

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan salah satu tahapan dalam kehidupan manusia. Masa remaja sering digambarkan sebagai masa yang paling indah, dan tidak terlupakan karena penuh dengan kegembiraan dan tantangan. Namun masa remaja juga identik dengan kata ‘pemberontakan’, dalam istilah psikologi sendiri sering disebut sebagai masa *storm and stress* karena banyaknya guncangan-guncangan dan perubahan-perubahan yang cukup radikal dari masa sebelumnya. Salah satu tugas perkembangan remaja yang harus dilaluinya adalah mampu berpikir secara lebih dewasa dan rasional, serta memiliki pertimbangan yang lebih matang dalam menyelesaikan masalah. Mereka harus mampu mengembangkan standar moral dan kognitif yang dapat dijadikan sebagai petunjuk dan menjamin konsistensi dalam membuat keputusan dan bertindak (Soetjiningsih, 2004).

Masa remaja secara global berlangsung antara umur 12 dan 21 tahun, dengan pembagian 12-15 tahun: masa remaja awal, 15-18 tahun: masa remaja pertengahan, 18-21 tahun: masa remaja akhir. Masa remaja menunjukkan dengan jelas sifat-sifat masa transisi atau peralihan karena remaja belum memperoleh status orang dewasa tetapi tidak lagi memiliki status kanak-kanak (Calon dalam Monks dkk, 1999). Asubel (dalam Monks dkk, 1999) menyebutkan bahwa remaja ada dalam status interim sebagai akibat daripada posisi yang sebagian diberikan oleh orang tua dan sebagian diperoleh melalui usaha sendiri yang selanjutnya memberikan prestise tertentu padanya. Status interim berhubungan dengan masa peralihan yang timbul sesudah pemasakan seksual (pubertas). Masa peralihan tersebut diperlukan untuk mempelajari remaja mampu memikul tanggung jawabnya nanti dalam masa dewasa.

Menurut Blackman (dalam Ibaniati, 2005), masa remaja adalah masa seorang individu sedang mengalami kekacauan emosi, kelabilan keinginan, kesuraman dalam

menginstropeksi diri, penuh dengan dunia angan-angan serta sangat sensitif. Pada masa ini remaja sedang memainkan perannya sebagai pembangkang dan selalu melakukan uji coba dengan berbagai macam tingkah laku. Menurut Santrock (2007), emosi ditandai oleh perilaku yang mengekspresikan kondisi senang atau tidak senang seseorang atau transaksi yang sedang dialami. Perasaan emosi biasanya dikaitkan sebagai suatu keadaan dari diri individu terhadap suatu kejadian atau peristiwa-peristiwa yang datang dari luar yang menimbulkan konflik pada individu yang bersangkutan. Misalnya, seseorang akan merasa bahagia jika apa yang dia inginkan tercapai begitu sebaliknya, jika seseorang tidak mendapatkan apa yang dia inginkan maka, akan merasa sedih. Emosi dilibatkan di berbagai aspek kehidupan remaja, mulai dari fluktuasi hormonal dari masa pubertas hingga kesedihan dari depresi remaja.

Dari hasil wawancara mahasiswa UKSW di Salatiga dalam kesehariannya mengalami permasalahan yang membuat berat badannya turun drastis (tidak melakukan diet), tidak bisa tidur (insomnia), tuntutan orang tua supaya berhasil lulus dengan tepat waktu dan tanggung jawab seorang mahasiswa yang menyelesaikan kuliahnya serta memperoleh gelar sarjana.

Sebuah penelitian mengenai depresi pada masa anak dan remaja dikembangkan karena tuntutan masyarakat yang menginginkan supaya orang tua dan dokter umum dapat melakukan deteksi dini dari gangguan akan depresi (Soetjiningsih, 2004). Remaja putri yang matang lebih awal ternyata lebih tinggi depresinya dibandingkan remaja putra karena terkait dengan perbedaan biologis yang berhubungan dengan pubertas. Faktor lain yang memungkinkan adalah cara anak perempuan bersosialisasi dan kerentanan mereka untuk menjadi stres dalam hubungan sosial (Papalia, 2014). Selama periode remaja awal dan tengah, untuk perempuan jumlah penderita depresi ini dua kali

lipat dibanding remaja laki-laki terus berlanjut dari remaja sampai dewasa (dalam Darmayanti, 2015).

Depresi merupakan suatu sikap emosi yang menyangkut suatu perasaan tidak sanggup dan tidak ada harapan, pengurangan aktivitas fisik maupun mental dan kesukaran dalam berpikir putus asa atau keadaan mundur (Sudarsono, 1997). Depresi pada orang normal merupakan keadaan kemurungan (kesedihan, kepatahan semangat) yang ditandai dengan perasaan tidak pas, menurunnya kegiatan dan pesimisme menghadapi masa yang akan datang, merupakan ketidakmauan ekstrim untuk mereaksi terhadap perangsang, disertai menurunnya nilai diri, tidak mampu dan putus asa (Chaplin, 2001).

Depresi adalah gangguan *mood*, kondisi emosional berkepanjangan yang mewarnai seluruh proses mental (berpikir, berperasaan dan berperilaku) seseorang. Pada umumnya *mood* yang secara dominan muncul adalah perasaan tidak berdaya dan kehilangan harapan. Ada juga yang mengemukakan depresi itu adalah suatu keadaan sedih dan rendah semangat, istilah itu digunakan untuk suatu kumpulan yaitu suatu keadaan murung, tertekan, ketiadaan jawaban dan kehilangan semangat, hambatan-hambatan mental dan motorik, pikiran yang tertekan, dan gangguan badaniah tertentu (Hassan, 2003).

Beck (dalam Dinar dkk, 2013) mendefinisikan depresi sebagai keadaan abnormal organisme yang dimanifestasikan dengan tanda *symptom-symptom* seperti: menurunnya *mood* subjektif, rasa pesimis, kehilangan kespontanan dan gejala vegetatif (seperti kehilangan berat badan dan gangguan tidur). Depresi juga merupakan kompleks gangguan yang meliputi gangguan afeksi, kognisi, motivasi dan komponen perilaku. Depresi adalah suatu penyakit jiwa dengan gejala utama sedih, yang disertai gejala-

gejala psikologik lainnya, gangguan somatik maupun gangguan psikomotor dalam kurun waktu tertentu dan digolongkan ke dalam gangguan afektif.

Greenberger (2004) mengatakan bahwa depresi bukan hanya meliputi suasana hati yang sedih melainkan juga berbagai macam gejala kognitif, perilaku fisik dan emosional. Gejala-gejala kognitif depresi meliputi mencela diri sendiri, tanpa harapan, keinginan bunuh diri, kesulitan berkonsentrasi dan negativitas secara umum. Perubahan perilaku berkaitan dengan depresi, meliputi menarik diri dari orang lain, tidak banyak melakukan aktivitas. Gejala-gejala fisik yang berkaitan dengan depresi meliputi insomnia (sulit tidur), tidur lebih banyak atau kurang dari biasanya, mudah capai, makan lebih banyak atau kurang dan perubahan berat badan. Gejala-gejala emosional yang menyertai depresi meliputi perasaan sedih, jengkel, marah, rasa bersalah dan gugup.

Menurut Durand dan David (2006) terdapat tiga dimensi penyebab depresi yaitu dimensi biologis, dimensi psikologis dan dimensi sosial. Dalam dimensi biologis ini dibagi lagi dalam beberapa bagian yaitu pengaruh keluarga, genetik, sistem endokrin. Pengaruh keluarga menunjukkan bahwa semakin tingginya tingkat keparahan atau frekuensi pada anggota-anggota keluarga yang bermasalah berhubungan dengan angka depresi yang lebih tinggi pada anggota keluarganya. Genetik, terdapat sebuah penelitian di Australia dan di Amerika mereka menemukan angka gangguan depresi yang tampak jelas lebih tinggi pada perempuan daripada laki-laki, sedangkan Sistem endokrin, para peneliti menjadi tertarik pada sistem endokrin ketika mereka menyadari bahwa pasien yang menderita penyakit-penyakit yang memengaruhi sistem ini kadang-kadang mengawali depresi.

Kepribadian memegang peranan penting dalam terjadinya depresi. Pada orang sensitif, mudah tersinggung, ingin selalu sempurna dan tak ingin disalahkan, seringkali mudah menderita depresi (Soetjningsih, 2004). Allport (dalam Masyhuri dan Suprihatin, 1989) merumuskan kepribadian atau *'personality'* sebagai organisasi dinamis dalam individu dari sistem psikofisik yang menentukan penyesuaiannya yang unik terhadap lingkungannya. Hilgard (dalam Masyhuri dan Suprihatin, 1989) kepribadian adalah karakteristik-karakteristik individual dan cara-cara bertingkah laku yang dalam pola dan organisasinya, mempengaruhi penyesuaian unik individu terhadap lingkungan keseluruhannya. Dari rumusan tersebut di atas diakui adanya faktor yang bersumber dari dalam diri manusia dan faktor dari luar manusia. Yang pertama adalah sifat individu dan yang kedua adalah hasil sosialisasi, kesemuannya berpadu secara dinamis dalam sebuah kompleksitas. Pola kepribadian seseorang paling menentukan dibanding dengan faktor-faktor yang lain. Kumpulan sifat-sifat kepribadian atau "syndromes" menyebabkan remaja diterima atau tidak oleh kelompoknya. Syndromes terdiri dari pada sifat-sifat yang positif dan negatif. Remaja yang dapat diterima oleh kelompoknya adalah mereka yang lebih banyak mempunyai sifat-sifat yang positif daripada yang negatif. Apakah seorang remaja kemudian hari akan mempunyai konsep diri yang baik atau buruk, tergantung dan dipengaruhi oleh caranya lingkungan menghadapi dan menerima mereka dan apakah lingkungan memberi kesempatan yang cukup bagi remaja untuk mengembangkan dirinya.

Menurut Jung (dalam Sujanto, 2001) bahwa berdasarkan sikap jiwanya, manusia dapat digolongkan menjadi dua tipe kepribadian yaitu ekstrovert dan introvert. Orang yang ekstrovert dipengaruhi oleh dunia obyektif, yaitu dunia diluar dirinya. Orientasinya terutama tertuju keluar, pikiran, perasaan serta tindakannya terutama

ditentukan oleh lingkungannya, baik lingkungan sosial maupun lingkungan non sosial. Dia bersikap positif terhadap masyarakat, hatinya terbuka, mudah bergaul, hubungan dengan orang lain lancar. Orang yang introvert dipengaruhi oleh dunia subyektif, yaitu dunia di dalam dirinya sendiri. Orientasinya terutama tertuju ke dalam, pikiran, perasaan, serta tindakan-tindakannya terutama ditentukan oleh faktor-faktor subyektif. Penyesuaiannya dengan dunia luar kurang baik, jiwanya tertutup, sukar bergaul, sukar berhubungan dengan orang lain, kurang dapat menarik hati orang lain. Penyesuaian dengan hatinya sendiri baik.

Beberapa jenis tipe kepribadian menurut Eysenck (dalam Suryabrata, 2002) yaitu introvers dan ekstrovert. Orang-orang yang introvers itu memperlihatkan kecenderungan untuk mengembangkan gejala-gejala ketakutan dan depresi, ditandai oleh mudah tersinggung, apati, syaraf otonom mereka labil. Menurut pernyataan mereka sendiri perasaan mereka gampang terluka, menderita rasa rendah diri, mudah melamun, suka tidur. Orang-orang ekstrovert memperlihatkan kecenderungan untuk mengembangkan gejala-gejala histeris. Selanjutnya mereka memperlihatkan sedikit energi, perhatian yang sempit, sejarah kerja yang kurang baik. Menurut pernyataan mereka sendiri mendapat kesukaran karena gagap, gampang kena kecelakaan, sering tak masuk kerja karena sakit, tak puas, merasa sakit-sakit. Dipandang dari segi habitusnya ukuran mendatar dominan; sekresi salivaris lancar. Inteligensi mereka relatif rendah, perbendaharaan kata-kata kurang, dan mereka punya kecenderungan untuk tidak tetap pendirian. Umumnya mereka cepat tetapi tidak teliti. Taraf aspirasi mereka rendah tetapi mereka menilai prestasi sendiri berlebih-lebihan.

Menurut Eysenck (dalam Lestari, 2008) terdapat tujuh aspek yang termasuk dalam tipe kepribadian yaitu, Aspek dari teori Eysenck (dalam Lestari, 2008) *Activity*

(Aktivitas) orang-orang yang mempunyai nilai tinggi pada faktor ini pada umumnya aktif dan energik, menyukai seluruh jenis aktivitas fisik termasuk kerja keras dan latihan. Orang yang mempunyai nilai rendah pada faktor ini tidak aktif secara fisik, lesu, mudah letih dan lebih menyukai hari libur yang tenang dan penuh istirahat. *Sociability* (Kesukaan Bergaul) faktor ini mempunyai interpretasi yang cukup berterus terang. Individu yang mempunyai nilai tinggi pada faktor ini suka mencari teman, menyukai kegiatan-kegiatan sosial, pesta-pesta dan mudah menjumpai orang-orang. Individu yang mempunyai nilai rendah lebih suka mempunyai teman khusus saja, menyenangi kegiatan yang menyendiri seperti membaca dan cenderung menarik diri dari kontak sosial yang menekan.

Risk Taking (Keberanian Mengambil Resiko) individu yang mempunyai nilai tinggi pada faktor ini, senang hidup dalam bahaya dan mencari pekerjaan yang penuh dengan resiko. Individu yang mempunyai nilai rendah pada faktor ini, lebih menyukai keakraban, keamanan, keselamatan, meskipun hal ini berarti mengorbankan suatu tingkat kegembiraan dalam kehidupan. *Impulsiveness* (Penurunan Dorongan Hati) individu yang mempunyai nilai tinggi ini cenderung bertindak secara mendadak tanpa dipikirkan terlebih dahulu, membuat keputusan yang terburu-buru dan kadang-kadang gegabah dan tidak berpendirian tetap. Orang-orang yang mempunyai nilai yang rendah mempertimbangkan berbagai masalah dengan sangat hati-hati sebelum membuat keputusan, sistematis, teratur, hati-hati dan merencanakan kehidupan mereka terlebih dahulu. Mereka berpikir sebelum berbicara dan melihat sebelum melangkah.

Expressiveness (Pernyataan Perasaan) faktor ini berhubungan dengan suatu kecenderungan umum seseorang untuk memperlihatkan emosinya kearah luar dan secara terbuka, apakah itu duka cita, kemarahan, ketakutan, kecintaan dan kebencian.

Individu yang mempunyai nilai yang tinggi pada faktor ini cenderung sentimental, simpatik, mudah berubah pendirian dan demonstratif. Sebaliknya individu yang mempunyai nilai rendah sangat pandai menguasai diri, tenang, tidak memihak dan pada umumnya terkontrol dalam menyatakan pendapat dan perasaannya. *Reflectiveness* (Kedalaman Berpikir) individu yang mempunyai nilai tinggi pada faktor ini tertarik pada ide-ide, masalah-masalah filsafat, diskusi-diskusi, dan pengetahuan untuk pengetahuan itu sendiri, yaitu mereka pada umumnya suka berpikir dan introspektif (dalam pengertian yang harafiah). Orang-orang yang mempunyai nilai rendah pada faktor ini mempunyai bakat untuk bekerja, lebih tertarik untuk melakukan berbagai hal daripada memikirkan hal-hal tersebut dan cenderung tidak sabar dengan perbuatan teori-teori 'alam khayal'. *Responsibility* (Tanggung jawab) individu yang mempunyai nilai tinggi pada faktor ini cenderung berhati-hati, teliti, dapat dipercaya, dapat dijadikan andalan. Individu yang mempunyai nilai yang rendah cenderung tidak menyukai kegiatan yang resmi, terlambat dalam menepati janji, berubah-ubah pendirian, dan mungkin juga tidak bertanggung jawab secara sosial, seluruh nilai pada faktor ini masih berada dalam batas-batas normal.

Dari penelitian Anindito dan Sofia (2004) dapat disimpulkan bahwa perfeksionisme dan harga diri adalah dua variabel kepribadian atau *personality traits* dalam diri orang introvert yang berperan dalam depresi. Hasil penelitian Azizah (2016) terdapat perbedaan yang bermakna antara tipe kepribadian ekstrovert dan introvert dengan tingkat *stress* pada mahasiswa fakultas hukum Universitas Muhammadiyah Surakarta. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Ibaniati (2005) menyatakan bahwa ada pengaruh tingkat depresi dari jenis kepribadian introvert dan ekstrovert remaja terhadap tingkat kenakalannya dilihat dari hasil uji berdasarkan tingkat depresinya terhadap

aspek perasaan diri pada remaja introvert mengalami depresi sedang dan ringan (87%), sedangkan terhadap remaja ekstrovert mengalami depresi ringan (52%) jadi secara umum remaja introvert lebih depresi daripada remaja ekstrovert. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Purwitasari (2008) menyatakan bahwa ada hubungan yang signifikan antara tipe kepribadian dan koping lansia dengan depresi pada lansia di kelurahan Oro Oro Ombo, kecamatan Kartoharjo Madiun. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Supriani (2011) menyatakan bahwa ada hubungan antara tipe kepribadian introvert dan ekstrovert dengan tingkat depresi pada lansia. Jadi tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui perbedaan tingkat depresi pada remaja akhir berdasarkan tipe kepribadian (ekstrovert-introvert) di Fakultas Psikologi UKSW Salatiga.

METODE PENELITIAN

Jenis Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan metode komparatif. Untuk identifikasi variabel tergantung (terikat) adalah depresi, sedangkan variabel bebasnya adalah tipe kepribadian ekstrovert-introvert.

Populasi dan Sampel

Populasi dalam penelitian ini adalah 2100 remaja akhir (mahasiswa angkatan 2013) di Universitas Kristen Satya Wacana di Salatiga. Satu hal yang diperhatikan oleh peneliti sebelum menentukan besarnya sampel adalah keragaman (heterogenitas) dan keseragaman (homogenitas) populasi. Sampel dalam penelitian ini adalah 210 remaja akhir (mahasiswa angkatan 2013) di Universitas Kristen Satya Wacana di Salatiga dengan kriteria usia 18-21 tahun yang tergolong sebagai remaja akhir (Calon dalam Monks, dkk 1999) dan untuk mengambil sampel membutuhkan 10 persen dari populasi

yang ada (Azwar, 2004) untuk pengambilan datanya dilakukan pada tanggal 10 Oktober 2016 sampai 21 Oktober 2016 di seluruh fakultas Universitas Kristen Satya Wacana Salatiga. Dari hasil pembagian angket yang disebarakan oleh peneliti terdapat 199 mahasiswa yang memenuhi kriteria dalam penghitungan angket Depresi dan Tipe Kepribadian. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik random sederhana yaitu dengan cara undian (Danim, 2007).

Alat ukur

Beck Depression Inventory (BDI) adalah skala yang digunakan untuk mengukur tingkat depresi seseorang yang sudah terstandarisasi. Berdasarkan skor 1-10 dikategorikan naik turunnya perasaan ini tergolong wajar, skor 11-16 dikategorikan gangguan *mood* (perasaan murung yang ringan), skor 17-20 dikategorikan garis batas depresi klinis, skor 21-30 dikategorikan depresi sedang, skor 31-40 depresi parah dan skor 40 keatas depresi ekstrim (Xaesar, 2011) .

Skala pengukuran Tipe Kepribadian (Ekstrovert-Introvert) dibuat oleh penulis berdasarkan teori Eysenck (dalam Lestari, 2008), terdapat tujuh aspek yang dapat digunakan untuk mengukur kepribadian ekstrovert maupun kepribadian introvert, yaitu aktivitas, kemampuan dan kesukaan bergaul, keberanian mengambil resiko, pemenuhan dorongan hati, pernyataan perasaan, pola pikir dan tanggung jawab. Indikator-indikator ini akan digunakan peneliti dalam pembuatan angket tipe kepribadian ekstrovert-introvert. Uji validitas untuk tipe kepribadian sebanyak 42 item, diperoleh hasil sebanyak 16 item gugur karena memiliki nilai *pearson correlation* yang lebih kecil dari 0,3, dan sebanyak 26 item dinyatakan tidak gugur karena memiliki nilai *pearson correlation* yang lebih besar dari 0,3.

Uji reliabilitas untuk menunjuk sejauh mana suatu hasil pengukuran relatif konsisten jika diulangi berapa kali. Instrumen dikatakan *reliable* bila memiliki Alpha Cronbach lebih besar dari 0,6. Jika dilihat dari uji reliabilitas, variabel tipe kepribadian memiliki nilai 0,894 yang keduanya lebih besar dari 0,600 yang artinya data *reliable* dan dapat dinyatakan ke uji selanjutnya.

HASIL PENELITIAN

Uji Normalitas

Penelitian ini menggunakan uji normalitas yang bertujuan untuk mengetahui normal atau tidaknya distribusi data penelitian pada masing masing variabel. Data dari variabel penelitian diuji normalitas dengan menggunakan uji *Kolmogorov-Smirnov test* menggunakan SPSS 16. Hasil diketahui bahwa variabel depresi memiliki koefisien normalitas 0,125 dan tipe kepribadian memiliki koefisien normalitas 0,360 yang mana nilai keduanya lebih besar dari 0,05 dengan demikian variabel depresi dan tipe kepribadian memiliki distribusi normal.

Uji Homogenitas

Untuk uji homogenitas menunjukan bahwa variable tipe kepribadian dan tingkat depresi memiliki varian yang sama, karena dari hasil uji homogenitas diperoleh nilai signifikansi $0,632 > 0,05$.

Analisis Deskriptif

1. Tingkat Depresi

Tabel berikut menyajikan analisis deskriptif depresi berdasarkan nilai interval yang dikembangkan oleh norma *beck depression inventory*

Tabel 1
Deskriptif Tingkat Depresi

Interval	Depresi	Jumlah	Prosentase	Rata-rata
1-10	Naik turunnya perasaan ini tergolong wajar	117	58.79%	10,869
11-16	Gangguan “mood” atau perasaan murung yang ringan	49	24.62%	
17-20	Garis batas depresi klinis	10	5.03%	
21-30	Depresi sedang	19	9.55%	
31-40	Depresi parah	3	1.51%	
40 Ke atas	Depresi ekstrim	1	0.50%	
Total		199	100.00%	

Berdasarkan tabel di atas dapat dijelaskan depresi sebagian besar dalam kategori “naik turunnya perasaan ini tergolong wajar” sebesar 58,79 % dan kategori Gangguan “mood” atau perasaan murung yang ringan sebesar 24,62 %. Dengan rata-rata sebesar 10,869 yang artinya depresi pada mahasiswa angkatan 2013 yang menjadi partisipan masuk dalam kategori depresi Gangguan “mood” atau perasaan murung yang ringan.

2. Tipe Kepribadian

Tabel berikut menyajikan analisis deskriptif tipe kepribadian yaitu introvert dan ekstrovert.

Tabel 2
Deskriptif Tipe Kepribadin

Tipe Kepribadian	Jumlah	Prosentase
<i>Introvert</i>	88	44.22%
<i>Ekstrovert</i>	111	55.78%
Jumlah	199	100.00%

Berdasarkan tabel di atas dapat dijelaskan bahwa, sebagian besar tipe kepribadian mahasiswa angkatan 2013 yang menjadi partisipan adalah ekstrovert sebesar 55,78 % kemudian tipe kepribadian introvert sebesar 44,22 %.

Pengujian Hipotesis

Hasil uji t test perbedaan tingkat depresi pada mahasiswa angkatan 2013 berdasarkan tipe kepribadian (ekstrovert-introvert) di Universitas Kristen Satya Wacana Salatiga dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 3
Pengujian Hipotesis

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
Depresi	Equal variances assumed	.399	.528	.659	197	.511	.743	1.127	-1.479	2.964
	Equal variances not assumed			.664	191.654	.507	.743	1.118	-1.463	2.948

Tabel tersebut dapat dijelaskan bahwa, tidak ada perbedaan tingkat depresi pada mahasiswa angkatan 2013 berdasarkan tipe kepribadian (ekstrovert-introvert) di UKSW Salatiga yang ditunjukkan dengan nilai signifikan $0,511 > 0,05$.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil hipotesis ditemukan bahwa, tidak ada perbedaan tingkat depresi mahasiswa berdasarkan tipe kepribadian (ekstrovert-introvert) di UKSW Salatiga yang ditunjukkan dengan nilai signifikan $0,511 > 0,05$. Dapat dikatakan penelitian ini tidak sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Ibaniati (2005) menyatakan bahwa ada pengaruh tingkat depresi dari jenis kepribadian introvert dan ekstrovert remaja terhadap tingkat kenakalannya. Juga tidak sejalan dengan hasil penelitian Azizah (2016) terdapat perbedaan yang bermakna antara tipe kepribadian ekstrovert dan introvert dengan tingkat stress pada mahasiswa fakultas hukum Universitas Muhammadiyah Surakarta. Jadi dapat disimpulkan bahwa tipe kepribadian tidak berperan terhadap tingkat depresi mahasiswa di UKSW Salatiga.

Dalam penelitian ini ternyata remaja akhir di Universitas Kristen Satya Wacana Salatiga yang memiliki kepribadian introvert dan ekstrovert termasuk dalam kategori “Naik turunnya perasaan ini tergolong wajar pada tingkat depresi “sebesar 58,79 % dengan jumlah 117 remaja akhir dapat dikatakan bahwa tipe kepribadian tidak termasuk dalam indikator penyebab depresi, namun dalam sebuah penelitian dari Anindito dan Sofia (2004) mengatakan bahwa perfeksionisme dan harga diri adalah dua variabel kepribadian atau *personality traits* dalam diri orang introvert yang berperan dalam depresi. Ditambahkan lagi dari Ibaniati (2005) menyatakan bahwa ada pengaruh tingkat depresi dari jenis kepribadian introvert dan ekstrovert remaja terhadap tingkat

kenakalannya dilihat dari hasil uji berdasarkan tingkat depresinya terhadap aspek perasaan diri pada remaja introvert mengalami depresi sedang dan ringan (87%), sedangkan terhadap remaja ekstrovert mengalami depresi ringan (52%) jadi secara umum remaja introvert lebih depresi daripada remaja ekstrovert.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Tidak ada perbedaan tingkat depresi pada remaja akhir berdasarkan tipe kepribadian (ekstrovert-introvert) di Universitas Kristen Satya Wacana Salatiga yang ditunjukkan dengan nilai signifikan $0,511 > 0,005$.

Saran

1. Saran untuk remaja akhir

Diharapkan bagi remaja akhir yang memiliki tipe kepribadian introvert ketika memiliki permasalahan dengan gejala emosi (sedih, senang, marah, murung dan sebagainya) dapat menyalurkannya terhadap hal yang lebih positif seperti menulis sebuah diary, membaca buku, bernyanyi atau mendengarkan lagu untuk menenangkan hatinya. Sedangkan untuk remaja akhir yang memiliki tipe kepribadian ekstrovert ketika memiliki permasalahan dengan gejala emosi (sedih, senang, marah, murung dan sebagainya) dapat menyalurkannya terhadap hal yang lebih positif seperti berpergian bersama teman-teman mendaki gunung, berenang bersama, makan bersama, bercerita permasalahan nya dengan teman supaya dapat membantu untuk menyelesaikan permasalahan yang dihadapi.

2. Saran untuk peneliti selanjutnya

Bagi peneliti yang ingin mengembangkan atau melanjutkan penelitian yang dilakukan oleh penulis, diharapkan untuk menggunakan alat ukur Eysenck untuk mengukur tipe kepribadian (Ekstrovert-Introvert) terhadap remaja akhir, juga dapat lebih memperdalam kajiannya dengan meneliti faktor-faktor yang mempengaruhi depresi pada mahasiswa seperti *self control* (Kontrol Diri) (Wayan, 2010).



DAFTAR PUSTAKA

- Sujanto, A. (2001). *Psikologi Kepribadian*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Anindito, A & Sofia, R. (2004). *Perfeksionisme, Harga Diri, Dan Kecenderungan Depresi Pada Remaja Akhir*. *Skripsi*. Yogyakarta: Universitas Gadjah Mada.
- Azizah, Y. N. (2016). *Perbedaan Antara Tipe Kepribadian Ekstrovert Dan Introvert Dengan Tingkat Stres Pada Mahasiswa Fakultas Hukum Universitas Muhammadiyah Surakarta*. *Skripsi*. Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Azwar, S. (2011). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Chaplin, J. P. (2001). *Kamus Lengkap Psikologi*. Edisi 1, cetakan 7. Penerjemah: Dr Kartini Kartono. Jakarta: PT RajaGrafindo Persada.
- Danim, S. (2007). *Metodologi Penelitian Untuk Ilmu-Ilmu Perilaku*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Darmayanti, N. (2015). *Meta-Analisis: Gender Dan Depresi Pada Remaja*. *Skripsi*. Yogyakarta: Universitas Gadjah Mada.
- Dinar. *Upaya Bunuh Diri Sebagai Bentuk Depresi Pada Remaja Putri Korban Trafficking*<http://psikologi.ub.ac.id/wp-content/uploads/2013/10/jurnal-dinar-bismilah.pdf>
- Durand, V. M. & David, H. B. (2006). *Intisari Psikologi Abnormal*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

- Ghozali, I. (2005). *Aplikasi Analisis Multivariate dengan Program SPSS*. Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Greenberger, D. & Christine, A. P. (2004). *Manajemen Pikiran*. Bandung: Kaifa.
- Hassan, F. (2003). *Kamus Istilah Psikologi*. Jakarta: Progres.
- Ibaniati, R. (2005). Pengaruh Tingkat Depresi Dari Jenis Kepribadian Remaja Terhadap Tingkat Kenakalannya. *Skripsi*. Bogor: Program Studi Gizi Masyarakat Dan Sumberdaya Keluarga Fakultas Pertanian Institut Pertanian Bogor.
- Lestari, P. P. (2008). Studi Deskriptif Mengenai Tipe Kepribadian Ditinjau Dari Teori Eysenck Pada Mantan Junkies Wanita Usia 15-18 Tahun Di Inabah XVII Pondok Pesantren Suryalaya. *Skripsi*. Bandung: Universitas Islam Bandung.
- Masyhuri H. P. & Suprihatin, M. D. (1989). *Psikologi Perkembangan*. Semarang: Tim Pengadaan Buku Pelajaran IKIP Semarang.
- Monks. (1999). *Psikologi Perkembangan: Pengantar dalam berbagai bagiannya*. Yogyakarta: Gajah Mada University Press.
- Purwitasari, N. D. (2008). Hubungan Antara Tipe Kepribadian Dengan Tingkat Depresi Pada Lansia Di Wilayah Desa Bumiharjo Kecamatan Nguntoronadi Kabupaten Wonogiri. *Skripsi*. Surakarta: Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Santrock, J. W. (2007). *Remaja*: Ed 11 Jilid 1. Jakarta: Erlangga.
- Soetjningsih. (2004). *Tumbuh Kembang Remaja dan Permasalahannya*. Denpasar: CV Sagung Seto.

Sudarsono. (1997). *Kamus Konseling*. Jakarta: PT Rineka Cipta.

Supriani, A. (2011). Tingkat Depresi Pada Lansia Ditinjau Dari Tipe Kepribadian Dan Dukungan Sosial. *Skripsi*. Surakarta:Program Pascasarjana Universitas Sebelas Maret.

Suryabrata, S. (2002). *Psikologi Kepribadian*. Jakarta: PT RajaGrafindo Persada.

Wayan W. A. (2010). Hubungan Kemampuan Kontrol Diri Dengan Kecenderungan Depresi Pada Mahasiswa Program B PSIK FK UGM. *Skripsi*. Yogyakarta: Universitas Gajah Mada.

Xaesar. (2011). Tes BDI (*Beck Depression Inventory*) diakses pada tanggal 4 Maret 2016 <https://xaesar.wordpress.com/2011/03/22/bdi-the-beck-depression-inventory-test/>