkan diri sendiri. Penderita depresi selalu mencela dan mengalahkan diri sendiri kerena kekurang-kurangannya.

4) Ragu-ragu. Kesulitan dalam membuat keputusan, ragu-ragu dalam memilih diantara beberapa alternatif, dan merubah keputusan-keputusan merupakan karakteristik depresi.

5) Penyimpangan terhadap dirinya sendiri. Penderita depresi mempunyai gambaran yang salah mengenai fisiknya, dan ini dianggap sebagai ciri-ciri sebagai depresi.

c. Motivasi

1) Malas untuk melakukan segala sesuatu: Hilangnya motivasi positif sering ditemukan pada ciri-ciri depresi. Penderita mempunyai problem dalam aktivitas-aktivitasnya untuk melakukan kegiatan sehari-harinya

2) Menghindar, melarikan diri dan menarik diri: Mengharap lepas dari pola-pola rutin kehidupan sehari-hari, merupakan manifestasi umum dari depresi.

3) Keinginan untuk bunuh diri: Penderita dengan keinginan untuk bunuh diri ini dapat dibagi kedalam dua bentuk keinginan yaitu:

4) Ketergantungan: Kata ketergantungan disini digunakan untuk menunjukkan pada keinginan untuk menerima pertolongan,

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

petunjukkan atau bimbingan yang lebih dari pada hanya pada proses mempercayai satu sama lainnya.

a) Bentuk keinginan pasif: saya ingin mati

b) Bentuk keinginan aktif: saya ingin bunuh diri.

d. Fisik dan vegetatif

1) Tidak ada nafsu makan. Sering kali ditandai tidak adanya nafsu makan dianggap sebagai awalnya depresi dan kembalinya nafsu makan dianggap tanda-tanda awalnya dari suatu kehidupan.

2) Kesulitan untuk tidur. Kesulitan untuk tidur merupakan salah satu dari sebagian besar dari gejala-gejala depresi, walaupun kesulitan untuk tidur juga dialami oleh banyak ornag yang tidak mengalami menderita depresi.

3) Hilangnya nafsu seks. Hilangnya nafsu seks ini berkaitan dengan nafsu didalam diri maupun secara hereroseksual. Hilangnya seks ini dikorelasikan dengan dengan hilangnya nafsu makan.

4) Kelelahan. Banyak penderita mulai merasa gejala -gejala kelelahan sebagai fenomea fisik: anggota tubuh dirasakan berat atau tubuh kehilangan energi.[20]

Berdasarkan pada gejala-gejala depresi ini, kecenderungan depresi yang pada diri individu dapat diketahui dan diukur melalui skala BDI *(Beck Deprresion Inventory)*.

[20] A. T Beck, Depresion: *Clinical Experimental And Thoeritical Aspects*, London: Staples Press, 1985, hal.547

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

## B. Kepribadian Ekstovert-Introvert

### 1. Pengertian Kepribadian

Kata *personality* dalam bahasa inggris berasal dari kata latin: *persona*, pada mulanya kata persona ini menunjukkan kepada topeng yang biasa digunakan oleh para pemain sandiwara di Zaman Romawi dalam memainkan peranan-peranannya. Pada waktu itu, setiap pemain sandiwara memerankan perananya masing-masing sesuai dengan topeng yang dikenakannya. Dari sini lambat laun kata persona *(personality)* berubah menjadi satu istilah yang mengacu kepada gambaran sosial tertentu yang diterima oleh individu dari kelompok atau masyarakatnya, dimana kemudian individu tersebut diharapkan bertingkah laku sesuai dengan gambaran sosial (peran) yang diterimanya itu.[21]

Newcomb mendefinisikan kepribadian adalah organisasi dari sikap-sikap (*predisposition)* yang dimiliki seseorang sebagai latar belakang terhadap perilakuan.[22]

Istilah kepribadian sering didengar sehubungan dengan keadaan atau karakter atau keadaan seseorang. Kepribadian dapat diartikan sebagai identitas seseorang, sehingga banyak menyangkut masalah watak, sifat, yang tercermin nyata dalam perbuatan serta tindakan seseorang. Orang yang berpribadi adalah yang sadar akan dirinya dan dapat mengerti dengan tepat pribadinya. Seorang yang berpribadi kuat adalah orang yang dapat

---

[21] E. Koeswara, *Teori-Teori Kepribadian*, Bandung: Refika Offset, 1991, Hal.10
[22] Alex Sobur, *Psikologi Umum*, (Pustaka Setia, Bandung, 2003), hal. 302

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

menentukan dirinya sendiri, berbuat apa, sebagai apa, mau apa dan sebagainya.[23]

Dalam bukunya *The Anatomy Personality*, Adams berpendapat bahwa kepribadian bisa digali jika kita diselidiki dengan seksama apa yang kita maksudkan dengan cakap setiap kali kita menggunakan istilah "saya".[24]

Menurut Pervin dan John kepribadian yaitu mewakili karakteristik individu yang terdiri dari pola-pola pikiran, perasaan dan perilaku yang konsisten.[25]

Dalam bukunya *Personality*, Allport mendefinisikan kepribadian yaitu organisasi-organisasi dinamis dari sistem-sistem psikofisik dalam individu yang turut menentukan cara-cara yng unik atau khas dalam menyesuaikan diri dengan lingkungannya.[26] Allport menggunakan istilah psiko-fisik menunjukkan bahwa "jiwa" dan "raga" manusia merupakan suatu sistem yang terpadu dan tidak dapat dipisahkan satu sama lain, serta diantara keduanya selalu terjadi interaksi dalam mengarahkan tingkah laku. Sementara itu istilah khas dalam arti bahwa setiap individu bertingkah laku dalam caranya sendiri, karena setiap individu memiliki kepribadian sendiri.

---

[23] Prof.Dr. Sedarmayanti, M.Pd, pengembangan kepribadian pegawai, (cv. Mandar Maju, Bandung, 2004), 2

[24] Alex Sobur, *Psikologi Umum*, ... hal. 302

[25] www. rumahbelajarpsikologi.com.kepribadian, diakses 25 Mei 2010

[26] Alex Sobur, *Psikologi Umum*, ... hal. 301.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

**2. Pengertian Tipe Kepribadian Ekstrovert Dan Introvert**

Istilah ekstrovert dan introvert dipakai pertama kali oleh Jung, ekstrovert adalah orang yang pandangannya obyektif dan tidak pribadi, sedangkan introversi adalah orang yang pandangannya subyektif dan individualis.[27]

C.G. Jung seorang ahli penyakit jiwa dari Swiss, membuat pembagian tipe manusia. Ia menyatakan bahwa perhatian manusia tertuju pada dua arah, yakni keluar dirinya yang disebut extrovert, dan ke dalam dirinya yang disebut Intovert. Kemana arah perhatian manusia itu yang terkuat keluar dirinya atau kedalam dirinya, itulah yang menentukan tipe orang itu. Jadi menurut Jung, tipe manusia bisa dibagi menjadi dua golongan besar, yaitu:

a. Tipe Ektrovert, yaitu orang-orang yang perhatiannya lebih diarahkan keluar dirinya, kepada orang-orang lain dan kepada masyarakat.
b. Tipe Introvert, orang-orang yang perhatiannya lebih mengarah pada dirinya, pada ”aku”-nya.[28]

Dengan demikian, tipe kepribadian adalah satu pengelompokan tingkah laku seseorang, baik yang terampil atau masih dalam bentuk potensi yang menunjukkan kekhasan seseorang, sehingga dianggap berbeda dengan yang lainnya. Perbedaan berasal dari faktor keturunan dan lingkungan yang sudah terintegrasikan.[29]

---

[27] Alwisol, *Psikologi Kepribadian*, ... hal. 307
[28] Alex Sobour, *Psikologi Umum*, Bandung: CV.Pustaka Setia,2003, Hal.316
[29] Rafy Sapuri, *Psikologi Islam Tuntutan Jiwa Manusia Modern*, (PT Rajagrafindo Persada, Jakarta,2009), 151

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Orang yang tergolong tipe eks trovert mempunyai sifat-sifat: berhati terbuka, lancar dalam pergaulan, ramah, penggembira, kontak dengan lingkungan besar sekali. Mereka mudah mempengaruhi dan mudah pula dipengaruhi oleh lingkungan. Adapun orang-orang yang tergolong tipe introvert memiliki sifat-sifat: kurang pandai bergaul, pendiam, sukar diselami batinya, suka menyendiri, bahkan sering takut pada orang.

Crow and Crow menguraikan lebih terinci sifat dari kedua golongan tersebut sifat kepribadian ekstrovert sebagai berikut Lancar dalam berbicara, bebas dari kekhawatiran atau kecemasan, tidak lekas malu dan tidak canggung, umumnya bersifat konservatif, mempunyai minat pada atletik, dipengaruhi leh data obyektif, ramah dan suka berteman, suka bekerja bersama orang lain, kurang memperdulikan penderitaan dan milik sendiri, mudah menyesuaikan diri dan luwes. Sedangkan lebih lancar menulis dari pada berbicara, cenderung atau sering diliputi kekhawatiran, lekas malu dan canggung, cenderung bersifat radikal, suka membaca buku-buku dan majalah, lebih dipengaruhi oleh perasaan-perasaan subyektifnya, agak tertutup jiwanya, lebih senang bekerja sendiri, sangat menjaga/berhati-hati, sukar menyesuaikan diri dan kaku dalam pergaulan.[30]

Eysenck, menggunakan istilah ekstrovert-introvert yang juga digunakan oleh Jung. Namun Eysenck menambahkan dimensi emosi yang stabil dan tida stabil pada istilah eksrovert dan introvert untuk

[30] Alex Sobour, *Psikologi Umum,* Bandung: CV.Pustaka Setia,2003, Hal.316

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

mengkategorisasikan kepribadian kedalam empat dasar kepribadian antara lain adalah *choleris* dengan ciri tidak sabaran, memiliki energi yang berlebihan dan bergerak dengan sangat cepat. Sanguine dengan ciri lincah, bersemangat, giat, phlegmatic dengan ciri pendiam, tenang dan tidak banyak bicara. Melancholic dengan ciri muram tidak bersemangat.

Berdasarkan empat dasar tipe kepribadian ini Eysenck kemudian membagikan tipe kepribadian kedalam dua bentuk yaitu ekstrovert-introvert. Ciri kepribadian ekstrovert adalah sosiabilitas, bersahabat, menikmati kegembiraan, aktif berbicara, impulsive, menyenangkan spontan, ramah, sering ambbil bagian dalam aktivitas sosial. Tipe kepribadian introvert dengan ciri pemalu, suka menyendiri, mempunyai kontrol diri yang baik.

Eysenck menyakini bahwa penyebab utama perbedaan antara extroversi dan introversi adalah tingkat keterasangan korteks ( CAL = Cortical arousal level), kondisi fisiologi yang sebagian besar bersifat keturunan. CAL adalah gambaran bagaimana korteks mereaksi stimuli indrawi. Cal tingkat rendah artinya korteks tidak peka, reaksinya lemah. Sebaliknya Cal tinggi, korteks mudah terangsang untuk bereaksi. Orang yang extrovers CAL-nya rendah, sehingga dia banyak membutuhkan rangsangan indrawi untuk mengaktifkan korteksnya. Sebaliknya introvers CAL-nya tinggi, dia hanya membutuhkan rangsangan sedikit untuk mengaktifkan korteksnya.[31]

[31] Alwisol, *Psikologi Kepribadian*, UMM Press, Malang, 2007, hal. 307

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

### 3. Hirarki Faktor-Faktor Kepribadian

Kepribadian merupakan organisasi tingkah laku oleh Eysenck dipandang memiliki empat tingkatan hirarkis , berikut ini dari hirarki yang tertinggi ke hirarki yang terendah, yaitu sebagai berikut:

a. Hirarki tertinggi, yaitu tipe kumpulan dari trait, yang mewadahi kombinasi trait dalam suatu dimensi yang luas.
b. Hirarki kedua, yaitu trait, kumpulan kecenderungan kegiatan, koleksi respon yang saling berkaitan atau mempunyai persamaan tertentu. Ini adalah disposisi kepribadian yang penting dan permanen.
c. Hirarki ketiga, yaitu kebiasaan tingkah laku atau berfikir, kumpulan respon spesifik, tingkah laku atau fikiran yang muncul kembali yang merespon kejadian yang mirip.
d. Hirarki terendah yaitu respon spesifik, tingkah laku yang secara aktual dapat diamati, yang berfungsi sebagai respon terhadap suatu kejadian. [32]

Keempat macam deskripsi mengenai kepribadian ini bersangkutan dengan keempat macam faktor dalam analisa faktor, yaitu;

a. *Type*, bersangkutan dengan *general factor*.
b. *Trait*, bersangkutan dengan *group factor.*
c. *Habitual response* bersangkutan dengan *spesial factor*.
d. *Specific response* bersangkutan dengan *error factor*.[33]

---

[32] Alwisol, *Psikologi Kepribadian*, ... hal. 306

[33] Sumadi Suryabrata, *Psikologi Kepribadian*, (Jakarta: PT Grafindo Persada, 2005), hal. 291

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

**4. Aspek- Aspek Kepribadiam Ekstrovert dan Introvert**

Kepribadian *ekstrovert-introvert* menurut Eysenck terbentuk dari beberapa sifat, yaitu:

a. *Sociability* : kemampuan individu untuk menjalin hubungan dengan lingkunagn sekitarnya.

b. *Impulsiveness* : tingkat kemampuan individu dalam menuruti dorongan hati

c. *Activity* : jenis aktivitas tertentu yang disukai oleh individu

d. *Liveness* : peryataan yang berhubungan dengan sesuatu kecenderungan umum untuk memperlihatkan emosi kepada orang lain,

e. *Exiability* : berhubungan dalam individu dalam berfikir.[34]

Menurut Eysenck introvert adalah salah satu ujung dari dimensi kepribadian introversi-ekstraversi denag karakteristik watak yang tenang, pendiam, suka menyendiri seka termenung, dan menghindari resiko. Sedangkan ekstrovert adalah salah satu ujung dari dimensi kepribadian ekstaversi dan introversi dengan karakteristik watak yang peramah, suka bergaul, suka menurutkan kata hati, dan suka mengambil resiko.

Jadi dapat disimpulkan kepribadian ekstrovert adalah kepribadian yang cenderung berorientasi kedunia luar dirinya dan tindakannya ditentukan oleh lingkungan sosialnya. Sedangkan kepribadian introvert

[34] Supatmawati, Perbedaan Sikap Pranikah Ditinjau Dari Kepribadian Ekstovert-Introvert Pada Remaja Dilokalisasi Tambak Sari Surabaya, Skipsi: Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya 2003, Hal 16-17

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

adalah kepribadian yang berorientasi pada di dalam dunianya sendiri dan tindakannya ditentukan oleh dunia subyektifnya.

## C. Perbedaan Kecenderungan Depresi Ditinjau Dari Kepribadian Pada Mahasiswa IAIN Sunan Ampel Surabaya

Manusia dalam kehidupan sehari-hari tidak terlepas dari lingkungan sekitarnya. Perkembangan manusia yang semakin modern berpengaruh terhadap pola kehidupan dan sering kali mengakibatkan ketengangan. Ketegangan yang terus menerus menekankan ini, menyebabkan depresi

Depresi biasanya terjadi saat stress yang dialami oleh seseorang tidak kunjung reda, dan depresi yang dialami berkorelasi dengan kejadian dramatis yang baru saja terjadi atau menimpa seseorang. Akumulasi stressor yang terus menumpuk dan yang tidak terselesaikan disinyalir sebagai pemicu munculnya depresi.[35]

Menurut Sumarni, Bagi sekelompok manusia, kecepatan perubahan menyebabkan manusia tidak dapat menggunakan pengalaman hidupnya sebagai pedoman hidup. Serta kehilangan kemampuan untuk meramalkan masa depannya dengan akibat ansietas (kecemasan), disorientasi sosial dan perubahan kebudayaan. Semua fenomena ini dapat merupakan dampak positif maupun dampak negative yang terutama dialami oleh mahasiswa

[35] Noviana, Hubungan Antara Tipe Kepribadian Dengan Tingkat Depresi Pada Lansia Di Wilayah Desa Bumiharjo,(skripsi: fakultas ilmu kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta, 2008), hal. 17

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

dalam bentuk stressor kehidupan. Depresi dapat terjadi dimanapun dan pada siapapun, juga pada mahasiswa.[36]

Menurut hasil penelitian yang dilakukan oleh prawirohardjo menunjukkan bahwa banyak kondisi yang dapat mempengaruhi kerawanan terhadap depresi, seperti kepribadian, kepercayaan, jenis kelamin, stessor, umur, pendidikan, pekerjaan, status sosial ekonomi dan dukungan sosial.[37]

Depresi biasanya terjadi saat stress yang dialami oleh seseorang tidak kunjung reda, dan depresi yang dialami berkorelasi dengan kejadian dramatis yang baru saja terjadi atau menimpa seseorang. Akumulasi stressor yang terus menumpuk dan yang tidak terselesaikan disinyalir sebagai pemicu munculnya depresi.

Kepribadian merupakan suatu konsep yang penting dan sangat berguna untuk menggambarkan perilaku individu.. Tipe kepribadian mempunyai hubungan yang signifikan dengan depresi, pada masa tua umumnya lansia mulai timbul gejolak, timbul perasaan khawatir kehilangan anak buah, teman, kelompok, jabatan, status dan kedudukan sehingga mereka cenderung takut menghadapi kenyataan dan kecenderung mengalami depresi (Depresi merupakan gangguan mental yang sering terjadi di tengah masyarakat. Salah satu penyebab depresi adalah kepribadian. Kepribadian ekstrovert introvert terbentuk atas jiwa. Kepribadian ekstrovert terutama dipengaruhi oleh dunia yang obyektif, yaitu dunia di luar dirinya. Dan jika

[36] Kusumanto, dll, *Depresi Beberapa Pandangan* ...hal. 99
[37] Kusumanto, dll, *Depresi Beberapa Pandangan* ...hal. 99

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

orang yang introvert terutama dipengaruhi oleh dunia yang subyektif, yaitu dunia di dalam dirinya sendiri

Penyebab depresi dapat dibagi ke dalam tiga kelompok besar, yaitu bioekologis, psikososial, dan kepribadian. Bioekologis adalah depresi yang muncul karena keadaan biologis seseorang yang dipengaruhi oleh tingkah laku-tingkah laku orang tersebut. Psikososial adalah depresi yang muncul karena pengaruh keadaan lingkungan, dan kepribadian adalah depresi yang muncul akibat kepribadian orang tersebut.

Mahasiswa dengan kesulitan menyesuaikan diri merupakan stressor tersendiri yang akan menghambat proses belajar mengajar sehingga mempengaruhi proses belajar. Keberhasilan proses belajar-mengajar sebagai tujuan utama pendidikan tidaklah semata - mata ditentukan oleh faktor-faktor yang bersifat akademik, melainkan juga sangat dipengaruhi oleh faktor-faktor non akademik. Dalam faktor eksternal dapat bersifat eksternal maupun internal. Faktor eksternal dapat berupa dukungan maupun hambatan lingkungan, fasilitas, sistem sosial ekonomi, kondisi alam dan lain sebagainya. Adapun faktor internal dapat berupa kondisi kesehatan jasmani maupun kondisi kesehatan kepribadian, psikis atau emosional. Faktor internal memegang peranan yang palin menentukan dalam keberhasilan proses belajar karena kesehatan psikis seorang mahasiswa dapat berubah dengan adanya perubahan lingkungan. [38]

[38] Kusumanto, dll, *Depresi Beberapa Pandangan* ...hal. 101

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Masalah di dalam perkuliahan harus diakui turut mempengaruhi, baik dari segi mood, konsentrasi, maupun prestasi akademik. Apalagi grafik usia yang menunjukkan bahwa para mahasiswa umumnya berada dalam tahap remaja. Seseorang pada rentang usia ini masih labil dalam hal kepribadiannya, sehingga dalam menghadapi masalah, mahasiswa cenderung terlihat kurang berpengalaman dan menyebabkan mahasiswa depresi.

Secara lebih khusus, Beck menyebut persepsi negatif tersebut sebagai *negative cognitive triad*. Menurutnya, orang menjadi depresi karena memiliki pandangan negatif terhadap tiga hal, yakni dirinya sendiri, lingkungan, dan masa yang akan datang. Orang-orang ini menurut Beck mengembangkan distorsi dalam cara berpikirnya. Salah satunya melakukan pemikiran semua atau tidak sama sekali. Misalkan jika tidak mendapatkan nilai A dalam satu ujian, mahasiswa akan menganggap dirinya sebagai mahasiswa yang gagal. Biasanya hal ini terkait dengan distorsi lain, yaitu *musturbation*, yaitu menuntut dirinya terlalu banyak dengan kata 'harus' (*must*). Misalnya semua siswa harus menjadi siswa teladan sehingga dengan memperoleh satu nilai buruk, siswa tersebut merasa telah hancur.[39]

Salah satu penyebab depresi adalah Kepribadian *Introvert*[40]. Ciri-ciri individu yang mengalami depresi, seperti malas untuk belajar atau tidak mau bertemu dengan temannya dan cenderung menarik diri dari lingkungan. Salah satu ciri mahasiswa yang mudah terkena depresi yakni punya kepribadian yang tertutup (introvert), sukar bergaul, tidak mudah

[39] Ester Lianawati, "Kenapa Bisa Depresi", www.esterlianawati.wordpress.com , diakses 01 juni 2010

[40] Penyebab depresi, www.medicastore.com, diakses 25 mei 2010

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

bersosialisasi. Oleh karena itu individu seperti ini harus dibiasakan mengikuti aktivitas-aktivitas sosial.

## D. Penelitian Terdahulu

Penelitian yang dilakukan oleh Menurut penelitian Rahina Ibaniati dengan judul "Pengaruh Tingkat Depresi Dari Jenis Kepribadian Remaja Terhadap Tingkat Kenakalannya". Hasilnya menunjukkan bahwa remaja dengan kepribadian introvert cenderung lebih depresi dari pada kepribadian ekstrovert.[41]

Anita Zulkaida yang berjudul "Kecenderungan Depresi Pada Mahasiswa Dan Perbedaan Berdasarkan Jenis Kelamin", Fakultas Psikologi, Universitas Gunadarma Hasil menunjukkan bahwa secara umum kategori subjek adalah minimal *depression* (tidak ada depresi). Berdasarkan jenis kelamin, tidak perbedaan kecenderungan depresi secara signifikan antara mahasiswa laki-laki dan perempuan.

Trida Cynthia yang berjudul Kecenderungan Depresi Pada Mahasiswa Dan Perbedaan Berdasarkan Jenis Kelamin Hasil menunjukkan bahwa secara umum kategori subjek adalah minimal *depression* (tidak ada depresi). Berdasarkan jenis kelamin, tidak perbedaan kecenderungan depresi secara signifikan antara mahasiswa laki-laki dan perempuan.[42]

---

[42] Trida Cynthia, "Kecenderungan Depresi Pada Mahasiswa Dan Perbedaan Berdasarkan Jenis Kelamin", Proceeding PESAT (Psikologi, Ekonomi, Sastra, Arsitektur & Sipil), (2009) Vol.3, hal.109

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Didit yang meneliti tentang hubungan "Hubungan Tipe kepribadian. Dan Koping Lansia Dengan Depresi Pada Lansia di Kelurahan OroOro Ombo Kecamatan Kartoharjo Madiun". Penelitian dilakukan di Fakultas Hukum Universitas Merdeka Madiun. Berdasarkan analisa data diperoleh *p value* sebesar 0,0024 lebih kecil dari derajat signifikansi 0,05 yang berarti ada hubungan yang signifikan antara Tipe kepribadian Dan Koping Lansia Dengan Depresi Pada Lansia di Kelurahan Oro Oro Ombo Kecamatan Kartoharjo Madiun.

## E. Kerangka Teori

Depresi Suatu kondisi individu yang merasa begitu tertekan salah pada alam perasaan (afektif dan mood) yang mewarnai seluruh proses mental (berfikir, berperasaan, berperilaku), yang ditandai kemurungan kelesuan,sedih, suram, sengsara, ketiadaan gairah hidup, hidup tak berarti dan tak mempunyai harapan. perasaan tidak berguna, dan putus asa sehingga individu merasa sedih dan tidak tertarik pada aktivitas apapun, bahkan aktivitas yang menyenangkan. Hal ini disebabkan oleh situasi stres yang berkepanjangan.

Kepribadian Ekstovert merupakan Kepribadian yang cenderung berorientasi kedunia luar dirinya dan tindakannya ditentukan lingkungan sosialnya, baik lingkungan sosial maupun lingkungan non sosialnya. Salah satu ujung dari dimensi kepribadian ekstrovert-introvert dengan karakteristik peramah, suka bergaul, suka menuruti kata hati, dan suka menegambil resiko.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Kepribadian Introvert Kepribadian yang cenderung berorientasi pada dunia didalam dunianya sendiri dan tindakannya ditentukan oleh faktor-faktor sunyektif. Salah satu ujun dari dimensi kepribadian ekstrovert –introvert dengan karakteristik watak yang tenang, pendiam, suka menyendiri, suka termenung, dan menghindari resiko.

Banyak faktor yang menyebabkan depresi baik faktor dari dalam maupun dari luar. Faktor yang berasal dari luar meliputi stressor, kekecewaan, geografis, efek dari obat-obatan tertentu, peristiwa emsional (kehilangan). Sedangkan faktor dari dalam berupa kepribadian, keturunan, jenis kelamin, usia. Salah satunya adalah kepribadian yang tertutup (introvert). Ciri-ciri individu yang mengalami depresi, seperti malas untuk belajar atau tidak mau bertemu dengan temannya dan cenderung menarik diri dari lingkungan. Salah satu ciri anak yang mudah terkena depresi yakni punya kepribadian yang tertutup (introvert), sukar bergaul, tidak mudah bersosialisasi. Oleh karena itu anak seperti ini harus dibiasakan mengikuti aktivitas-aktivitas sosial.

## F. Hipotesis

Dalam penelitian ini hipotesisnya adalah:

Ho : Tidak ada perbedaan kecenderungan depresi ditinjau dari tipe kepribadian.

Ha : Ada perbedaan kecenderungan depresi ditinjau dari tipe kepribadian

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

# BAB III

# METODE PENELITIAN

Metode penelitian merupakan cara memecahkan persoalan dalam penelitian. Ilmiah tidaknya suatu penelitian sangant tergantung pada metodelogi yang digunakan.[1] Kesalahan dalam menentukan metode penelitian mengakibatkan kesalahan dalam pengambilan data serta pengambilan keputusan, setelah itu dalam penentuannya harus tepat dan didasarkan pada alasan-alasan yang kuat. Penelitian ini bertujuan untuk menemukan, menggambarkan, mengenbangkan dan menguji kebenaran suatu pengetahuan secera ilmiah.[2] Beberapa aspek metode logi yang akan dibahas dalam penelitian ini adalah:

## A. Pendekatan Dan Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuntitatif yang merupakan penelitian yang menekankannya analisisnya pada numrical atau angka yang diolah melalui metode statistika.

Jenis penelitian ini adalah komparatif, yaitu penelitian yang melihat perbedaan antara variabel-variabel dalam penelitian dan menguji hipotesis yang telah dirumuskan sebelumnya. Dengan kata lain penelitian ini bertujuan untuk melihat sejauhmana perbedaan kecenderungan depresi ditinjau dari tipe kepribadian mahasiswa IAIN Sunan Ampel Surabaya.

---

[1] Sumadi Suryabrata, *Metodologi Penelitian*, (Jakarta: Rajawali, 2000), hal. 35
[2] Sutrisno Hadi, *Metodologi Research*, (yogyakarta: Andi Offset, 2000), hal. 4



digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Dalam penelitian ini variabel-variabel yang digunakan diantaranya:

1. Variabel Bebas (*independent variable*)

   Adalah variabel yang dipandang sebagai penyebab bagi terjadinya perubahan pada variabel terikat.[3] Pada penelitian ini yang menjadi variabel bebas adalah tipe kepribadian ekstrovert-introvert.

2. Variabel Terikat (*dependent variable*)

   Adalah variabel yang dipradugakan atau yang dipengaruhi oleh variabel bebas yang dalam eksperimennya diukur untuk mengetahui efek dari suatu perlakuan.[4] Pada penelitian ini yang menjadi variabel terikatnya adalah kecenderungan depresi.

Adapun pembagian variabel yang hendak diteliti adalah:

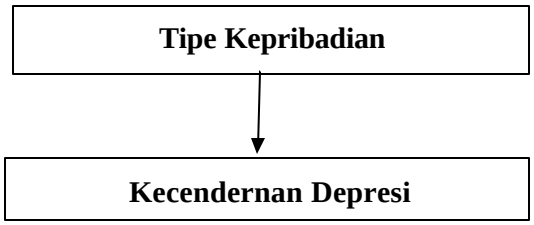
Variabel bebas (X) : Tipe kepribadian extrovert dan introvert

Variabel terikat (Y) : kecenderungan depresi

Berikut skema penelitian yang akan dilaksanakan:

Gambar 3.1

Desain Penelitian




[3] Sumadi Suryabrata,*Metodologi Penelitian*, ... hal 39
[4] Sumadi Suryabrata,*Metodologi Penelitian*,... hal 40

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Masing-masing variabel tersebut memiliki definisi operasional. Definisi operasional merupakan penberian arti batasan pada suatu konstruk atau variabel dengan cara memberikan rincian kegiatan yang harus dikerjakan peneliti untuk mengukur variabel tersebut.[5] Dengan kata lain definisi operasional merupakan spesifikasi kegiatan atau tindakan yang perlu untuk mengukur variabel.[6]

Penelitian ini menggunakan definisi operasional variabel sebagai berikut:

**1. Depresi**

Adalah Suatu kondisi individu yang merasa begitu tertekan salah pada alam perasaan (afektif dan mood) yang mewarnai seluruh proses mental (berfikir, berperasaan, berperilaku), yang ditandai kemurungan kelesuan,sedih, suram, sengsara, ketiadaan gairah hidup, hidup tak berarti dan tak mempunyai harapan. perasaan tidak berguna, dan putus asa sehingga individu merasa sedih dan tidak tertarik pada aktivitas apapun, bahkan aktivitas yang menyenangkan. Hal ini disebabkan oleh situasi stres yang berkepanjangan. Indikator depresi diukur berdasarkan teori Beck sebagai berikut: mood, pesimistis, perasaan gagal, hilangnya kepuasan, perasaan bersalah, pengharapan akan adanya hukuman, kebencian terhadap diri sendiri, *self accupation*, keinginan atau ide untuk bunuh diri, derai tangis, irritabilitasi, penarikan diri secara sosial, keragu-raguan, penyimpangan gambaran diri, hambatan dalam bekerja, insomnia,

[5] Lerlinger, F.N, *Asas-Asas Penelitian Behavioral*, (Yogyakarta: Gajah Mada University, 1995), hal. 51

[6] Sutrisno Hadi, *Metodologi Research* … hal. 28

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

perasaan mudah lelah, anorexia, menurunnya berat badan, perhatian yang berlebihan pada tubuh dan kehilangan libido

**2. Kepribadian Ekstovert-Introvert**

Kepribadian ekstrovert adalah yang cenderung berorientasi kedunia luar dirinya dan tindakannya ditentukan lingkungan sosialnya, baik lingkungan sosial maupun lingkungan non sosialnya. Salah satu ujung dari dimensi kepribadian ekstrovert-introvert dengan karakteristik peramah, suka bergaul, suka menuruti kata hati, dan suka menegambil resiko. Indikator tipe kepribadian diukur berdasarkan teri H. J Eysenck sebagai berikut: *sociability, impulsiveness, activity, liveness, exitability*.

Kepribadian introvert adalah yang cenderung berorientasi pada dunia didalam dunianya sendiri dan tindakannya ditentukan oleh faktor-faktor subyektif. Salah satu ujun dari dimensi kepribadian ekstrovert-introvert dengan karakteristik watak yang tenang, pendiam, suka menyendiri, suka termenung, dan menghindari resiko. Indikator tipe kepribadian diukur berdasarkan teori H. J Eysenck sebagai berikut: *sociability, impulsiveness, activity, liveness, exitability.*

## B. Subyek Penelitian

Subyek penelitian adalah sumber utama data penelitian yaitu yang memiliki data mengenai variabel-variabel yang diteliti. Subyek penelitian pada dasarnya adalah yang akan dikenai hasil penelitian.[7] Apabila subyek penelitian

[7] Saifuddin Azwar, *Metodologi Penelitian*,(Pustaka Pelajar,Yogyakarta,2003), 34-35

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

terbatas dan masih dalam jangkauan sumber daya maka dapat dilakukan studi populasi, yaitu mempelajari seluruh subyek secara langsung, sebaliknya apabila subyek penelitian sangat banyak dan berada di luar jangkauan sumber daya peneliti, atau apabila batasan populasinya tidak mudah untuk didefinisikan, maka dapat dilakukan studi sampel.

Setiap penelitian memerlukan populasi sebagai sumber data yang diperlukan untuk kepentingan itu sendiri. Populasi adalah keseluruhan individu atau subyek yang diteliti yang mempunyai beberapa karakteristik yang sama seperti jenis kelamin, usia, tingkat pendidikan, wilayah tempat tinggal dan lainnya.[8]

Dalam hal ini, populasi yang ditentukan adalah seluruh mahasiswa-mahasiswi IAIN Sunan Ampel Surabaya bertempat pada Jl. Ahmad Yani no. 117 Surabaya. Berjumlah 6459 mahasiswa. Adapun perinciannya pada tabel berikut:

Tabel 3.1

Populasi mahasiswa IAIN Sunan Ampel surabaya

| **Fakultas** | **Jumlah** |
|---|---|
| Adab | 542 |
| Syariah | 1364 |
| Dakwah | 1600 |
| Tarbiyah | 2473 |
| Usuludin | 480 |
| Jumlah | 6459 |

[8] Latipun, *Psikologi Eksperimen*, (Malang: UMM Press, 2006), hal. 41

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Dari tabel diatas diketahui bahwa populasi yang dimiliki IAIN Sunan Ampel Surabaya sebanyak 6459 mahasiswa. Dari itu dalam penelitian ini memerlukan adanya sampel karena besarnya ukuran populasi yang diteliti.

## C. Teknik Sampling

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Teknik sampling merupakan teknik pengambilan sampel.[9] Untuk menentukan sampel yang akan digunakan dalam penelitian, terdapat berbagai teknik sampling yang digunakan. Dalam hal ini peneliti memakai teknik sampling yang berupa *nonprobability sampling* yang di dalamnya terdapat *sampling kuota* .

Teknik sampling ini diberi nama sampling kuota di dalam pengambilan sampelnya, peneliti mencampur subyek-subyek di dalam populasi sehingga semua subyek-subyek didalam populasi semua subyek dianggap sama.[10]

Teknik sampling kuota memiliki sifat yang tidak jauh dari sifat *purfosive sampling*, yaitu lebih mementingkan tujuan penelitian dalam menentukan sampling penelitian. Sampel penelitian adalah unit populasi yang telah ditentukan lebih dulu, makanya *kuota sampling* digunakan untuk menentukan unit populasi yang akan dijadikan sampel penelitian. Unit

[9]Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D*, (PT Alfabeta, Bandung, 2008),81

[10] Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*, PT Rineka Cipta, Jakarta, 1997,117

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

populasi yang akan menjadi penelitian, selanjutnya di *interview* atau diberi kuesioner. Hal yang perlu digaris bawahi disini adalah semua unit populasi yang telah ditentukan sebagai sampel penelitian, harus di *interview* atau kuesioner, dengan kata lain semua unit populasi. Yang termasuk daalam kuota haruslah dijadikan responden dalam penelitian tersebut. [11]

Jadi yang menjadi sampel dalam penelitian ini adalah berjumlah 200 mahasiswa dan mahasiswi yang terambil secara acak untuk memudahkan perhitungan penulis. Penelitian ini dilakukan pada sebuah institut yang mempunyai ribuan mahasiswa yang terdiri dari berbagai fakultas dan program jurusan. Untuk memudahkan peneliti dalam mengambil sampel dan setiap fakultas terwakili maka peneliti menggunakan teknik kuota sampel, supaya setiap fakultas dan jurusan lebih kuotakan atau terwaliki dengan beberapa sampel. Adapun perincian mahasiswa yang dijadikan sampel dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

Tabel 3.2

Sampel mahasiswa IAIN Sunan Ampel Surabaya

| **Fakultas** | **Jurusan** | **L** | **P** | **Jumlah** |
|---|---|---|---|---|
| Usuludin | AF | 2 | 6 | 8 |
| | PA | 4 | 5 | 9 |
| | PI | 3 | 4 | 7 |
| | TH | 7 | 9 | 16 |

[11] Burhan Bungin, *metodologi penelitian kusntitatif; komunikasi, ekonomi, dan kebajikan publik serta ilmu-ilmu sosial lainnya,* Jakarta, Kencana Prenada Media Group ,2009,115

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| Tarbiyah | PAI | 4 | 4 | 8 |
| | PBA | 1 | 7 | 8 |
| | PMT | 1 | 6 | 7 |
| | PBI | 1 | 2 | 3 |
| | KI | 2 | 7 | 9 |
| | PGMI | 3 | 2 | 5 |
| Dakwah | KOM | 1 | 1 | 2 |
| | MD | 5 | 5 | 10 |
| | BPI | 2 | 2 | 4 |
| | PMI | 1 | 1 | 7 |
| | PSI | 2 | 2 | 4 |
| | SOS | 3 | 3 | 9 |
| | KPI | 3 | 3 | 4 |
| Syariah | AS | 8 | 3 | 5 |
| | SJ | 11 | 5 | 6 |
| | MUA | 6 | 2 | 4 |
| | ES | 5 | 3 | 2 |
| Adab | BSA | 23 | 7 | 16 |
| | SPI | 17 | 7 | 8 |
| Jumlah | | 99 | 101 | 200 |

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

## D. Instrumen Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data dalam penelitian ini bertujuan untuk mendapatkan data yang lengkap sesuai dengan rumusan masalah yang ada untuk mendukung hipotesis. Metode pengumpulan data dalam kegiatan penelitian ini mempunyai tujuan untuk mengungkap fakta mengenai variabel yang diteliti. Tujuan untuk mengetahui harus dicapai dengan cara-cara atau metode yang efisien dan akurat.

Untuk mengungkap fakta-fakta mengenai variabel-variabel dalam penelitian ini, maka peneliti menggunakan skala depresi yaitu *Beck deprresion inventory* dan skala kepribadian (Eysenck Personality Inventory). Kedua alat ukur tersebut dapat dijabarkan sebagai berikut:

### 1. Skala Depresi

Skala kecenderungan depresi dikembangkan berdasarkan pada *Beck derpression inventory* oleh Aaron T.Beck, MD yang disusun pada tahun 1961. Pernyataan dikembangkan berdasarkan gejala-gejala depresi dan susunan dan jumlah item dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 3.3

Blue Print Depresi

| ASPEK | INDIKATOR | ITEM |
|---|---|---|
| Depresi | 1. Mood | Pernyataan 1 |
| | 2. pesimistis | Pernyataan 2 |
| | 3. perasaan gagal | Pernyataan 3 |

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

| | | |
|---|---|---|
| | 4. hilangnya kepuasan | Pernyataan 4 |
| | 5. perasaan bersalah | Pernyataan 5 |
| | 6. pengharapan akan adanya hukuman | Pernyataan 6 |
| | 7. kebencian terhadap diri sendiri | Pernyataan 7 |
| | 8. self accupation/ menuduh diri sendiri | Pernyataan 8 |
| | 9. keinginan atau ide untuk bunuh diri | Pernyataan 9 |
| | 10. derai tangis | Pernyataan 10 |
| | 11. irritabilitas/ sikap mudah marah | Pernyataan 11 |
| | 12. penarikan diri secara sosial | Pernyataan 12 |
| | 13. keragu-raguan | Pernyataan 13 |
| | 14. penyimpangan gambaran diri | Pernyataan 14 |
| | 15. hambatan dalam bekerja | Pernyataan 15 |
| | 16. gangguan tidur atau insomnia | Pernyataan 16 |
| | 17. perasaan mudah lelah | Pernyataan 17 |
| | 18. kehilagan selera makan atao anorexia | Pernyataan 18 |
| | 19. menurunnya berat badan | Pernyataan 19 |
| | 20. perhatian yang berlebihan pada tubuh | Pernyataan 20 |
| | 21. kehilangan libido | Pernyataan 21 |
| | Jumlah | 21 |

Masing-masing kelompok aitem terdiri dari 4-6 pernyataan yang menggambarkan dari tidak adanya gejala sampai adanya gejala yang paling berat. Skor berkisar antara 0-3. Pernyataan yang menunjukan tidak adanya gejala depresi diberi skor 0, skor 1 untuk pernya taan yang menggambarkan adanya gejala depresi ringan, skor 2 untuk pernyataan yang menggambarkan gejala depresi sedang, sedangkan skor 3 untuk

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

gejala depresi berat. Skor yang dipakai untuk masing-masing 3 kelompok aitem adalah pernyataan dengan skor tertinggi. Skor total berkisar antara 0-63. indikasinya jumlah nilai 0-9 dianggap normal, jumlah nilai 0-15 depresi ringan, 16-23 depresi sedang dan jumlah 24-63 depresi berat.

**2. Skala Kepribadian**

Untuk mengungkap data mengenai tipe kepribadian dilakukan dengan menggunakan kuesioner tipe kepribadian EPI (*Eysenck Personality Inventory*) dari H.J. Eysenck, yaitu mengungkap tipe kepribadian ekstrovert atau introvert.

Untuk mengungkap data variabel tipe kepribadian yaitu digunakan skala kepribadian. Ciri kepribadian ekstrovert adalah sosiabilitas, bersahabat, menikmati kegembiraan, aktif berbicara, impulsive, menyenangkan spontan, ramah, sering ambbil bagian dalam aktivitas sosial. Tipe kepribadian introvert dengan ciri pemalu, suka menyendiri, mempunyai kontrol diri yang baik.

Adapun indikator tipe kepribadian ekstrovert dan introvert disusun berdasarkan indikator pengertian yang dikemukan oleh Eysenck dalam EPI *(Eysenck Personality Inventory*), adalah sebagai berikut: *sociability, impulsiveness, activity, liveness, exitability.*[12]

Table 3.4

Adapun blue print EPI *(Eysenck Personality Inventory)* sebagai berikut:

[12] Rafy Sapuri, Msi, *Psikologi Islam Tuntunan Jiwa Manusia Modern,* (Rajawali Pres, Jakarta, 2009),156-157

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

| No | Indikator | Nomor Butir | | Jumlah |
|---|---|---|---|---|
| | | Ekstrovert | Introvert | |
| 1 | Sociability | 1,2,6,15,25 | 3, 5, 16, 27 | 9 |
| 2 | Impulsiveness | 12, 14, 19,26 | 9, 11, 30 | 7 |
| 3 | Activity | 7, 10, 17 | 4, 8, 21, 29 | 7 |
| 4 | Liveness | 18, 23 | 22, 28 | 4 |
| 5 | Exitability | 24 | 13, 20 | 3 |
| | Jumlah | 15 | 15 | 30 |

Skala yang mendasari program yang dipersoalkan pernyataan yang mendukung secara teknis disebut pernyataan mendukung (*favorable statement*) dan yang tidak mendukung (*Unfavorable statement*). Dalam hal ini satu perangkat alat ukur jumlah pernyataan yang mendukung dan yang tidak mendukung itu harus seimbang, kalau mungkin dibuat sama.

Kuesioner tipe kepribadian ini disusun sebagai alat untuk menentukan tipe kepribadian ekstrovert dan introvert maka dipilih tes EPI (*Eysenck personality inventory*) yang terdiri dari 30 butir pertanyaan dengan jawaban ya dan tidak.

Setelah angket/kuesioner dijawab oleh responden atau subyek. Selanjutnya dilakukan pens koran. Pada tes EPI (*Eysenck Personality Inventory*) dengan menggunakan dua alternatif jawaban pada tiap butir pertanyaan. Untuk butir pertanyaan yang berjenis ekstrovert variasi nilainya adalah sebagai berikut:

Tabel 3.5

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Skor ekstrovert

| Nilai | Jawaban |
|---|---|
| 2 | Ya |
| 1 | Tidak |

Sedangkan untuk butir pertanyaan yang berjenis introvert penilaian bergerak sebaliknya sebagaimana tabel di bawah ini.

Tabel 3.6

Skor introvert

| Nilai | Jawaban |
|---|---|
| 1 | Ya |
| 2 | Tidak |

Pengukuran variabel tipe kepribadian ditujukan untuk mengelompokkan subyek menjadi dua kelompok yaitu remaja yang memiliki tipe kepribadian ekstrovert dan introvert. Untuk itu subyek diberikan alat ukur yang dapat mengidentifikasi kecenderungan tipe kepribadian yang dimilikinya. Semakin tinggi skor yang diperoleh individu maka semakin individu mengarah kepada tipe kepribadian ekstrovert dan sebaliknya semakin rendah skor yang diperoleh individu maka semakin individu mengarah kepada tipe kepribadian introvert.

## E. Teknik Analisis Data

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Analisis data merupakan suatu langkah yang sangat penting dalam sebuah penelitian, karena dengan analisis data terjadi proses penyederhanaan data dalam bentuk yang lebih mudah dibaca dan diinterpretasikan sehingga memudahkan dalam pemecahan masalah penelitian. Dalam hal ini metode statistik merupakan cara untuk memperoleh data dan menarik kesimpulan yang diteliti serta kesimpulan-kesimpulan yang logis dari pengolahan data. Hal ini disebabkan, data kurang mempunyai banyak arti apabila disajikan dalam bentuk yang masih mentah.

Menganalisis data merupakan suatu langkah yang kritis dalam penelitian, penelitian harus memastikan pola mana yang harus digunakan apakah menganalisis statistik atau non statistik. Pemilihan ini tergantung dari jenis data yang dikumpulkan, pada penelitian ini merupakan data kuantitatif yaitu dalam bentuk bilangan atau angka.

Berdasarkan permasalahan yang diteliti yang dirumuskan, dan data yang dikumpulkan, teknik analisis data yang digunakan adalah rumus statistik teknik uji-T dua sampel saling bebas (*Independent Samples T-test*). Uji-T untuk sampel saling bebas (*Independent Samples T-test)* merupakan prosedur uji-T untuk kelompok sampel bebas dengan membandingkan rata-rata dua kelompok kasus. Kasus yang diuji bersifat acak. Rumus yang digunakan untuk uji-T sampel bebas (*Independent Samples T-test*) adalah sebagai berikut:

$$t = \frac{\bar{x}_1 - \bar{x}_2}{\sqrt{\frac{(n_1 - 1)s_1^2 + (n_2 - 1)s_2^2}{n_1 + n_2 - 2}\left[\frac{1}{n_1} + \frac{1}{n_2}\right]}}$$

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Keterangan :

$\bar{x}_1$ = rata-rata sampel 1

$\bar{x}_2$ = rata-rata sampel 2

$S_1$ = simpangan baku sampel 1

$S_2$ = simpangan baku sampel 2

$S_1^2$ = varian sampel 1

$S_2^2$ = varian sampel 2

Sebelum analisis data itu dilakukan, maka terlebih dahulu dilakukan uji prasyarat, antara lain:

a. Uji Normalitas Sebaran

Uji normalitas sebaran bertujuan untuk mengetahui kenormalan distribusi sebaran skor variabel apabila terjadi penyimpangan sejauh mana penyimpangan tersebut. Uji ini menggunakan teknik *kolmogorov-Smirnov* dan *Shapiro-Wilk* dengan kaidah yang digunakan bahwa apabila signifikansi > 0,05 maka dikatakan distribusi normal, begitu pula sebaliknya jika signifikansi < 0,05 maka dikatakan distribusi tidak normal.

Tabel 3.7

Tests of Normality

| | tipe kepribadian | Kolmogorov-Smirnov(a) | | | Shapiro-Wilk | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Statistic | df | Sig. | Statistic | df | Sig. |
| DEPRESI | ekstrovert | ,134 | 101 | ,000 | ,954 | 101 | ,001 |
| | introvert | ,209 | 99 | ,000 | ,923 | 99 | ,000 |

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Hasil uji normalitas sebaran depresi pada mahasiswa yang memiliki tipe kepribadian ekstrovert dengan teknik *kolmogorov-smirnov* diperoleh nilai statistik sebesar 0,134 dengan signifikansi 0,000 > 0,05 dan pada teknik *Shapiro-wilk* diperoleh nilai statistic sebesar 0,954 dengan signifikansi 0,001 > 0,05 maka bisa dikatakan distribusi adalah normal.

Sedangkan uji normalitas sebaran depresi pada mahasiswa yang tipe kepribadian introvert dengan teknik *kolmogorov-smirnov* diperoleh nilai statistik sebesar 0,209 dengan signifikansi 0,000 > 0,05 dan pada teknik *Shapiro-wilk* diperoleh nilai statistik sebesar 0,923 dengan signifikansi 0,00> 0,05 maka bisa dikatakan termasuk kategori normal.

b. Uji Homogenitas

Uji homogenitas variansi digunakan untuk membuktikan bahwa variansi tiap-tiap kelompok akan dianalisa yang memiliki kesamaan dari segi statistik. Dikatakan variansinya homogen jika taraf signifikansi (p) > 0,05 dan sebaliknya jika taraf signifikansi (p) < 0,05 berarti variansinya heterogen/ berbeda.

Tabel 3.8

Test of Homogeneity of Variance

| | | Levene Statistic | df1 | df2 | Sig. |
|---|---|---|---|---|---|
| DEPRESI | Based on Mean | 3,968 | 1 | 198 | ,048 |
| | Based on Median | 3,458 | 1 | 198 | ,064 |
| | Based on Median and with adjusted df | 3,458 | 1 | 195,741 | ,064 |

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| Based on trimmed mean | 3,893 | 1 | 198 | ,050 |

Hasil uji homogenitas diperoleh nilai *levence statistic* pada *based on mean* 3,968 dengan taraf signifikansi 0,048 karena signikansi yang diperoleh lebih besar dari populasi yang mempunyai varian sama atau homogen.

Pada penelitian kali ini tidak ada uji validitas dan uji reabilitas dikarenakan skala yang digunakan peneliti dalam penelitian ini adalah skala yang sudah baku. Untuk mengukur kecenderungan depresi pada mahasiswa menggunakan skala BDI *(Beck Deppresion Inventory)* yang diciptakan oleh oleh Aaron T.Beck, MD pada tahun 1961. Sedangkan untuk mengukur tipe kepribadian menggunakan skala EPI *(Eysenck Personality Inventory)* yang diciptakan oleh Hans J eysenck.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

# BAB IV

# HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

## A. Hasil Penelitian

### 1. Deskripsi Proses Pelaksanaan Penelitian

a. Persiapan Penelitian

Dalam mengadakan suatu penelitian langkah awal yang perlu dilakukan adalah persiapan penelitian terlebih dahulu agar pelaksanaan penelitian dapat berjalan dengan efektif dan efisien. Persiapan yang perlu dilakukan oleh peneliti meliputi persiapan studi pustaka, penyusunan instrumen penelitian dan penentuan *scoring* serta persiapan administrasi. Namun sebelum persiapan penelitian ini dilakukan, ada tahap lain yang harus dilakukan peneliti yaitu merumuskan masalah yang akan dikaji dan penentuan tujuan penelitian. Setelah rumusan masalah dan tujuan penelitian tercapai, selanjutnya peneliti melakukan persiapan penelitian.

1) Persiapan Studi Pustaka

Pada tahap ini peneliti mencari literatur yang relevan dengan variabel-variabel yang akan diteliti, baik melalui buku referensi, jurnal-jurnal maupun artikel. Hal ini untuk menentukan teori-teori yang akan digunakan dalam mengungkap variabel yang hendak diteliti yaitu variabel depresi dan variabel kepribadian ekstrovert dan introvert.



digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Disamping itu pula peneliti melakukan konsultasi dengan dosen pembimbing dalam rangka penataan alur berfikir dan pelaksanaan penelitian.

2) Penyusunan Instrumen

Dalam penyusunan instrimen penelitian ini terlebih dahulu peneliti menggunakan indikator dari variabel penelitian. Untuk variabel depresi, peneliti menggunakan skala BDI *(Beck deprresion inventory)* yang disusun oleh Beck, sedangkan untuk variabel kepribadian menggunakan skala EPI *(Eysenck personality inventory)* yang disusun oleh H.J Eysenck. Setelah indikator ditentukan, langkah selanjutnya menentukan *blue print* (kisi-kisi item) yang berisi jumlah item (butir soal) yang digunakan sebagai pedoman untuk membuat instrumen penelitian.

3) Penentuan Skoring

Setelah instrumen tersebut disusun, langkah selanjutnya adalah menentukan skoring alat ukur. Setiap item yang disusun dalam instrumen penelitian masing-masing diberi nilai alternatif skala BDI *(Beck deprresion inventory)* masing-masing kelompok aitem terdiri dari 46 pernyataan yang menggambarkan dari tidak adanya gejala sampai adanya gejala yang paling berat. Skor berkisar antara 0-3. Pernyataan yang menunjukan tidak adanya gejala depresi diberi skor 0, skor 1 untuk pernyataan yang menggambarkan adanya gejala depresi ringan, skor 2 untuk

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

pernyataan yang menggambarkan gejala depresi sedang, sedangkan skor 3 untuk gejala depresi berat. Skor yang dipakai untuk masing-masing 3 kelompok aitem adalah pernyataan dengan skor tertinggi. Skor total berkisar antara 0-63. indikasinya jumlah nilai 0-9 dianggap normal, jumlah nilai 0-15 depresi ringan, 16-23 depresi sedang dan jumlah 24-63 depresi berat.

Sedangkan untuk skala Eysenk *personality inventory* (EPI), setiap item yang disusun dalam instrumen penelitian masing-masing diberi nilai alternatif jawaban yang bergerak dari skor 2 sampai 1 untuk item ekstrovert, yaitu nilai 2 untuk jawaban ya dan nilai 1 untuk jawaban tidak. Penilaian bergerak sebaliknya untuk skoring instrovert yaitu nilai 1 untuk jawaban ya dan nilai 2 untuk jawaban tidak.

4) Pelaksanaan Administrasi

Persiapan administrasi disini meliputi segala sesuatu yang dibutuhkan untuk pelaksanaan penelitian antara lain peneliti tidak perlu menyiapkan surat izin penelitian yang ditanda tangani oleh dekan fakultas dakwah dikarenakan penelitian dilakukan di area tempat studi peneliti. Peneliti hanya menunjukkan KTM (kartu tanda mahasiswa) untuk mendapatkan data-data mahasiswa IAIN Sunan Ampel Surabaya. Setelah seluruh persiapan penelitian selesai, maka langkah selanjutnya adalah menuju lapangan untuk melaksanakan penelitian.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

b. Pelaksanaan Penelitian

Penelitian dilakukan dengan menyebarkan skala atau angket pada mahasiswa-mahasiswi IAIN Sunan Ampel Surabaya sebanyak 200 mahasiswa dari semester 1 sampai dengan semester 8 dari semua program studi yang ada pada 5 Fakultas yang ada di IAIN Sunan Ampel Surabaya. Untuk mengetahui perbedaan kecenderungan depresi ditinjau dari tipe kepribadian yang dimiliki oleh masing-masing individu. Pengujian alat ukur dilaksanakan mulai tanggal 7 juni sampai 11 juni 2010 dengan durasi yang tidak ditentukan.

Selanjutnya skala yang telah dikembalikan itu dipilih mana yang memenuhi persyaratan. Skala yang memenuhi persyaratan kemudian dinilai dan dilanjutkan dengan tabulasi data. Skala yang memenuhi persyaratan kemudian dinilai dan dilanjutkan dengan tabulasi data. Langkah selanjutnya dilakukan uji reabilitas item skala BDI (Beck Depresion Inventory) dan EPI (Eysenck personality inventory) pada mahasiswa IAIN Sunan Ampel Surabaya dengan menggunakan bantuan komputer program *Statistic Package For Social Science (SPSS) versi 11.5 for windows*.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

**2. Deskripsi Hasil Penelitian**

Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah :

a. Hipotesis Nihil (Ho)

Tidak ada perbedaan kecenderungan antara depresi ditinjau dari tipe kepribadian ekstrovert dan introvert pada mahasiswa IAIN Sunan Ampel Surabaya.

b. Hipotesis Kerja (Ha)

Ada perbedaan perbedaan kecenderungan antara depresi ditinjau dari tipe kepribadian ekstrovert dan introvert pada mahasiswa IAIN Sunan Ampel Surabaya

Setelah dilakukan analisis data dengan mengunakan uji-T dua sampel saling bebas *(independent samples t-test)*, maka diperoleh hasil bahwa ada perbedaan yang signifikan kecenderungan antara depresi ditinjau dari tipe kepribadian ekstrovert dan introvert pada mahasiswa IAIN Sunan Ampel Surabaya.

Setelah dianalisis data dengan menggunakan uji-T dua sampel saling bebas maka diperoleh hasil sebagai berikut:

Sebelum dilakukan uji-T dua sampel saling bebas *(independent samples t-test)*, lebih dulu dilakuakan uji asumsi normalitas dan homogenitas terhadap data penelitian. Uji validitas dikatakan mempunyai validitas tinggi apabila tes tersebut menjalankan fungsi ukurnya atau memberikan hasil ukur yang tepat dan akurat. Untuk alat ukur kepribadian skala BDI *(Beck deprresion inventory)* dan *Eysenck personality inventory*

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

(EPI) sudah terstandar dan terpercaya, sehingga tidak perlu dihitung validitas dan reliabilitasnya.

Untuk mengetahui depresi pada mahasiswa digunakan tes depresi dari Beck yaitu BDI *(Beck depression Inventory)* menggunakan teori-teori dari Beck, dimana setelah dilakukan skoring didapatkan mahasiswa dengan kecenderungan depresi dan hasilnya adalah sedang artinya mahasiswa IAIN mempunyai rata-rata yang cukup banyak depresi.

Sedangkan untuk mengetahui mahasiswa yang bertipe kepribadian ekstrovert dan introvert digunakan tes kepribadian ekstrovert dan introvert dari teori Eysenck, dimana setelah dilakukan skoring didapatkan mahasiswa yang bertipe kepribadian ekstrovert berjumlah 101 mahasiswa dan mahasiswa yang bertipe mengetahui kepribadian introvert berjumlah 99 mahasiswa dengan N = 200 mahasiswa. Meskipun jumlah sampel ekstrovert dan introvert tidak sama, namun karena awalnya telah mengalami perlakuan yang sama dan memenuhi homogenitas kelompok. Hal ini tidak menjadi masalah. Adapun secara rinci hasil skoring tes disajikan dalam lampiran.

Selanjutnya dilakukan analisis data uji-T dua sampel saling bebas *(independent samples t-test)*, yang menggunakan bantuan komputer program SPSS versi 11.5 for windows. Maka hasil perhitungan yang diperoleh sebagai berikut:

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Tabel 4.1

**Group Statistics**

| | tipe kepribadian | N | Mean | Std. Deviation | Std. Error Mean |
|---|---|---|---|---|---|
| DEPRESI | ekstrovert | 101 | 25,8020 | 10,36535 | 1,03139 |
| | introvert | 99 | 29,2424 | 11,93784 | 1,19980 |

Pada uji-T dua sampel saling bebas *(independent samples t-test), table group statistics*, memuat deskriptif tentang depresi antara mahasiswa yang memiliki tipe kepribadian ekstrovert dan mahasiswa yang memiliki tipe kepribadian introvert yang meliputi banyaknya data, mean, standart deviasi dan standart eror mean.

Banyaknya data subyek (N) untuk siswa yang memiliki tipe kepribadian ekstrovert 101 mahasiswa dan subyek dengan tipe kepribadian introvert berjumlah 99 mahasiswa, sehingga seluruh subyek berjumlah 200 subyek. Dengan rata-rata (mean) depresi masing-masing untuk mahasiswa dengan tipe kepribadian ekstrovert = 25,8020 dan mahasiswa dengan tipe kepribadian introvert = 29,2424. simpangan baku *(standart deviation)* masing-masing mahasiswa dengan tipe kepribadian ekstrovert = 10,36535 dan masing-masing mahasiswa dengan tipe kepribadian introvert =11,93784 dan untuk *standart error* mean masing-masing mahasiswa dengan tipe kepribadian ekstrovert = 1.03139 dan masing-masing mahasiswa dengan tipe kepribadian introvert =1.19980.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Tabel 4.2

*independent sample test*

**Independent Samples Test**

| | | Levene's Test for Equality of Variances | | t-test for Equality of Means | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | | 95% Confidence Interval of the Difference | |
| | | F | Sig. | t | df | Sig. (2-tailed) | Mean Difference | Std. Error Difference | Lower | Upper |
| DEPRESI | Equal variances assumed | 3,968 | ,048 | -2,178 | 198 | ,031 | -3,4404 | 1,57995 | -6,55613 | -,32476 |
| | Equal variances not assumed | | | -2,175 | 193,045 | ,031 | -3,4404 | 1,58218 | -6,56102 | -,31987 |

Pada tabel *independent sample test* maka dapat diperoleh hasil analisis uji-T dua sampel saling bebas yang meliputi harga t (t hitung) dan signifikansi. Berdasarkan data tersebut di atas maka dapat dilakukan pengujian hipotesis dengan dua cara sebagai berikut:

1) Analisis menggunakan F test

Berdasarkan data tersebut di atas maka dapat dilakukan pengujian hipotesis dengan membandingkan taraf signifikansi (p-value) dengan galatnya.

Jika signifikansi > 0,05, maka Ho diterima

Jika signifikansi < 0,05, maka Ho ditolak

Pada hasil ini terlihat F hitung depresi dengan *equal variance assumed* (diasumsikan kedua varians sama atau menggunakan *pooled variance t test* ) adalah 3,968 dengan probabilitas 0,048 > 0,05, maka Ho diterima, atau kedua varians adalah sama. Karena tidak ada perbedaan yang nyata dari kedua varians membuat penggunaan varians untuk membandingkan rata-rata populasi (*test untuk equality of mean*)

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

menggunakan t test dengan dasar *equal variance assumed* (diasumsikan kedua varians sama).

2) Analisis menggunakan t test

Berdasarkan data tersebut di atas maka dapat dilakukan pengujian hipotesis dengan membandingkan taraf signifikansi (p-value) dengan galatnya.

Jika signifikansi > 0,05, maka Ho diterima

Jika signifikansi < 0,05, maka Ho ditolak

Berdasarkan hasil ini terlihat bahwa equal variance assumed (diasumsikan kedua varians sama atau menggunakan *pooled variance t test*) adalah -2,178 dengan signifikansi 0.031, karena signifikansi < 0,05 maka Ho ditolak dan Ha diterima. Dengan demikian ada perbedaan yang signifikan kecenderungan depresi ditinjau dari tipe kepribadian ekstrovert dan introvert pada mahasiswa IAIN Sunan Ampel Surabaya.

Sedangkan jika dilihat dari perbedaan mean (*mean difference*) depresi adalah -3,4404 angka ini berasal dari rata-rata depesi ditinjau dari tipe kepribadian ekstrovert dan introvert: = 25,8020-29,2424=-3,4404.

Berdasarkan keterangan 95% *confidedence interval of means* dan kolom *equal variance assumed* didapat angka sebagai berikut:

*Lower* (perbedaan rata-rata bagian bawah) adalah -6,55613

*Upper* (perbedaan rata-rata bagian atas) adalah -3,2476

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Hal ini berarti perbedaan depresi ditinjau dari tipe kepribadian ekstrovert dan introvert berkisar antara -6,55613 sampai dengan perbedaan rata-rata adalah -3,2476.

Berdasarkan rata-rata depresi, dimana mahasiswa yang memiliki tipe kepribadian ekstrovert sebesar 25,8020 dan yang memiliki tipe kepribadian introvert sebesar 29,2424. maka dapat disimpulkan bahwa tipe kepribadian introvert lebih efektif untuk depresi.

## B. Pembahasan Hasil Penelitian

Dengan diterimanya hipotesis kerja penelitian ini berarti mendukung landasan teori yang ada, bahwa individu dengan tipe kepribadian introvert kecenderungan depresinya lebih tinggi dari pada individu yang bertipe kepribadian ekstrovert. Begitu pula mahasiswa dengan tipe kepribadian introvert kecenderungan depresinya lebih tinggi dari pada mahasiswa yang bertipe kepribadian ekstrovert. Dari penelitian Tri Dewi Untari, menunjukkan korelasi yang signifikan antara depresi dan tipe kepribadian, dimana individu yang bertipe kepribadian introvert mempunyai kecenderungan depresi yang lebih tinggi dari pada individu yang bertipe kepribadian ekstrovert yamg mempunyai kecenderungan depresi lebih rendah. [1]

Dari hasil analisis statistic menunjukkan hasil bahwa mahasiswa dengan tipe kepribadian introvert kecenderungan depresinya lebih tinggi dari pada mahasiswa yang bertipe kepribadian ekstrovert. Dan berdasarkan

[1] Tri Dewi, 2005, " Depresi Pada Mahasiswa", www.capital.edu. com, diakses 7 juni 2010

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

referensi dan juga penelitian terdahulu menunjukkan bahwa tipe kepribadian introvert kecenderungan depresinya lebih tinggi dari pada mahasiswa bertipe kepribadian ekstrovert.

Eysenck membuat pencandraan mengenai introvers dan ekstravers itu pokoknya sebagai berikut: Orang-orang yang introvert itu memperlihatkan kecenderungan itu memperlihatkan kecenderungan untuk mengembangkan gejala-gejala kekuatan dan depresi, ditandai oleh kecenderungan obsesi mudah tersinggung, apati, syaraf otonom mereka labil. Menurut pernyataan mereka sendiri, perasaan mereka gampang terluka, mudah gugupan, menderita rasa rendah diri, mudah melamun, sukar tidur.[2]

Dipandang dari kebiasaannya individu yang bertipe kepribadiam introvert mempunyai karakteristik, yaitu pembendaharaan kata-kata kurang baik, dan cenderung untuk tetap pada pendirian (keras kepala). Sedangkan individu yang bertipe kepribadian ekstrovert adalah intelegensi mereka relatif rendah, pembendaharaan kata-kata bagus, dan mereka punya kecenderungan untuk tidak tetap pendirian. Umumnya mereka cepat tapi tidak teliti. Walaupun orang ekstrovert mempunyai taraf intelegensi yang rendah tetapi mereka pandai bersosialisasi, tidak berfikiran sempit jika ada masalah. Sehingga mahassiswa yang bertipe kepribadian ekstrovert kecenderungan depresinya lebih rendah dari pada.

Seseorang dapat menjadi ekstrovert atau introvert, tergantung dengan arah aktivitas mereka. Ekstrovert adalah orang yang berpikir mengenai hal-hal

[2] Sumadi Suryabrata, *Psikologi Kepribadian,* Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2005, Hal.293

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

secara objektif dan luas, sedangkan Introvert lebih berpikir ke arah subjektif atau dirinya sendiri.

Masalah-masalah dalam hal perkuliahan maupun kehidupan di luar kampus, dapat menjadi distress yang berkelanjutan menjadi depresi yang mengancam.[3] Ketika ada stressor yang datang, maka tubuh akan meresponnya. Supaya kita tidak salah mengerti respon ini, maka pertama-tama kita perlu memahami dulu stressor-stressor apa saja yang mungkin muncul dalam kehidupan mahasiswa karena stress yang berkelanjutan akan menjadi depresi.

Depresi biasanya dapat timbul selain faktor sosial psikologis juga faktor neurobiologis. Kedua faktor tersebut memegang peranan penting munculnya, penyakit depresi. Faktor sosial psikologis, misalnya, pengalaman saat masih kecil yang mempengaruhi perkembangan kepribadiannya. Sedangkan faktor neurobiologis, misalnya faktor genetis/biologis atau gangguan pada otak atau pada hormon stress. Namun, depresi dapat disebabkan oleh selain faktor-faktor tersebut.

Depresi adalah kemurungan, patah semangat, atau kesedihan yang bisa jadi menandakan danya gangguan kesehatan. Masalah-masalah yang dihadapi mahasiswa baik yang bersifat akademi maupun non akademi akan berdampak pada timbulnya gangguan mental emosional sebagai reaksi terhadap stressor-stressor yang dijumpai dalam proses belajar. Pengenalan dini dan baik terhadap gangguan mental emosioanal pada mahasiswa merupakan salah satu upaya yang diperlukan agar segera dapat diatasi dan diselesaikan

[3] Indonesian Articles , " Menyiasati Stres dalam Dunia Perkuliahan", www.all.about-stress.com , diakses 30 juni 2010

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

masalah-masalah yang menyebabkan terjadinya gangguan mental emosional. Pada mahasiswa mempunyai berbagai kepentingan dalam dunia perkulihannya yang meningkat sehingga stressor juga akan meningkat

Dalam jurnal *provitae* menyebutkan beberapa alasan bahwa penyebab mahasiswa depresi adalah sebagai berikut:

1. Tipe kepribadian yang tertutup. Yang mempunyai ciri-ciri pesimis, pendiam, sulit bersosialisasi, lebih banyak menghabiskan waktunya untuk menyendiri. Sangat rentan mengalami depresi daripada mereka yang memiliki tipe kepribadian lain.
2. Stress Tinggi. Sebagian besar orang mengalami depresi pada saat melewati masa-masa sulit seperti kehilangan anggota keluarga, putus dengan pacar, kehilangan pekerjaan, mempunyai tugas atau kewajiban yang dirasa berat tidak sesuai dengan kemampuan, tekanan lingkungan.[4]

Namun depresi memang unik, suatu pencetus depresi yang bisa menyebabkan depresi pada seseorang belum tentu bisa menyebabkan depresi pada orang lain. Karena salah satu penyebab depresi adalah stress tinggi, maka menghadapi stress dengan cara yang benar bisa dijadikan salah satu patokan dalam mencegah depresi.

Dalam penelitian ini masih banyak terdapat kelemahan antara lain :

1. Kelemahan Alat Ukur

   Dengan menggunakan instrumen berbentuk skala, ada kemungkinan subyek tidak dapat berhadapan langsung dengan peneliti,

[4] Tri Demi Untari, "Depresi Pada Mahasiswa Tingkat Akhir", Jurnal Provitae, (Mei, 2006), hal. 29

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

sehingga apabila ada hal-hal yang kurang jelas tidak bisa langsung ditanyakan. Dikarenakan terdapat bias-bias tes BDI *(Beck Deprresion Inventory)* dan EPI (*Eysenck personality inventory)* yang sudah terpercaya dan paten untuk digunakan untuk membedakan kepribadian ekstrovert dan introvert sehingga peneliti langsung menggunakannya tanpa mengubah sedikitpun serta tes EPI di buat oleh Eysenck yang berasal dari negara barat sehingga respon yang diberikan subyek cenderung akan menyetujui semata-mata karena berfikir normatif, bukan karena isi pernyataan tersebut sesuai dengan perasaan atau keadaan dirinya. Disamping itu ada beberapa pernyataan yang kemungkinan kurang bisa dipahami oleh subyek, sehingga pada saat pengisian skala ada yang asal saja.

2. Kelemahan Subyek

Tidak adanya rapport terlebih dahulu, sehingga kondisi fisik dan psikologis subyek tidak dapat dikontrol oleh peneliti. Dan adanya teman yang sudah selesai menjawab kuesioner lebih dahulu membuat sebagian subyek terpengaruh.

3. Kesediaan Waktu

Penyebaran kuesioner yang diberikan pada jam pelajaran membuat proses belajar sedikit terganggu dan mahasiswa terkesan kurang maksimal dalam menjawabnya.

Dari kelemahan-kelemahan tersebut diatas, maka dalam penelitian ini masih terdapat hal-hal yang perlu diperhatikan dan ditingkatkan demi kebaikan penelitian.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

# BAB V

# PENUTUP

## A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian ini, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Terdapat perbedaan yang signifikan kecenderungan perbedaan depresi ditinjau dari tipe kepribadian pada mahasiswa IAIN Sunan Ampel Surabaya.
2. berdasarkan rata-rata (mean) kecenderungan depresi menunjukkan angka yang lebih besar pada mahasiswa yang berkepribadian introvert. Artinya mahasiswa yang berkepribadian introvert memiliki kecenderungan depresi yang lebih tinggi dibandingkan mahasiswa yang berkepribadian ekstrovert.

## B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disarankan beberapa hal sebagai berikut:

a. Bagi subyek (mahasiswa)

Disarankan mahasiswa yang berkepribadian introvert lebih membangun citra diri yang positif, tidak pesimis, dan selalu berbagi ketika mempunyai tugas yang dianggap berat dan segera melakukan



digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

terapi individu jika telah terjadi depreesi sebelum depresi itu menjadi depresi yang berat.

b. Bagi Instansi Pendidikan

Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi umpan balik dalam rangka membina dan meningkatkan kualitas belajar mahasiswa serta menerapkan strategi pembelajaran yang lebih efektif yang dapat meringankan beban mahasiswa dalam memikul kewajibannya.

c. Bagi penelitian selanjutnya

Untuk kepentingan ilmiah diharapkan ada kelanjutan penelitian sehingga wacana ilmu pengetahuan semakin berkembang. Oleh karena itu disarankan pada penelitian selanjutnya agar menggunakan populasi atau sampel yang lebih banyak dan variabel lain sebagai prediktor atau pengontrol.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

## DAFTAR PUSTAKA


Alwisol, *Psikologi Kepribadian,* Malang; UMM Press, 2007

Arikunto Suharsimi, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*, Jakarta; PT Rineka Cipta, 1997

Azwar Saifuddin, *Metodologi Penelitian*, ,Yogyakarta ; Pustaka Pelajar,2003

Beck, A.T , *Depression Clinical Experimental And Theoretical Aspects*, London; Staples Press, 1985

Bungin, Burhan, *Metodologi Penelitian Kuantitatif; Komunikasi, Ekonomi, Dan Kebajikan Publik Serta Ilmu-Ilmu Sosial Lainnya,* Jakarta; Kencana Prenada Media Group ,2009

F.N, Lerlinger, *Asas-Asas Penelitian Behavioral,* Yogyakarta; Gajah Mada University, 1995

Hadi, Sutrisno, *Metodologi Research*, Yogyakarta; Andi Offset, 2000

http://veypm.blogspot.com, diakses 30 mei 2010

Koeswara, E, *Teori-Teori Kepribadian,* Bandung; Refika Offset, 1991

Kusumanto, dll, *Depresi Beberapa Pandangan Teori Dan Implikasi Praktek dibidan Kesehatan Jiwa,* Jakarta; Yayasan Dharma Graha, 1999

Kusumanto, dll, *Depresi Beberapa Pandangan Teori Dan Implikasi Praktek Dibidang Kesehatan Jiwa,* Jakarta: Yayasan Dharma Graha, 1999

Latipun, *Psikologi Eksperimen*, Malang; UMM Press, 2006

Looker , Tery dan Olga Gregson, *Managing Stress*, Yogyakarta; Baca, 2005

Mahsun, *Bersahabat Dengan Stress,* Yogyakarta; Prisma Media, 2004


digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Noviana, *Hubungan Antara Tipe Kepribadian Dengan Tingkat Depresi Pada Lansia Di Wilayah Desa Bumiharjo*, skripsi; fakultas ilmu kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta, 2008

Nurmiati, Amir, *Depresi Aspek Neurobiologist Diagnosis Dan Tatalaksana*,Jakarta; Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia, 2005

Rice, P.L , *Stress and Healty*, California; Brooks/cole Publishing Company, 1998

Richard Gillet,dll, *Overcoming Depperesion*, (London: Dorling Klindersley), 1987, hal. 644

Sapur, Rafy, *Psikologi Islam Tuntutan Jiwa Manusia Modern*, Jakarta: PT Rajagrafindo Persada, 2009

Sedarmayanti, pengembangan kepribadian pegawai, CV. Bandung; Mandar Maju, 2004

Sobur Alex, *Psikologi Umum*, Pustaka Setia; Bandung, 2003

Soemanto, Wasty, *Psikologi Pendidikan*, Jakarta; Rineka Cipta, 2006

Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D*, Bandung; PT Alfabeta, 2008

Sujanto, Agus, *Psikologi Kepribadian*, Jakarta; Bumi Aksara, 1997

Supatmawati, *Perbedaan Sikap Pranikah Ditinjau Dari Kepribadian Ekstovert-Introvert Pada Remaja Dilokalisasi Tambak Sari Surabaya*, Skipsi; Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya 2003

Suryabrata, Sumadi, *Metodologi Penelitian*, Jakarta; Rajawali, 2000

Suryabrata, Sumadi, *Psikologi Kepribadian*, Jakarta; PT Raja Grafindo Persada, 2005

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Susanti Dewi, Sarah, *"Hubungan Kecenderungan Kepribadian Introvert-Ekstrovert Dan Motif Berprestasi Dengan Kecenderungan Depresi Pada Mahasiswa"*, skripsi; fakultas psikologi universitas 17 agustus 1945 Surabaya, 2000

Tri Demi Untari, "Depresi Pada Mahasiswa Tingkat Akhir", Jurnal Provitae, Mei, 2006

Trida Cynthia, *"Kecenderungan Depresi Pada Mahasiswa Dan Perbedaan Berdasarkan Jenis Kelamin"*, Proceeding PESAT Psikologi, Ekonomi, Sastra, Arsitektur & Sipil, 2009, Vol.3

www. rumahbelajarpsikologi.com.kepribadian, diakses 25 Mei 2010

www.all.about-stress.com, diakses 30 juni 2010

www.all.about-stress.com, diakses 30 juni 2010

www.bloggaul.com//depresi, diakses 9 juni 2010

www.capital.edu.com, diakses 7 juni 2010

www.esterlianawati.wordpress.com, diakses 01 juni 2010

www.Geolisties.com , diakses pada 7 juni 2010

www.medicastore.com, diakses 25 mei 2010

www.suarapembaruan.com/News/2006/02/08/index.html,

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id