

Pengaruh antara *Extraversion* dan *Agreeableness* terhadap Depresi pada Mahasiswa yang Sedang Menempuh Tugas Akhir

Roro Grace

Fakultas Psikologi Universitas Ciputra, Surabaya

Stefani Virlia*¹

Fakultas Psikologi Universitas Ciputra, Surabaya

Abstract. Depression in students who are doing their final assignments is one aspect that must be considered by the university. Depression impacts on the complexity, awareness and behavior of a person. This change is caused by a person's personality character in the face of feeling depressed. The personality character of the Indonesian people is closely related to the collectivist culture, so that extraversion and conformity are the two dimensions of the Big Five Inventory about the ability to relate selected. This research was conducted by taking a random sample of students who have criteria as students who are carrying out their final project (N = 121). Data were collected using an online questionnaire. The results showed that Extraversion affects depression, whereas Agreeableness does not affect depression.

Keywords: extraversion, agreeableness, depression

Abstrak. Depresi pada mahasiswa yang sedang menempuh tugas akhir merupakan salah satu aspek penting yang harus diperhatikan oleh universitas. Depresi berdampak pada perubahan secara kompleks dalam perasaan, kognisi dan perilaku seseorang. Perubahan tersebut disebabkan oleh karakter kepribadian seseorang dalam menghadapi perasaan tertekan hingga memicu bunuh diri. Karakter kepribadian masyarakat Indonesia lekat dengan budaya kolektif, sehingga extraversion dan agreeableness yang merupakan dua dimensi Big Five Inventory tentang kemampuan berelasi dipilih. Penelitian ini dilakukan dengan mengambil sampel secara acak pada mahasiswa yang memiliki kriteria sebagai mahasiswa yang sedang menempuh tugas akhir (N = 121). Data diambil menggunakan kuesioner online. Hasil penelitian menunjukkan bahwa Extraversion mempengaruhi depresi, sedangkan Agreeableness tidak mempengaruhi depresi.

Kata kunci: extraversion, agreeableness, depresi

Berdasarkan DSM-V, depresi pada mahasiswa yang sedang menempuh tugas akhir adalah keadaan pada seseorang yang menunjukkan pola penyimpangan perilaku yang kompleks melalui perasaan, kognisi dan perilaku. Depresi pada mahasiswa yang sedang menempuh tugas akhir akan ditandai dengan adanya pola penyimpangan perilaku ditandai dengan perubahan spesifik yang terjadi pada individu melalui suasana hati seperti perasaan sedih, kesepian dan apatis yang berkaitan dengan perasaan individu untuk menyalahkan dan menghukum diri (Beck & Alford, 2009). Menurut Riso dalam Beck (2009), depresi dapat dipengaruhi beberapa faktor seperti *developmental factors, personality, psychological stressor, comorbid disorder,*

biological dan *cognitive*. Beban tugas akhir yang merupakan suatu kewajiban bagi mahasiswa semester akhir, merupakan sebuah beban yang besar dan termasuk ke dalam bagian dari *psychological stressor*. *Psychological stressor* menggambarkan tentang persepsi negatif atau persepsi buruk seseorang terhadap situasi individu di kehidupan sehari-hari yang dimaknakan berbeda oleh satu orang dengan lainnya. Perbedaan pemakaan ditentukan oleh karakteristik kepribadian yang dimiliki setiap orang (Wells, 2014).

Kepribadian adalah pikiran, perasaan, tingkah laku seseorang yang menentukan kemampuan individu dalam penyesuaian diri dan sifat akan lingkungannya (Allport,

¹ **Korespondensi:** Stefani Virlia. Fakultas Psikologi Universitas Ciputra Surabaya, UC Town, CitraLand, Surabaya, 60219. Email: stefani.virlia@ciputra.ac.id

1937). Kepribadian seseorang diukur melalui perspektif teoritis yang bersifat berkelanjutan guna mengukur taksonomi kepribadian manusia berdasarkan lima sifat kepribadian yang disebut *big five inventory* (John & Srivastava, 1999). Sifat-sifat kepribadian pada seseorang terdiri atas *extraversion*, *neuroticism*, *agreeableness*, *openness to experience*, *conscientiousness* (Costa & McCrae, 1995). Berdasarkan kelima dimensi *big five inventory* di atas, *extraversion* dan *agreeableness* merupakan dua dimensi yang sangat berpengaruh terhadap depresi di Indonesia karena berdasarkan nilai budaya masyarakat Indonesia, masyarakat Indonesia merupakan negara dengan penduduk yang cenderung kolektivisme dan rendah pada individualisme (Jatmika, 2017).

Extraversion adalah kepribadian yang menggambarkan karakter seseorang cenderung untuk mudah bersosialisasi, menyesuaikan diri dengan lingkungan baru dan memulai pertemanan baru serta aktif (Connolly & Viswesvaran, 2000). *Agreeableness* adalah kepribadian yang menggambarkan karakter seseorang cenderung mudah untuk bersikap tolong menolong, menyukai sikap kepercayaan dan ramah untuk menjalin suatu hubungan interpersonal dengan individu lain (Cloninger, 2009).

Berdasarkan dua dimensi di atas, kedua dimensi tersebut merupakan dimensi yang paling sesuai dengan budaya Indonesia Indonesia yang cenderung kolektivisme. Menurut Brata dalam Pudjianto (2019), nilai budaya kolektivisme masyarakat berpengaruh terhadap berbagai aspek kehidupan masyarakat Indonesia dalam kebutuhan bermasyarakat dan berbangsa. Keadaan masyarakat Indonesia yang saling bekerja sama dan mengandalkan satu sama lain dalam sebuah kelompok sosial untuk mencapai tujuannya merupakan faktor utama tingginya nilai budaya kolektivisme pada masyarakat Indonesia (Sihombing,

2009).

Fenomena bunuh diri pada mahasiswa tingkat akhir yang sedang menempuh tugas akhir terjadi pada kota Medan, karena skripsinya terus menerus mendapatkan penolakan berulang kali dari kampus sehingga kemudian menyebabkan seorang mahasiswa memutuskan untuk bunuh diri karena mengalami *stress* dan merasa tertekan (Sadewo, 2019). Berdasarkan dimensi *extraversion* dan *agreeableness* yang berhubungan dengan interaksi sosial tersebut berdampak untuk mencegah timbulnya gejala depresi dengan mendapatkan hubungan sosial peneliti ingin mencari tahu pengaruh *extraversion* dan *agreeableness* terhadap depresi pada mahasiswa yang sedang menjalani tugas akhir karena masih jarang ditemukan dan sebelumnya dilakukan kepada pasien psikiatris yang sering berkonsultasi ke dokter umum sehingga penelitian ini dapat menjadi temuan baru.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain penelitian regresi linear untuk mengetahui pengaruh antara variabel-variabel yang diteliti, yaitu *extraversion* dan *agreeableness* terhadap depresi. Data penelitian diperoleh dengan cara survey yakni menyebarkan kuesioner secara *accidental sampling* kepada mahasiswa yang memiliki kriteria sesuai dengan penelitian ini. Subjek yang diperoleh pada penelitian ini sebanyak 121 orang. Kriteria subjek adalah mahasiswa yang terdaftar pada institute pendidikan dan sedang menempuh tugas akhir pada usia 20 hingga 25 tahun.

Alat pengumpul data yang digunakan adalah kuesioner yang terdiri dari data demografi, skala *extraversion*, skala *agreeableness*, skala depresi. Skala *extraversion* dan skala *agreeableness* yang digunakan berbentuk Likert dengan lima pilihan respon yaitu, 1 = sangat tidak setuju;

2 = tidak setuju; 3 = netral; 4 = setuju; dan 5 = sangat setuju. Skala depresi yang digunakan berbentuk Likert dengan empat pilihan respon yaitu, 0 = semakin mendekati nol maka semakin sangat jarang; dan 3 = semakin mendekati tiga maka semakin sering.

Skala *extraversion* dan skala *agreeableness* yang digunakan merupakan milik Goldberg (1993) yang terdiri atas 50 aitem yang terbagi ke dalam 5 *sub-scales* yaitu, *extraversion*, *agreeableness*, *consciousness*, *neuroticism* dan *openness to experience*. Reliabilitas internal komponen skala *extraversion* dan *agreeableness* adalah *extraversion* $\alpha = 0.750$, *agreeableness* $\alpha = 0.750$, *consciousness* $\alpha = 0.750$, *neuroticism* $\alpha = 0.900$, *openness to experience* $\alpha = 0.750$. Secara keseluruhan dimensi $\alpha = 0.910$.

Skala depresi yang digunakan dalam penelitian ini merupakan milik Beck (1996) yang terdiri atas 21 aitem yang terbagi ke dalam 3 faktor yaitu, somatik, kognitif dan afektif. Reliabilitas Alpha Cronbach tiap faktor adalah somatik $\alpha = 0.740$, kognitif $\alpha = 0.800$, dan afektif $\alpha = 0.740$. Data yang diperoleh kemudian dianalisis menggunakan uji asumsi dan uji hipotesis. Analisis data dilakukan dengan bantuan program JASP (*Jeffreys's Amazing Statistics Program*) dan program SPSS (*Statistical Package for the Social Sciences*). Uji asumsi yang dilakukan adalah uji normalitas menggunakan Kolmogorov-Smirnov dan ditemukan bahwa data penelitian tidak terdistribusi normal dengan nilai $p = 0.000$ (p) kurang dari 0.05. Uji hipotesis dilakukan menggunakan uji regresi berganda untuk menguji hipotesis mayor, uji regresi linear sederhana untuk menguji hipotesis minor 1 dan 2 dan uji korelasi parsial dengan teknik *Pearson Product Moment*.

HASIL DAN DISKUSI

Mayoritas subjek penelitian dengan status perkawinan orang tua menikah menunjukkan sebanyak 84 orang atau sebesar 69.4%, sedangkan paling sedikit dengan status perkawinan orang tua bercerai dan keduanya sudah menikah lagi sebesar 1,7%.

Tabel 1. Distribusi Subjek Penelitian Berdasarkan Status Perkawinan Orang Tua (N=121)

Status Perkawinan Orang Tua	N	Persentase
Menikah	84	69,4%
Bercerai (Keduanya belum menikah)	6	5%
Bercerai (Salah satu menikah)	9	7,4%
Bercerai (Keduanya menikah)	2	1,7%
Tinggal Terpisah	5	4,1%
Salah Satu Meninggal	15	12,4%

Tabel 2. Mean dan Standar Deviasi Data *Extraversion*, *Agreeableness* dan Depresi

Skala	Mean	Standar Deviasi
Kepemilikan Psikologis	30	
Kepuasan Kerja	24	5.33
Depresi	63	14

Hasil analisis menunjukkan hasil uji regresi berganda antara *extraversion* dan *agreeableness* terhadap depresi, menunjukkan bahwa pada penelitian ini hipotesis mayor ditolak karena *extraversion* dan *agreeableness* tidak memiliki pengaruh terhadap depresi dengan secara bersama sama ($R^2 = 0,042$, $p < 0,05$). Uji regresi linear sederhana antara *extraversion* terhadap depresi, menunjukkan bahwa pada penelitian ini hipotesis minor pertama diterima dengan besaran kontribusi

extraversion terhadap depresi sebesar 3,9% ($R^2 = 0,039$). Uji regresi linear sederhana antara *agreeableness* dengan depresi, menunjukkan bahwa hipotesis minor kedua dalam penelitian ini ditolak karena besaran kontribusi *agreeableness* terhadap depresi sebesar 2% ($R^2 = 0,020$).

Agreeableness tidak memiliki hubungan dengan depresi, dengan kontribusi sebesar -9,5% ($R = -0,095$). Hasil menunjukkan hipotesis mayor “Ada pengaruh antara *extraversion* dan *agreeableness* terhadap depresi pada mahasiswa yang sedang menempuh tugas akhir secara bersama-sama” ditolak. Hasil hipotesis minor pertama menunjukkan “Ada pengaruh antara *extraversion* terhadap depresi pada mahasiswa yang sedang menempuh tugas akhir” diterima.

Hasil hipotesis minor kedua menunjukkan. Semakin tinggi *extraversion* maka cenderung rentan terhadap depresi, karena *extraversion* adalah karakter individu mudah menyesuaikan diri dengan lingkungan, memulai pertemanan baru dan bersosialisasi (Connolly & Viswesvaran, 2000). Hal tersebut merupakan kemampuan yang dimiliki oleh individu dalam mendapatkan dukungan sosial yang baik akan cenderung terhindar dari tekanan yang dapat menyebabkan depresi (Smet, 1994). “Ada pengaruh antara *agreeableness* terhadap depresi pada mahasiswa yang sedang menempuh tugas akhir” ditolak. Semakin tinggi *agreeableness* maka individu akan semakin murah hati dan mudah untuk tolong menolong dan dengan individu lain (Cloninger, 2009).

Agreeableness menggambarkan sikap kerelaan yang mendahulukan kepentingan orang lain (Costa & McCrae, 2005). Hal tersebut menyebabkan individu tidak mendapatkan dukungan sosial yang dibutuhkan sesuai dengan situasi dan keinginan individu karena individu tidak dapat menyampaikan emosi positifnya

sehingga tidak dapat memiliki pengaruh terhadap depresi (Kuntjoro, 2002).

Hal tersebut sesuai dengan teori yang muncul pada penelitian sebelumnya terkait *extraversion*, *agreeableness*, *neuroticism*, *openness to experience*, *consciousness* dan tingkat depresi (Lozano & Johnson, 2001). Pada penelitian Lozano dan Johnson (2001) ditemukan bahwa tingkat depresi ditentukan dengan peningkatan *extraversion* dan penurunan *agreeableness* pada individu.

SIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan menunjukkan ada pengaruh antara *extraversion* terhadap depresi, namun tidak ada pengaruh antara *agreeableness* terhadap depresi. Secara bersama-sama *extraversion* dan *agreeableness* tidak berpengaruh terhadap depresi. Semakin tinggi *extraversion*, maka semakin rendah depresi. Hasil analisis tambahan yang dilakukan menunjukkan terdapat faktor lain yaitu, status perkawinan orang tua yang berpengaruh terhadap depresi pada mahasiswa yang sedang menempuh tugas akhir. Keterbatasan penelitian dalam penelitian ini adalah hasil uji statistik yang menguji normalitas dan linearitas, diketahui hasil data adalah hasil sebaran data pada penelitian ini tidak normal dan tidak linear. Hal tersebut membuat data tidak dapat digeneralisasikan. Berdasarkan hasil penelitian yang menunjukkan ada pengaruh antara *extraversion* terhadap depresi dan tidak ada pengaruh *agreeableness* terhadap depresi, maka bagi penelitian selanjutnya alangkah lebih baik untuk menggunakan dimensi lain dari personality traits menentukan depresi. Bagi institusi pendidikan, diharapkan mampu memberikan dukungan berupa fasilitas dan wawasan bagi mahasiswa yang tengah menempuh tugas akhir sehingga dapat menunjang keberhasilan mahasiswa dalam mencapai penyelesaian tugas akhir dan mencegah terjadinya depresi pada

mahasiswa yang tengah menempuh tugas akhir.

Kuntjoro, Z. S. (2002). Dukungan sosial pada lansia. *Diperoleh dari <http://www.epsikologi.com/epsi/artikel>*.

REFERENSI

Allport, G. W. (1937). *Personality: A psychological interpretation*.

Beck, A. T., Steer, R. A., Ball, R., & Ranieri, W. F. (1996). Comparison of Beck Depression Inventories-IA and-II in psychiatric outpatients. *Journal of personality assessment*, 67(3), 588-597.

Beck., A. T., Alford, B.A., (2009). *Depression: causes and treatments* (2nd ed.) Philadelphia: University of Pennsylvania.

Cloninger, S. (2009). Conceptual issues in personality theory. *The Cambridge Handbook of Personality Psychology*, 4, 3–26.

Connolly, J. J., & Viswesvaran, C. (2000). The role of affectivity in job satisfaction: A meta-analysis. *Personality and individual difference*, 29(2), 265-281.

Costa Jr, P. T., & McCrae, R. R. (1992). Reply to Eysenck. *Personality and individual difference*, 13(8), 861-865.

Goldberg, L. R. (1990). An alternative “description of personality”: the big-five factor structure. *Journal of personality and social psychology*, 59(6). 1216.

John, O. P., & Srivastava, S. (1999). The Big-Five trait taxonomy: History, measurement, and theoretical perspectives. In L. A.

Pervin & O. P. John (Eds.), *Handbook of personality: Theory and research* (Vol. 2, pp. 102–138). New York: Guilford Press.

Lozano, B. E., & Johnson, S. L. (2001). Can personality traits predict increases in manic and depressive symptoms?. *Journal of affective disorders*, 63(1-3), 103-111.

Pudjianto, H. (1999). HAM (Kajian Filosofis Implementasinya Dalam Hukum Pidana di Indonesia). *Universitas Atmajaya Yogyakarta*.

Sadewo, J. (2019, January 9). Skripsi Berujung Depresi. Retrieved from <https://www.republika.co.id/berita/kolom/fokus/19/01/09/pl1hpy318-skripsi-berujung-depresi>.

Sihombing, J. (2009). *Hukum penanaman modal di Indonesia*. Alumni.

Wells, I. E. (2014). *Psychological well being*. Nova Science Publisher, Incorporated.