

Studi Deskriptif Kuantitatif Tentang Kecemasan Ditinjau Dari Tipe Kepribadian Pada Penyandang Disabilitas Fisik Di Kota Surakarta

Gunawan¹, Setyadi Nugroho², Kliwon³

Health Polytechnic of Surakarta, Department of Speech Therapy, Republic of Indonesia's Ministry of Health, Indonesia
email: gunawantwgun@mail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi hubungan antara tingkat kecemasan dan tipe kepribadian pada individu penyandang disabilitas fisik di Kota Surakarta. Penelitian ini menggunakan pendekatan analitik observasional dengan desain cross sectional guna menelusuri keterkaitan antara tipe kepribadian dan tingkat kecemasan. Populasi penelitian mencakup penyandang disabilitas fisik yang berada di wilayah Kota Surakarta, dengan jumlah sampel sebanyak 54 orang yang dipilih melalui metode non-probability sampling menggunakan teknik quota sampling. Pengumpulan data dilakukan melalui instrumen kuesioner Eysenck Personality Inventory (EPI) dan Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS). Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara tipe kepribadian dan tingkat kecemasan pada penyandang disabilitas fisik di Kota Surakarta.

Kata Kunci : kecemasan, tipe kepribadian, disabilitas fisik

ABSTRACT

This study aims to identify the relationship between anxiety levels and personality types in individuals with physical disabilities in Surakarta City. This study used an observational analytic approach with a cross-sectional design to explore the relationship between personality type and anxiety level. The study population included people with physical disabilities in the Surakarta City area, with a sample size of 54 people selected through non-probability sampling method using quota sampling technique. Data collection was conducted through the Eysenck Personality Inventory (EPI) and Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS) questionnaire instruments. Data analysis was conducted univariately and bivariately. The results showed a significant relationship between personality type and anxiety level in people with physical disabilities in Surakarta City.

Keywords: anxiety, personality type, physical disability

PENDAHULUAN

Pada hakikatnya, manusia merupakan makhluk sosial, yang berarti bahwa manusia memiliki dorongan alami untuk menjalin hubungan dengan sesama. Interaksi sosial ini kemudian membentuk suatu tatanan atau sistem sosial yang melahirkan nilai-nilai dan norma sebagai pedoman dalam kehidupan bermasyarakat (Afrida, 2018; Alim, 2020; Damayanti et al., 2021; Nurhuda et al., 2023; Samsuri, 2020). Norma-norma sosial tersebut berfungsi sebagai alat untuk mencegah terjadinya konflik atau pertentangan antar individu

maupun dengan lingkungan sosialnya. Ketika konflik terjadi, kondisi tersebut dapat memicu timbulnya perasaan cemas.

Kecemasan sendiri merupakan reaksi alamiah yang dirasakan oleh setiap individu saat menghadapi situasi yang dianggap mengancam. Gejala kecemasan biasanya mencakup aspek psikologis seperti rasa cemas, takut, gelisah, tidak nyaman, dan rasa tidak aman, serta dapat disertai dengan gejala fisiologis seperti sakit kepala, keringat berlebih, jantung berdebar, gangguan pencernaan dan pernapasan, serta peningkatan aktivitas peristaltik. Akibatnya, kecemasan dapat memengaruhi perilaku sehari-hari, seperti terganggunya konsentrasi, gangguan tidur, penurunan daya ingat, hingga menurunnya rasa percaya diri (Cahyanthi, 2021; Mardjan, 2016; Mitia Eka Wati et al., 2020; Nurtanti, 2020; Putra et al., 2023; Thoyibah et al., 2020).

Kecemasan merupakan isu kesehatan yang umum dan hampir setiap orang pernah mengalaminya, terutama saat menghadapi perubahan situasi yang menuntut kemampuan adaptasi. Salah satu kelompok yang rentan mengalami kecemasan adalah individu dengan disabilitas fisik, karena mereka lebih sering menghadapi tekanan psikologis yang tinggi. Dibandingkan dengan populasi umum, penyandang disabilitas fisik lebih berisiko mengalami stres, depresi, dan kecemasan (Kasana, 2018; Mamesah et al., 2018; Surya et al., 2022; Thoyibah et al., 2019).

Latar belakang keluarga dengan kondisi ekonomi yang kurang memadai dapat memicu munculnya gangguan psikologis pada individu penyandang disabilitas fisik. Mereka kerap merasa cemas ketika berada di tengah keramaian, baik saat berinteraksi dengan orang asing maupun dengan orang yang sudah dikenal (Adiana, 2015; Atikasari & Imanti, 2019; Insani et al., 2021; Purnamasari & C.S, 2018; Scarvanovi & Putri, 2020). Rasa cemas yang dialami penyandang disabilitas fisik biasanya tercermin dalam perilaku yang mudah dikenali, seperti tampak murung, gugup, mudah marah, sulit tidur, cepat tersinggung, serta sangat sensitif terhadap ucapan atau tindakan orang lain.

Mereka juga kerap mengalami reaksi keterkejutan atau shock, yang merupakan bentuk respon alami terhadap kondisi yang tidak diharapkan. Faktor sosial yang turut memengaruhi kondisi psikologis antara lain adalah situasi di mana penyandang disabilitas fisik kehilangan orang tua karena meninggal dunia, seperti menjadi yatim atau piatu. Kondisi ini sering kali memicu tekanan psikologis seperti stres berat, kecemasan, perasaan rendah diri, hambatan perkembangan, hingga depresi.

Selain itu, kompleksitas masalah ekonomi dalam keluarga juga bisa menyebabkan orang tua cenderung mengabaikan anak dalam aspek fisik, emosional, maupun pendidikan, karena perhatian mereka lebih terpusat pada pemenuhan kebutuhan dasar. Di Kota Surakarta, banyak penyandang disabilitas fisik menghadapi tantangan psikologis seperti kecemasan, kurangnya keberanian untuk mengekspresikan diri (asertivitas), dan kesulitan dalam menyelesaikan masalah. Berdasarkan hasil survei melalui angket mengenai ciri-ciri kecemasan sosial yang tinggi, ditemukan bahwa 60% dari 38 responden penyandang disabilitas fisik menunjukkan kecenderungan memiliki ciri-ciri tersebut.

Penyandang disabilitas fisik di Kota Surakarta juga kerap mengalami kecemasan terkait masa depan mereka. Kondisi ini dapat dikategorikan sebagai *state anxiety*, yaitu jenis kecemasan yang timbul akibat situasi yang tidak pasti, khususnya ketika mereka menghadapi ketidakpastian dalam merancang masa depan.

Penelitian menunjukkan bahwa secara psikologis, banyak penyandang disabilitas fisik menunjukkan ciri-ciri kepribadian yang kurang sehat, seperti perasaan rendah diri, sikap pasif, apatis, cenderung menarik diri, mudah menyerah, serta dipenuhi ketakutan dan kecemasan. Hal ini menjadikan mereka kesulitan dalam menjalin hubungan sosial. Selain itu, mereka sering kali menunjukkan perilaku negatif seperti ketakutan dalam berinteraksi,

lebih senang menyendiri, memiliki sikap bermusuhan, dan bersikap egosentris. Beberapa studi mengungkapkan bahwa kecemasan sosial pada penyandang disabilitas fisik berhubungan dengan sifat pemalu dan rendahnya harga diri atau self-esteem (National Institute of Mental Health). Penelitian lain juga menunjukkan bahwa rendahnya physical self-esteem turut berkontribusi terhadap peningkatan kecemasan yang dirasakan.

Kepribadian sendiri dapat diartikan sebagai pola pikir, perasaan, dan perilaku yang digunakan individu dalam menyesuaikan diri secara berkelanjutan dengan kehidupan. Kepribadian seseorang umumnya terbentuk secara utuh ketika mencapai usia 20 tahun. Terdapat berbagai klasifikasi tipe kepribadian, salah satunya adalah ekstrovert, introvert, dan ambivert. Individu dengan tipe ekstrovert cenderung terbuka terhadap dunia luar, memiliki sifat ramah, aktif, mudah bergaul, dan responsif terhadap lingkungan sekitar. Sebaliknya, tipe introvert cenderung tertutup, lebih senang berada dalam dunia pribadinya, memiliki kesulitan dalam bersosialisasi, dan lebih memilih menjauh dari keramaian, yang kemudian menjadikannya lebih rentan terhadap kecemasan. Meskipun begitu, ekstrovert dan introvert merupakan dua kutub yang saling melengkapi. Kebanyakan orang memiliki kecenderungan keduanya, namun salah satu biasanya lebih dominan. Jika seseorang memiliki keseimbangan antara sifat ekstrovert dan introvert, maka ia digolongkan sebagai ambivert.

Sejumlah penelitian telah dilakukan untuk mengkaji hubungan antara tipe kepribadian, khususnya introvert dan ekstrovert, dengan tingkat kecemasan. Penelitian yang dilakukan oleh Anda dan Fanani menunjukkan bahwa individu dengan kepribadian ekstrovert memiliki rata-rata skor kecemasan sebesar 23 berdasarkan instrumen Taylor Manifest Anxiety Scale (T-MAS), yang termasuk dalam kategori kecemasan sedang. Sementara itu, individu dengan kepribadian introvert memperoleh rata-rata skor 25, yang tergolong dalam kategori kecemasan berat. Temuan ini menunjukkan adanya perbedaan signifikan tingkat kecemasan antara dua tipe kepribadian tersebut.

Sementara itu, hasil studi oleh I Gede Suprayoga dan Luh Nyoman Alit (2015) juga mengungkapkan bahwa mayoritas individu dengan kepribadian introvert mengalami stres dalam jumlah besar, yaitu sebesar 81,5%, dibandingkan dengan responden ekstrovert yang hanya mengalami stres sebesar 31,4%.

Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi hubungan antara tipe kepribadian dan tingkat kecemasan pada penyandang disabilitas fisik di Kota Surakarta. Kecemasan merupakan salah satu gangguan psikologis yang umum dialami oleh kelompok ini, yang dipengaruhi oleh tekanan sosial, kondisi ekonomi, serta tantangan adaptasi dalam kehidupan sehari-hari. Pendekatan penelitian yang digunakan bersifat analitik observasional dengan desain potong lintang (cross sectional), di mana tingkat kecemasan diukur menggunakan Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS), dan tipe kepribadian ditentukan melalui Eysenck Personality Inventory (EPI). Diharapkan, hasil dari penelitian ini dapat memberikan gambaran yang lebih jelas mengenai pengaruh tipe kepribadian baik introvert, ekstrovert, maupun ambivert terhadap kecemasan, sehingga dapat dijadikan dasar dalam penyusunan intervensi psikologis yang tepat.

Penelitian ini memiliki manfaat baik secara praktis maupun akademis. Dari sisi praktis, hasilnya dapat dimanfaatkan oleh tenaga kesehatan, psikolog, dan pekerja sosial untuk mengembangkan program pendampingan yang disesuaikan dengan karakteristik kepribadian penyandang disabilitas fisik guna menurunkan tingkat kecemasan dan meningkatkan kualitas hidup mereka. Dari sisi akademis, studi ini memperkaya kajian dalam bidang psikologi disabilitas, terutama dalam konteks lokal Surakarta, serta menjadi rujukan bagi penelitian lanjutan yang berkaitan dengan kepribadian dan kesehatan mental. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan memberikan kontribusi yang berarti tidak hanya dalam pengembangan keilmuan, tetapi juga dalam pemecahan masalah psikologis yang dihadapi oleh penyandang disabilitas fisik.

METODE PENELITIAN

Metodologi penelitian merupakan pendekatan ilmiah yang digunakan untuk memperoleh data guna mencapai tujuan tertentu. Pemilihan metode ini bertujuan untuk memastikan bahwa kebenaran yang ditemukan didukung oleh bukti ilmiah yang kuat. Metode yang digunakan secara tepat akan meningkatkan objektivitas hasil penelitian, karena memungkinkan diperolehnya kebenaran dengan tingkat validitas dan reliabilitas yang tinggi (Arikunto, 2016). Dalam penelitian ini digunakan jenis penelitian analitik observasional dengan rancangan *cross sectional*, yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara tipe kepribadian dan tingkat kecemasan pada penyandang disabilitas fisik di Kota Surakarta.

1. Sampel Penelitian

Sampel dalam penelitian ini merupakan sebagian individu penyandang disabilitas fisik di Kota Surakarta yang memenuhi kriteria inklusi. Teknik pengambilan sampel dilakukan menggunakan metode *non-probability sampling* dengan pendekatan *quota sampling*, yaitu dengan menetapkan jumlah responden yang dibutuhkan sesuai dengan kuota yang telah ditentukan.

2. Besar Sampel

Menurut Widiyanto (2008), jika ukuran populasi tidak diketahui secara pasti, maka jumlah sampel dapat dihitung menggunakan rumus berikut:

$$n = \frac{Z^2}{7(Moe)^2}$$

Keterangan :

M = ukuran sampel

Z = nilai pada tingkat *sig* tertentu (derajat keyakinan ditentukan 95%), maka Z = 1,96

Moe = *margin of error* tingkat kesalahan maksimum adalah 10%

Berdasarkan perhitungan:

$$n = \frac{Z^2}{7(Moe)^2}$$

$$n = \frac{1,96^2}{7(01)^2}$$

$$n = 54 \text{ sampel}$$

Dengan demikian, jumlah sampel yang dibutuhkan dalam penelitian ini adalah sebanyak 54 responden.

Variabel Penelitian

Variabel Bebas/*Independen Variable* (X)

Variabel independen dalam studi ini adalah tipe kepribadian. Tipe kepribadian mencakup keseluruhan aspek perasaan, perilaku, pikiran, baik yang disadari maupun tidak disadari. Penilaian terhadap variabel ini dilakukan dengan menggunakan instrumen berupa kuesioner, di mana responden diminta untuk memberikan tanda centang pada jawaban yang paling mencerminkan diri mereka.

Variabel Terikat/*Dependen Variable* (Y)

Variabel dependen dalam penelitian ini adalah kecemasan. Kecemasan diartikan sebagai perasaan khawatir atau takut akan penilaian negatif yang mungkin diterima saat berada dalam situasi sosial atau menghadapi situasi baru. Penilaian kecemasan dilakukan melalui kuesioner dengan empat pilihan jawaban, yaitu SS (sangat setuju), S (setuju), TS (tidak setuju), dan STS (sangat tidak setuju).

Definisi Operasional Variabel

Tipe Kepribadian Introvert, ekstrovert dan Ambivert

Tipe kepribadian ekstrovert menggambarkan individu yang memiliki kemampuan tinggi dalam berinteraksi dengan lingkungan sekitarnya. Mereka dikenal ramah dan mudah menjalin hubungan sosial. Sebaliknya, individu dengan kepribadian introvert lebih cenderung fokus pada dunia internal mereka sendiri, kurang aktif dalam interaksi sosial, bersifat tertutup, dan sering mengalami kesulitan dalam bersosialisasi (Tarmidzi DS, 2012). Instrumen yang digunakan untuk mengukur tipe kepribadian ini adalah kuesioner *Eysenck Personality Inventory* (EPI), yang terdiri dari 24 pertanyaan. Berdasarkan skor yang diperoleh, hasil diklasifikasikan sebagai berikut:

Introvert : skor <12
Ekstrovert : skor >14
Ambivert : skor 12-14
Skala pengukuran yaitu skala ordinal

Tingkat Kecemasan

Tingkat kecemasan merujuk pada kondisi psikologis yang menggambarkan perasaan cemas dan takut secara berlebihan, meskipun tidak ada situasi yang jelas mendasarinya, serta dapat memengaruhi kondisi fisik seseorang (Purwanto N, 2006). Instrumen pengukuran yang digunakan adalah Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS), yang terdiri dari 14 kelompok pertanyaan yang mencakup gejala-gejala spesifik. Setiap kelompok gejala diberi skor antara 0 sampai 4 (Mudjaddid E, 2006), dengan kategori sebagai berikut:

Nilai 0 = tidak ada gejala (keluhan)
Nilai 1 = gejala ringan
Nilai 2 = gejala sedang
Nilai 3 = gejala berat
Nilai 4 = gejala berat sekali
Hasil ukur dikategorikan menjadi:
Tidak ada gejala : skor 0-13
Gejala ringan : skor 14-20
Gejala sedang : skor 21-27
Gejala berat : skor 28-42
Gejala berat sekali : 43-56 (Maramis WF, 2005)
Skala pengukuran yaitu skala ordinal

Teknik Pengumpulan Data

Untuk memperoleh data yang dibutuhkan dalam penelitian ini, digunakan berbagai metode pengumpulan data. Teknik-teknik yang digunakan antara lain:

1. Kuesioner, yaitu metode pengumpulan data yang dilakukan dengan meminta responden mengisi pertanyaan tertulis yang telah disusun secara sistematis. Dalam

penelitian ini, instrumen yang digunakan adalah *Eysenck Personality Inventory* (EPI) untuk mengidentifikasi tipe kepribadian, serta *Hamilton Anxiety Rating Scale* (HARS) untuk mengukur tingkat kecemasan.

2. Observasi, yakni teknik di mana peneliti melakukan pengamatan langsung di lokasi penelitian. Tujuan dari observasi ini adalah untuk memperoleh gambaran nyata mengenai kondisi lingkungan, aktivitas, serta berbagai aspek relevan lainnya yang mendukung proses penelitian.
3. Dokumentasi, sebagaimana dijelaskan oleh Arikunto (2010: 206), merupakan metode untuk mengumpulkan data dari berbagai sumber tertulis seperti arsip, buku, majalah, surat kabar, prasasti, notulen rapat, dan dokumen lainnya. Dalam penelitian ini, dokumentasi digunakan untuk mendapatkan informasi terkait keberadaan penyandang disabilitas fisik di Kota Surakarta..

Tahapan Penelitian

Penelitian ini dimulai setelah mendapatkan surat izin dari Jurusan Terapi Wicara Politeknik Kesehatan Surakarta. Proses penelitian dilakukan di wilayah Kota Surakarta dengan melibatkan penyandang disabilitas fisik yang memenuhi kriteria inklusi dan bersedia menjadi responden. Setelah itu, peneliti mengumpulkan data primer dan sekunder. Jika seluruh data telah terkumpul sesuai dengan jumlah sampel yang ditetapkan, maka dilanjutkan dengan tahap analisis data guna memperoleh hasil akhir dari penelitian..

Pengolahan Data

Data yang diperoleh dari hasil wawancara melalui kuesioner disusun terlebih dahulu dalam bentuk master tabel, kemudian diproses dan dianalisis menggunakan bantuan perangkat lunak SPSS. Proses pengolahan data dilakukan melalui beberapa tahapan berikut:

Penyuntingan (Editing)

Tahapan ini bertujuan untuk memeriksa dan mengoreksi data yang telah dikumpulkan di lapangan. Proses editing dilakukan guna mengidentifikasi dan memperbaiki kesalahan pencatatan, sehingga data yang digunakan untuk analisis bersih dari kekeliruan.

Pemberian Kode (Coding)

Pada tahap ini, setiap data yang memiliki kategori serupa diberi kode tertentu, baik berupa angka maupun huruf. Kode tersebut berfungsi sebagai penanda atau identifikasi informasi yang akan dianalisis, agar lebih mudah diolah secara statistik.

Input Data (Entry Data / Skoring)

Setelah proses pemberian kode dilakukan di SPSS, langkah berikutnya adalah memasukkan data ke dalam sistem. Penginputan dilakukan untuk setiap variabel, dan disusun berdasarkan nomor urut responden sesuai dengan kuesioner yang telah diisi.

Pembersihan Data (Cleaning Data)

Tahap akhir sebelum analisis adalah proses data cleaning, yaitu memeriksa kemungkinan adanya data yang hilang (*missing data*) dengan melakukan analisis frekuensi pada seluruh variabel. Jika ditemukan data yang tidak lengkap, maka data tersebut akan dibersihkan atau diperbaiki agar hasil analisis menjadi lebih akurat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Responden

Berdasarkan hasil penelitian yang melibatkan 54 responden sebagai subjek penelitian, diperoleh gambaran umum karakteristik responden yang mencakup jenis kelamin, tingkat pendidikan, usia, dan pekerjaan penyandang disabilitas fisik di Kota Surakarta.

a. Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Dari keseluruhan responden, tercatat bahwa sebanyak 26 orang (45,18%) berjenis kelamin laki-laki dan 28 orang (51,85%) adalah perempuan.

b. Karakteristik Responden Berdasarkan Tingkat Pendidikan

Tingkat pendidikan responden bervariasi, dengan rincian: 8 orang (14,81%) berpendidikan Sekolah Dasar (SD), 22 orang (40,74%) lulusan Sekolah Menengah Pertama (SMP), 19 orang (35,19%) lulusan Sekolah Menengah Atas (SMA), 3 orang (5,56%) berpendidikan Diploma, dan 2 orang (3,70%) merupakan lulusan Sarjana. Data ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki pendidikan terakhir SMP, yang mencerminkan bahwa tingkat pendidikan di kalangan penyandang disabilitas fisik masih tergolong rendah.

c. Karakteristik Responden Berdasarkan Usia

Sebanyak 4 responden (7,41%) berusia di bawah 20 tahun, 20 responden (37,04%) berada dalam rentang usia 20–29 tahun, 16 responden (29,63%) berusia antara 30–39 tahun, 6 responden (11,11%) berusia 40–49 tahun, dan 8 responden (14,81%) berusia di atas 50 tahun. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas responden berada dalam usia produktif, yang umumnya mulai menyadari pentingnya kesehatan mental sebagai bagian dari gaya hidup yang sehat.

Uji Univariat

Analisis univariat dilakukan dengan tujuan untuk menggambarkan karakteristik masing-masing variabel dalam penelitian secara deskriptif. Pada penelitian ini, analisis univariat diterapkan untuk mengevaluasi variabel independen (tipe kepribadian) dan variabel dependen (tingkat kecemasan) pada penyandang disabilitas fisik di Kota Surakarta.

a. Tipe Kepribadian pada Penyandang Disabilitas Fisik Kota Surakarta

Berdasarkan hasil pengolahan data melalui kuesioner *Eysenck Personality Inventory* (EPI), diperoleh distribusi frekuensi tipe kepribadian di kalangan penyandang disabilitas fisik di Kota Surakarta, dengan rincian sebagai berikut:

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Tipe Kepribadian Penyandang Disabilitas Fisik Kota Surakarta

Tipe Kepribadian	Frekuensi	Persentase (%)
Introvert	19	35,2
Ambivert	19	35,2
Ekstrovert	16	29,6

Sumber : Data primer diolah 2020

Tabel 1 memperlihatkan mayoritas tipe kepribadian penyandang disabilitas fisik adalah tipe kepribadian introvert dan ambivert yaitu masing-masing sebanyak 19 orang

(35,2%). Sementara tipe kepribadian ekstrovert memiliki frekuensi sebanyak 16 orang (29,6%).

b. Tingkat Kecemasan Penyandang Disabilitas Fisik Kota Surakarta

Berdasarkan hasil analisis data dengan menggunakan kuesioner *Hamilton Anxiety Rating Scale* (HARS) didapatkan distribusi frekuensi tingkat kecemasan pada penyandang disabilitas fisik di Kota Surakarta adalah sebagai berikut:

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan Penyandang Disabilitas Fisik di Kota Surakarta

Tipe Kecemasan	Frekuensi	Persentase (%)
Tidak ada gejala	42	77,6%
Gejala ringan	9	16,8%
Gejala sedang	3	5,6%
Gejala berat	0	0

Sumber : Data primer diolah 2020

Tabel 2 memperlihatkan mayoritas tipe kecemasan responden penyandang disabilitas fisik di Kota Surakarta adalah yang tidak memiliki gejala yaitu sebanyak 42 orang (77,6%) diikuti dengan tingkat kecemasan ringan sebanyak 9 orang (16,8%) dan tingkat kecemasan sedang sebanyak 3 orang (5,6%).

Uji Bivariat

Analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui adanya hubungan antara variabel independen dan variabel dependen. Dalam penelitian ini, analisis bivariat bertujuan untuk mengidentifikasi keterkaitan antara tipe kepribadian, baik introvert maupun ekstrovert dengan tingkat kecemasan. Salah satu metode statistik yang digunakan dalam analisis ini adalah uji Spearman, yang dilakukan melalui bantuan perangkat lunak SPSS. Kriteria pengujian didasarkan pada nilai p-value dengan tingkat kepercayaan 95% (CI), dengan ketentuan sebagai berikut: Jika p-value < 0,05 maka H₀ ditolak, yang berarti hubungan antara variabel signifikan secara statistik; namun jika p-value > 0,05 maka H₀ diterima, yang berarti hubungan tidak signifikan.

Hubungan antara tipe kepribadian dan tingkat kecemasan pada penyandang disabilitas fisik di Kota Surakarta dianalisis menggunakan uji Spearman sebagai bagian dari analisis bivariat. Hasil pengujian ini disajikan dalam tabel berikut:

Tabel 3. Analisa Hubungan Tipe Kepribadian dengan Tingkat Kecemasan pada Penyandang Disabilitas di Kota Surakarta

Tipe Kepribadian	Tingkat Kecemasan										Total	P value	
	Tidak ada gejala		Ringan		Sedang		Berat		Sangat berat				
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%			
Introvert	11	20,3	5	9,3	3	5,6	0	0	0	0	19	35,2	0,006
Ambivert	16	29,6	3	5,6	0	0	0	0	0	0	19	35,2	
Ekstrovert	15	27,7	1	1,9	0	0	0	0	0	0	16	29,6	

Jumlah	42	77,6	9	16,8	3	5,6	0	0	0	0	54	100
---------------	-----------	-------------	----------	-------------	----------	------------	----------	----------	----------	----------	-----------	------------

Tabel 3 memperlihatkan bahwa dari penyandang disabilitas fisik dengan kepribadian introvert, sebanyak 20,3% tidak mengalami gejala kecemasan, 93% mengalami kecemasan ringan, dan 5,6% mengalami kecemasan pada tingkat sedang. Sementara itu, individu dengan tipe kepribadian ambivert yang tidak menunjukkan gejala kecemasan berjumlah 29,6%, dan yang mengalami kecemasan ringan sebanyak 5,6%. Untuk tipe kepribadian ekstrovert, 27,7% responden tidak mengalami kecemasan, dan 1,9% mengalami kecemasan ringan. Berdasarkan hasil analisis dengan uji Spearman, diperoleh nilai p sebesar 0,006 ($p \leq 0,05$), yang secara statistik menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara tipe kepribadian dan tingkat kecemasan pada penyandang disabilitas fisik di Kota Surakarta.

PEMBAHASAN

Tipe Kepribadian pada Penyandang Disabilitas Fisik di Kota Surakarta

Dalam penelitian ini, responden diklasifikasikan ke dalam tiga tipe kepribadian berdasarkan teori Carl Gustav Jung, yaitu introvert, ambivert, dan ekstrovert. Berdasarkan hasil analisis univariat, dari total 54 penyandang disabilitas fisik di Kota Surakarta, ditemukan bahwa jumlah responden dengan tipe kepribadian introvert dan ambivert masing-masing sebanyak 19 orang (35,2%). Sementara itu, jumlah responden dengan tipe kepribadian ekstrovert tercatat sebanyak 16 orang (29,6%). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa tipe kepribadian yang paling dominan di antara penyandang disabilitas fisik dalam penelitian ini adalah introvert dan ambivert.

Temuan ini konsisten dengan hasil penelitian oleh I Gede Suprayoga dan Luh Nyoman Alit (2015), di mana dari 118 responden diperoleh distribusi tipe kepribadian sebagai berikut: introvert sebanyak 60 orang (50,8%), ambivert 31 orang (26,3%), dan ekstrovert 27 orang (22,9%).

Tiap tipe kepribadian mencerminkan cara individu merespons berbagai rangsangan yang diterimanya. Variasi persentase antara ketiga tipe kepribadian ini kemungkinan dipengaruhi oleh faktor genetik dan lingkungan. Pola asuh serta karakteristik yang diwariskan oleh orang tua memegang peran penting dalam pembentukan kepribadian seseorang. Namun, kepribadian tersebut tetap dapat berubah seiring waktu, tergantung pada pengaruh dari lingkungan, termasuk faktor sosial dan budaya tempat individu tersebut berkembang.

Dalam kehidupan bermasyarakat, penyandang disabilitas dituntut untuk mampu beradaptasi dengan lingkungan serta menghadapi berbagai tekanan demi memenuhi kebutuhan hidup secara mandiri. Namun, kenyataannya banyak dari mereka yang merasa minder dan enggan berinteraksi dengan orang di sekitarnya. Keadaan ini menyebabkan munculnya sikap tidak peduli atau ketidakaktifan terhadap lingkungan sosial. Kondisi tersebut berkontribusi dalam membentuk kecenderungan kepribadian introvert pada penyandang disabilitas fisik.

Tingkat Kecemasan pada Penyandang Disabilitas Fisik di Kota Surakarta

Hasil analisis data menunjukkan bahwa mayoritas penyandang disabilitas fisik, yaitu sebanyak 42 orang (77,6%), tidak mengalami gejala kecemasan. Sementara itu, 9 responden (16,8%) menunjukkan gejala kecemasan ringan, dan 3 orang (5,6%) mengalami kecemasan tingkat sedang. Temuan ini sejalan dengan penelitian Azis (2016), yang menemukan bahwa dari 40 responden, 19 orang (47,5%) tidak mengalami kecemasan, 12

orang (30,0%) mengalami kecemasan ringan, 6 orang (15,0%) mengalami kecemasan sedang, 3 orang (7,5%) mengalami kecemasan berat, dan tidak ada responden yang mengalami kecemasan sangat berat.

Beberapa faktor yang memengaruhi perbedaan tingkat kecemasan pada penyandang disabilitas fisik meliputi strategi koping, dukungan sosial, dan tipe kepribadian (Wijayanti ET, 2015). Mekanisme koping merupakan upaya yang dilakukan individu untuk mengatasi permasalahan, beradaptasi terhadap perubahan, dan menghadapi situasi yang dirasakan mengancam. Semakin efektif strategi koping yang digunakan, maka tingkat kecemasan akan cenderung lebih rendah. Sebaliknya, jika kemampuan koping buruk, maka kecemasan yang dialami akan meningkat (Azizah LM, 2011).

Dukungan sosial juga berperan penting dalam memperkuat mekanisme koping seseorang. Dukungan emosional seperti perhatian, kasih sayang, dan rasa dihargai dapat membantu menurunkan tingkat kecemasan. Selain itu, tipe kepribadian turut memengaruhi bagaimana individu menyesuaikan diri dengan lingkungannya serta bagaimana ia menilai kemampuan dirinya, yang pada akhirnya berdampak pada tingkat kecemasannya (Deb, 2010).

Kecemasan pada penyandang disabilitas fisik juga dapat dipicu oleh tekanan untuk memenuhi kebutuhan ekonomi, keharusan hidup mandiri, serta perlakuan diskriminatif dari lingkungan sekitar. Hal ini menyebabkan beban psikologis penyandang disabilitas cenderung lebih berat dibandingkan dengan individu non-disabilitas.

Faktor lingkungan, seperti tempat tinggal, juga berpengaruh terhadap tingkat kecemasan. Penelitian oleh Andreas Haryono (2011) menunjukkan bahwa penyandang disabilitas yang tinggal menumpang di rumah saudara memiliki tingkat kecemasan sebesar 48%, mereka yang tinggal di asrama sebesar 41%, sedangkan yang tinggal bersama orang tua hanya sebesar 11%. Temuan ini mengindikasikan bahwa penyandang disabilitas yang tinggal jauh dari orang tua lebih rentan terhadap kecemasan karena harus menyelesaikan berbagai persoalan tanpa dukungan langsung dari keluarga dan dituntut untuk beradaptasi secara mandiri dalam lingkungan sosialnya.

Hubungan Tipe Kepribadian dengan Tingkat Kecemasan pada Penyandang Disabilitas Fisik di Kota Surakarta

Dari hasil analisis data diketahui bahwa individu penyandang disabilitas fisik dengan tipe kepribadian introvert dan ambivert cenderung mengalami kecemasan ringan hingga sedang, sementara mereka yang memiliki kepribadian ekstrovert umumnya tidak menunjukkan gejala kecemasan. Temuan ini sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Jess Feist dan Gregory J. Feist (2008), yang menjelaskan bahwa individu dengan tingkat ekstraversi tinggi cenderung menjadi pribadi yang antusias, menyenangkan, dan memiliki emosi positif, sehingga jarang mengalami kecemasan. Sebaliknya, orang dengan tingkat ekstraversi rendah atau tipe introvert cenderung lebih cemas, kaku, dan mudah dipengaruhi oleh perasaan negatif.

Meskipun demikian, tipe kepribadian bukan satu-satunya faktor yang menentukan tingkat kecemasan. Hasil penelitian menunjukkan adanya individu dengan kepribadian introvert atau ambivert yang tidak mengalami kecemasan, serta ada pula penyandang disabilitas fisik dengan kepribadian ekstrovert yang mengalami kecemasan ringan. Hal ini membuktikan bahwa faktor lain seperti aspek biologis, psikologis, dan sosial turut berperan dalam membentuk tingkat kecemasan. Individu introvert, misalnya, cenderung tertutup dan

menjaga privasinya, serta jarang membagikan perasaannya kepada orang lain, yang membuat gejala kecemasan sulit dikenali. Ini juga menjadi salah satu alasan mengapa pada beberapa kasus, orang dengan kepribadian introvert tampak tidak menunjukkan kecemasan (Enggasari, 2010).

Berdasarkan uji statistik Spearman yang digunakan dalam penelitian ini, diperoleh nilai p -value sebesar 0,006 ($p \leq 0,05$), yang secara statistik menunjukkan adanya hubungan signifikan antara tipe kepribadian dan tingkat kecemasan pada penyandang disabilitas fisik di Kota Surakarta. Hasil ini didukung oleh penelitian Ana dan Fanani (2012), yang mengamati perbedaan tingkat kecemasan remaja berdasarkan tipe kepribadian. Penelitian tersebut menemukan bahwa mayoritas remaja introvert mengalami kecemasan sedang, sedangkan remaja ekstrovert umumnya mengalami kecemasan ringan, dengan p -value 0,001 ($p \leq 0,05$), yang berarti terdapat perbedaan signifikan secara statistik.

Temuan serupa juga diungkapkan oleh Wijano Sutanto (2006) dalam penelitiannya mengenai tingkat stres pada kepribadian introvert dan ekstrovert, di mana individu introvert lebih cenderung mengalami stres dibandingkan dengan individu ekstrovert.

Setiap tipe kepribadian memengaruhi bagaimana seseorang merespons berbagai rangsangan yang diterimanya. Kepribadian merupakan sistem kompleks yang terdiri dari sikap, nilai, motivasi, emosi, dan respons lainnya yang saling berkaitan dan menentukan perilaku, pola pikir, serta cara individu beradaptasi dengan lingkungannya. Pembentukan kepribadian ini sangat dipengaruhi oleh pengalaman dan pengamatan individu sepanjang hidupnya (Alwisol, 2009).

Atkinson (2010) turut memperkuat pandangan ini dengan menyatakan bahwa kepribadian membentuk perilaku yang cenderung konsisten dan berulang, dan merupakan hasil interaksi antara faktor internal dalam diri individu dan kondisi lingkungan sosial maupun fisik di sekitarnya.

Orang dengan tipe introvert cenderung berpikir kritis terhadap diri sendiri dan sering menyalahkan diri atas kesalahan atau teguran yang diterima. Sikap ini dapat menimbulkan beban emosional yang memicu kecemasan. Di sisi lain, ambivert, yang merupakan gabungan sifat introvert dan ekstrovert, lebih fleksibel dalam menyesuaikan diri dengan berbagai situasi sosial dan memiliki kestabilan emosi yang lebih baik, sehingga biasanya hanya mengalami kecemasan ringan. Sementara itu, individu dengan kepribadian ekstrovert lebih terbuka dan dipengaruhi oleh lingkungan luar, sehingga jarang mengalami kecemasan dalam kehidupannya (Kim L, 2014).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tipe kepribadian dan tingkat kecemasan pada individu penyandang disabilitas fisik di Kota Surakarta. Responden dengan kepribadian introvert dan ambivert menunjukkan kecenderungan mengalami kecemasan lebih tinggi dibandingkan mereka yang memiliki tipe kepribadian ekstrovert. Temuan ini mendukung teori yang menyatakan bahwa individu dengan kepribadian introvert cenderung lebih rentan terhadap kecemasan karena kebiasaannya menarik diri dan kesulitan dalam menghadapi tekanan sosial. Hasil ini menegaskan pentingnya mempertimbangkan aspek kepribadian dalam upaya penanganan kecemasan, terutama pada kelompok disabilitas fisik yang sering kali menghadapi tantangan psikososial yang kompleks.

Untuk penelitian selanjutnya, disarankan agar cakupan sampel diperluas, dengan melibatkan responden dari berbagai daerah dan latar belakang sosial-ekonomi yang lebih beragam guna meningkatkan validitas eksternal hasil penelitian. Selain itu, pendekatan kualitatif juga dapat diterapkan untuk memperoleh pemahaman yang lebih mendalam mengenai pengalaman subjektif penyandang disabilitas dalam menghadapi kecemasan dan bagaimana tipe kepribadian memengaruhi hal tersebut. Penggunaan metode tambahan seperti wawancara mendalam atau observasi partisipatif dapat memperkaya data yang diperoleh.

Terakhir, penting untuk mengeksplorasi bentuk intervensi psikologis yang sesuai dengan hasil temuan, seperti penerapan terapi kognitif-perilaku yang disesuaikan dengan karakteristik kepribadian masing-masing individu, agar penanganan kecemasan menjadi lebih optimal. Dengan langkah-langkah tersebut, diharapkan penelitian lanjutan dapat memberikan kontribusi yang lebih berarti dalam pengembangan layanan kesehatan mental bagi penyandang disabilitas fisik.

DAFTAR PUSTAKA

- Adiana, D. H. (2015). Hubungan Antara Self-Esteem Dan Dukungan Sosial Dengan Kecemasan Kesempatan Kerja Pada Penyandang Disabilitas Fisik. In *Fakultas Psikologi Universitas Sanata Dharma Yogyakarta*.
- Afrida, A. (2018). Hakikat Manusia dalam Perspektif Al-Qur'an. *Al-Qisthu: Jurnal Kajian Ilmu-Ilmu Hukum*, 16(2). <https://doi.org/10.32694/010510>
- Alim, A. sa'diyah. (2020). Hakikat Manusia, Alam Semesta, dan Masyarakat dalam Konteks Pendidikan Islam. *JURNAL PENELITIAN KEISLAMAN*, 15(2). <https://doi.org/10.20414/jpk.v15i2.1760>
- Arikunto, S. (2016). *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktek* (Edisi revisi VI). Rineka Cipta.
- Atikasari, A. F., & Imanti, V. (2019). MENURUNKAN KECEMASAN MENGHADAPI PRAKTIK BELAJAR KERJA PENYANDANG DISABILITAS FISIK DENGAN BIMBINGAN KELOMPOK. *Al-Balagh: Jurnal Dakwah Dan Komunikasi*, 4(1). <https://doi.org/10.22515/balagh.v4i1.1608>
- Cahyanthi, P. (2021). Model "Aksi" Untuk Mewujudkan Gerakan Sehat Mental Dalam Mengatasi Kecemasan Remaja. *Jurnal Keperawatan*, 13(1).
- Damayanti, E., Nuryamin, N., Hamsah F., & Suryati, S. (2021). HAKIKAT MANUSIA (PERSPEKTIF FILSAFAT PENDIDIKAN ISLAM). *Jurnal Al-Qalam: Jurnal Kajian Islam & Pendidikan*, 13(1). <https://doi.org/10.47435/al-qalam.v13i1.612>
- Insani, M. F., Rusmana, A., & Hakim, Z. (2021). KECEMASAN ORANGTUA TERHADAP MASA DEPAN ANAK PENYANDANG DISABILITAS INTELEKTUAL DI SLB C BINA ASIH CIANJUR. *Jurnal Ilmiah Rehabilitasi Sosial (Rehsos)*, 3(1). <https://doi.org/10.31595/rehsos.v3i1.377>
- Kasana, N. (2018). Hubungan antara komunikasi terapeutik dengan tingkat kecemasan pada pasien pre operasi sectio caesarea di ruang ponok rsud karanganyar. *Skripsi Kesehatan Komunikasi Terapeutik Dengan Tingkat Kecemasan STIKes Kusuma Husada*, 17.
- Mamesah, N. F. A., Opod, H., & David, L. (2018). Gambaran Tingkat Kecemasan pada Warga yang Tinggal di Daerah Rawan Longsor di Kelurahan Ranomuut Kota Manado. *Jurnal E-Biomedik*, 6(2). <https://doi.org/10.35790/ebm.6.2.2018.22108>

- Mardjan, H. (2016). *Pengaruh kecemasan pada kehamilan primipara remaja*. Abrori Institute.
- Mitia Eka Wati, Z., Oktarina, Y., & Rudini, D. (2020). HUBUNGAN TINGKAT KECEMASAN DENGAN KUALITAS TIDUR PADA PASIEN GAGAL JANTUNG KONGESTIF(CHF). *Jurnal Ilmiah Ners Indonesia*, 1(1). <https://doi.org/10.22437/jini.v1i1.9231>
- Nurhuda, S. P., Nasichcah, & Karimah, A. (2023). Hakikat Manusia Sebagai Makhluk Sosial Dalam Pandangan Islam. *Jurnal Ilmu Sosial, Humaniora Dan Seni (JISHS)*, 1(4).
- Nurtanti, S. (2020). Gambaran Tingkat Kecemasan Orangtua di RSUD. Dr. Soediran Mangun Sumarso Wonogiri. *Jurnal Keperawatan GSH*, 9(2), 6–10.
- Purnamasari, U., & C.S, A. (2018). PERAN KEGIATAN REKREATIF DALAM PEMULIHAN KECEMASAN DIRI PARA PENYANDANG DISABILITAS FISIK DI PANTI SOSIAL BINA DAKSA BUDI PERKASA KM 5 PALEMBANG : CASE STUDY DESIGN. *Ghaidan: Jurnal Bimbingan Konseling Islam Dan Kemasyarakatan*, 1(2). <https://doi.org/10.19109/ghaidan.v1i2.2089>
- Putra, S. A., Syukumawena, S., & Jaya, H. (2023). Pemberdayaan Warga Binaan pada Implementasi Edukasi dan Senam Tera dalam Menurunkan Tingkat Kecemasan. *ABDIKEMAS: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 5(2). <https://doi.org/10.36086/j.abdikemas.v5i2.2035>
- Samsuri, S. (2020). Hakikat Fitrah Manusia dalam Islam. *AL-ISHLAH: Jurnal Pendidikan Islam*, 18(1). <https://doi.org/10.35905/alishlah.v18i1.1278>
- Scarvanovi, B. W., & Putri, Y. T. E. (2020). Harapan, Locus of Control Internal dan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja pada Penyandang Disabilitas Fisik. *Jurnal Psikologi Islam Al-Qalb*, 11(2).
- Surya, P., Veny, P., Adiwibawa, Danang, N., Ainin, Qurratu, D., Syuhada, & Irwan. (2022). Hubungan lama tinggal dengan tingkat kecemasan pada lansia di panti sosial tresna werdha Puspakarma Mataram. *Nusantara Hasana Journal*, 2(6).
- Thoyibah, Z., Dwidiyanti, M., Mulianingsih, M., Nurmayani, W., & Wiguna, R. I. (2019). Gambaran dampak kecemasan dan gejala psikologis pada anak korban bencana gempa bumi di Lombok. *Holistic Nursing and Health Science*, 2(1), 31–38.
- Thoyibah, Z., Purqoti, D. N. S., & Oktaviana, E. (2020). Gambaran Tingkat Kecemasan Korban Gempa Lombok. *Jurnal Persatuan Perawat Nasional Indonesia (JPPNI)*, 4(3), 174–181.



© 2025 by the authors. Submitted for possible open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY SA) license (<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>)