Hubungan tipe kepribadian introvert dan ekstrovert terhadap kecemasan pada mahasiswa kedokteran Universitas Tarumanagara tahun 2023

Olivia Christina Odella¹, Noer Saelan Tadjudin^{2,*}

¹ Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara, Jakarta, Indonesia

² Bagian Ilmu Kesehatan Jiwa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara, Jakarta, Indonesia

*korespondensi email: noert@fk.untar.ac.id

ABSTRAK

Fenomena kecemasan yang tinggi di kalangan mahasiswa kedokteran disebabkan oleh banyak faktor seperti kesehatan fisik dan mental siswa serta prestasi akademik mereka. Selain faktor eksternal, kecemasan siswa juga dipengaruhi oleh faktor internal seperti kepribadian. Tujuan dari dilakukannya studi ini untuk mengetahui hubungan antara tipe kepribadian *introvert* dan *ekstrovert* terhadap kecemasan pada mahasiswa kedokteran. Studi observasi *cross-sectional* dengan pemilihan subjek studi menggunakan *total sampling* ini dilakukan di Universitas Tarumanagara tahun 2023 dengan subjek berjumlah 222 orang. Instrumen *Eysenck Personality Inventory* digunakan untuk mengetahui tipe kepribadian dan *Zung-Self Anxiety Rate Scale* untuk mengetahui kecemasan pada subjek. Hasil studi menunjukkan bahwa tipe kepribadian *introvert* lebih banyak mengalami kecemasan dari pada *ekstrovert* (40,6% vs 14,9%). Hasil uji *chi-square* menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tipe kepribadian *introvert* dan *ekstrovert* terhadap kecemasan dengan *p value* = 0,000 dengan *prevalence ratio* (PR) menunjukkan tipe kepribadian *introvert* berisiko 2,73 kali memiliki cemas daripada tipe kepribadian *ekstrovert*.

Kata kunci: tipe kepribadian; introvert; ekstrovert; kecemasan; mahasiswa kedokteran

ABSTRACT

*The existence of a high anxiety phenomenon among medical students is caused by many factors such as the physical and mental health of students and their academic achievements. In addition to external factors, student anxiety is also influenced by internal factors such as personality. The purpose of this study was to determine the relationship between introverted and extroverted personality types on anxiety in medical students. This cross-sectional observation study with the selection of study subjects using total sampling was carried out at Tarumanagara University in 2023 with a total of 222 subjects. with the Eysenck Personality Inventory (personality type) and Zung-Self Anxiety Rate Scale (anxiety) instruments. The results showed that introverts (40.6%) experience more anxiety than extroverts (14.9%). Chi-square test results showed that there was a significant relation between introverted and extroverted personality types reference to anxiety at *p-value* = 0.00, and the prevalence (PR) was showed an introverted types 2.73-fold higher risk of anxiety, more anxious than extroverted personality types.*

Keywords: *personality types; introvert; ekstrovert; anxiety; medical students*

PENDAHULUAN

Kecemasan merupakan respons alami yang terjadi saat adanya keadaan tertentu yang membuat seseorang merasa terancam dan merupakan hal yang normal timbul dikarenakan individu sendiri ataupun dari lingkungannya.¹ Kecemasan pada mahasiswa kedokteran merupakan fenomena yang sering terjadi. Hal ini dapat diakibatkan oleh beban kuliah yang berat. Studi yang dilakukan di Malaysia tahun 2014 menunjukkan angka kejadian kecemasan pada mahasiswa kedokteran sebesar 52%.² Studi yang dilakukan oleh Saputera pada tahun 2016 mendapatkan kecemasan di kalangan mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara sebesar 69,3%.³ Seseorang yang mengalami kecemasan pada umumnya menunjukkan respon atau reaksi yang berbeda pada setiap individu. Hal ini dikarenakan karakteristik antar satu manusia dengan yang lain berbeda sesuai dengan tipe kepribadian.⁴ Kepribadian mencakup perilaku, tata krama, emosi, pemikiran yang unik dan khas, di mana memberi karakter pada setiap individu. Kepribadian dibagi menjadi dua tipe, yaitu *introvert* dan *ekstrovert*.⁵ *Ekstrovert* ialah individu yang gemar melakukan pekerjaan yang banyak berinteraksi dengan orang. Tipe kepribadian ini suka melakukan kegiatan yang bersifat sosial dan ketika mereka

takut, mereka selalu mencari teman untuk berbagi masalah sehingga mereka bisa tenang dan mencari solusi. Berbeda dengan *ekstrovert*, *introvert* tidak suka berinteraksi secara sosial dan lebih memilih untuk menyepi, yang dapat membuat mereka menghindari pertanyaan dan tidak berkomunikasi dengan orang lain, yang meningkatkan rasa cemas mereka.⁶

Di Indonesia sendiri masih sedikit penelitian yang meneliti hubungan antara tipe kepribadian dengan kecemasan. Uraian di atas mendorong penulis meneliti mengenai hubungan tipe kepribadian *introvert* dan *ekstrovert* terhadap kecemasan pada mahasiswa kedokteran.

METODE PENELITIAN

Studi yang dilakukan di Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara tahun 2023 ini menerapkan desain analitik observasional dengan model *cross-sectional*. Sampel studi diambil menerapkan metode *total sampling*. Sampel yang digunakan merupakan mahasiswa aktif angkatan 2021-2022 yang telah menyetujui lembar *informed consent*. Instrumen yang digunakan dalam studi ini ialah *Eysenck Personality Inventory* untuk tipe kepribadian serta

Zung-Self Anxiety Rate Scale untuk kecemasan. Analisis mengenai hubungan antara kedua variabel menggunakan uji *chi-Square* dengan batas kemaknaan $p < 0,05$.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Sebanyak 222 mahasiswa yang menyetujui ikut serta dalam studi ini memiliki usia berkisar antara 17- 28 tahun dan terbanyak berusia 19 tahun, yaitu sebanyak 93 orang (41,8%). Berdasarkan jenis kelamin, didapatkan kebanyakan responden pada studi ini ialah perempuan dengan total 162 (73%) orang sedangkan laki-laki sebanyak 60 (27%) orang. Berdasarkan tipe kepribadian, didapatkan tipe kepribadian *introvert* sebanyak 128 (57,7%) orang dan tipe kepribadian

ekstrovert sebanyak 94 (42,3%) orang. Pada studi ini, responden yang mengalami kecemasan sebanyak 66 (29,7%) orang dan yang tidak mengalami kecemasan sebanyak 156 (70,3%) orang. (**Tabel 1**)

Pada studi ini, responden yang berusia 19 tahun lebih cenderung mengalami kecemasan dibandingkan dengan kelompok usia lain, yaitu sebanyak 28 orang. (**Tabel 1**) Usia merupakan salah satu faktor intrinsik yang memungkinkan terjadinya kecemasan, di mana seseorang yang lebih muda cenderung lebih mudah mengalami gangguan kecemasan. Hal ini didukung dengan hasil studi yang dilakukan oleh Pertiwi pada tahun 2021 di Depok, di mana sebagian besar remaja mengalami kecemasan (58,7%).⁷

Tabel 1. Karakteristik responden (N=222)

Variabel	Jumlah (%)	Tingkat kecemasan	
		Cemas n=66	Tidak cemas n=156
Usia			
17	1 (0,5%)	0	1 (100%)
18	53 (23,8%)	10 (18,9%)	43(81,1%)
19	93 (41,8%)	28 (30,1%)	65 (69,9%)
20	59 (26,5 %)	24 (40,7%)	35 (59,3%)
21	10 (4,5 %)	4 (40%)	6 (60%)
22	1 (0,5 %)	0	1 (100%)
23	2 (0,9 %)	0	2 (100%)
24	1 (0,5 %)	0	1 (100%)
26	1 (0,5 %)	0	1 (100%)
28	1 (0,5 %)	0	1 (100%)
Jenis Kelamin			
Perempuan	162 (73%)	54 (81,8%)	108 (69,2%)
Laki-Laki	60 (27%)	12 (18,2%)	48 (30,8%)
Tipe Kepribadian			
<i>Introvert</i>	128 (57,7%)	52 (40,6%)	76 (59,4%)
<i>Ekstrovert</i>	94 (42,3%)	14 (14,9%)	80 (85,1%)

Responden berjenis kelamin perempuan yang memiliki kecemasan sebanyak 54 (81,8%) orang dibandingkan dengan jenis kelamin laki-laki (12 orang; 18,2%). (**Tabel 1**) Seseorang dengan jenis kelamin perempuan lebih peka atau perasa dalam menghadapi suatu *stressor*. Hasil ini disokong oleh studi yang dilakukan Fitri pada tahun 2021 di Padang. Studi tersebut memperlihatkan bahwa mahasiswi lebih banyak yang mengalami kecemasan dibandingkan laki laki (48% vs 18%).⁸

Tabel 2 memperlihatkan tipe kepribadian *introvert* lebih banyak mengalami kecemasan dari pada tipe kepribadian *ekstrovert* (40,6% vs 14,9%). Hal ini berhubungan dengan karakteristik masing-masing kepribadian, di mana

ekstrovert lebih terbuka terhadap dunia luar dan memungkinkan mereka lebih mudah untuk menyesuaikan diri dan menghadapi *stressor* dengan lebih mudah dibandingkan dengan tipe *introvert* yang lebih memilih untuk menyembunyikan perasaannya, cenderung menyendiri sehingga mudah merasakan kecemasan. Seorang dengan tipe kepribadian *introvert* umumnya lebih detail. Jadi ketika mereka mengalami suatu peristiwa, mereka biasanya mempelajari detail peristiwa tersebut, memungkinkan orang tersebut untuk mengingat dengan sangat jelas apa yang terjadi. Bahkan ketika *introvert* hanya memikirkan kemungkinan buruk yang mungkin saja terjadi di masa depan, mereka lebih mudah mengalami kecemasan.

Tabel 2. Hubungan antara tipe kepribadian dengan kecemasan (N=222)

	Kecemasan		Nilai p	PR
	Cemas	Tidak cemas		
Tipe kepribadian				
Introvert	52 (40,6%)	76 (59,4%)	0,000	2,73
Ekstrovert	14 (14,9%)	80 (85,1%)		

Berdasarkan uji *chi-square* memperlihatkan bahwa terdapat hubungan antara tipe kepribadian dengan kecemasan (p value= 0,000), di mana tipe kepribadian *introvert* berisiko 2,73 kali memiliki cemas daripada tipe kepribadian

ekstrovert (**Tabel 2**). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian tahun 2017. Hasil ini sejalan dengan studi tahun 2017 oleh Safitri yang menemukan adanya korelasi antara tipe kepribadian dengan tingkat kecemasan mahasiswa tingkat tiga

Fakultas Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung.⁹ Hastutiningtyas pada tahun 2020 juga menemukan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat kecemasan (*anxiety*) dan ciri kepribadian (*introvert* dan *ekstrovert*) pada remaja di SMP 26 Kota Malang (*p-value* = 0,000). Kepribadian akan menunjukkan bagaimana seseorang akan bersikap dan merespon terhadap stimulus yang diberikan. Seorang introvert lebih sering memikirkan kekurangan/kesalahan dan melakukankritik terhadap diri sendiri untuk teguran yang diterima sehingga membuat tambahan beban psikologis dan memicu timbulnya kecemasan. Berbeda dengan kepribadian introvert, seorang ekstrovert akan lebih terbuka dan mudah beradaptasi dengan dunia luar sehingga meminimalkan timbulnya rasa cemas.¹⁰

KESIMPULAN

Hasil studi didapatkan hubungan yang bermakna antara tipe kepribadian introvert dan ekstrovert terhadap timbulnya rasa cemas pada mahasiswa kedokteran Universitas Tarumanagara Angkatan 2021-2022.

DAFTAR PUSTAKA

1. Sadock BJ, Sadock VA, Ruiz P. Synopsis of Psychiatry: Behavioral Sciences/Clinical Psychiatry. 11th ed. Philadelphia: Wolterz Kluwer, 2015.
2. Fuad MDF, Lye MS, Ibrahim N, Ismail SIF, Kar PC. Prevalence and risk factor of stress, anxiety and depression among preclinical medical students in Universiti Putra Malaysia in 2014. International Journal of Collaborative Research on Internal Medicine & Public Health. 2015;7(1):1-12.
3. Saputera JD, Saputera MD, Chris A. Perbedaan prestasi akademik berdasarkan tingkat kecemasan pada mahasiswa fakultas kedokteran Universitas Tarumanagara. Jurnal Muara Sains, Teknologi, Kedokteran, dan Ilmu Kesehatan. 2018;2(1):11-7.
4. Annisa DF, Ifdil I. Konsep Kecemasan (Anxiety) pada Lanjut Usia (Lansia). Konselor. 2016;5(2):93-9.
5. Pamungkas A. Tipe Kepribadian *Ektrovert-Introvert* dan Kecemasan Mahasiswa pada masa Pandemi Covid-19. Jurnal Studi Keislaman. 2020;1(2):1-7.
6. Hidayatin R. Kecemasan ditinjau dari tipe kepribadian ekstrovert dan introvert pada mahasiswa di Universitas Mutiara. Psikologi Prima. 2018;1(1):1-12.
7. Pertiwi TS, Moeliono FM, Kendhawati L. Depresi, Kecemasan, dan Stres Remaja selama Pandemi Covid-19. Jurnal AL-AZHAR INDONESIA SERI HUMANIORA. 2021;6(2):72-7.
8. Fahrianti F, Nurmina N. Perbedaan Kecemasan Mahasiswa Baru Ditinjau dari Jenis Kelamin pada Masa Pandemi Covid-19. Jurnal Pendidikan Tambusai. 2021;5(1):1297-1302.
9. Safitri LN. Hubungan tipe kepribadian dengan tingkat kecemasan pada mahasiswa semester III di Fakultas Ilmu Keperawatan UNISSULA [Skripsi]. Semarang Fakultas Ilmu Keperawatan UNNISULA. 2017.
10. Hastutiningtyas WR, Maemunah N. Hubungan tingkat kecemasan (*Anxiety*) dengan ciri kepribadian (*Introvert* dan *Ekstrovert*) pada remaja di SMP Negeri 26 Kota Malang. Journal of Nursing Care & Biomolecular. 2020;5(1):101-6.