

**HUBUNGAN ANTARA KONTROL DIRI DAN
INTENSITAS *MINU MOKE* DENGAN
AGRESIVITAS REMAJA**

SKRIPSI

**Diajukan Kepada Fakultas Psikologi
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
Untuk Memenuhi Sebagian Dari Syarat-Syarat
Guna Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi**



Oleh :

**AMELIA WALDETRUDIS LU'U
NBI : 1511800040**

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA**

2022

**PERBEDAAN ANTARA TIPE KEPRIBADIAN
INTROVERT DAN EKSTROVERT DENGAN TINGKAT
STRES PADA MAHASISWA**

SKRIPSI

**Diajukan Kepada Fakultas Psikologi
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
Untuk Memenuhi Sebagian Dari Syarat- Syarat
Guna Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi**



Disusun Oleh :

Novayla Fatmayanti

NBI: 1511800050

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945
SURABAYA
2022**

**PERBEDAAN ANTARA TIPE KEPRIBADIAN
INTROVERT DAN EKSTROVERT DENGAN TINGKAT
STRES PADA MAHASISWA**

SKRIPSI

**Diajukan Kepada Fakultas Psikologi
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
Untuk Memenuhi Sebagian Dari Syarat- Syarat
Guna Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi**



Disusun Oleh :

Novayla Fatmayanti

NBI: 1511800050

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945
SURABAYA**

2022

TANDA PERSETUJUAN SKRIPSI

NAMA : Novayla Fatmayanti
NPM : 1511800050
JUDUL : Perbedaan Antara Tipe Kepribadian Introvert Dan Ekstrovert Dengan Tingkat Stres Pada Mahasiswa Di Surabaya

Surabaya, 24 November 2022

Disetujui Oleh :

Dosen Pembimbing I

Dosen Pembimbing II



**Dra. Dwi Sarwindah Sukiatni,
Ms.,Psikolog**

**Rahma Kusumandari,
M.Psi., Psikolog**

HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI

**Diberitahukan di Depan Sidang Dewan Penguji Fakultas Psikologi,
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, Dan Diterima Untuk Memenuhi Syarat
– Syarat Guna Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi**

Pada Tanggal : 02 Desember 2022

Dewan Penguji

1. **Drs. Sahat Saragih, ,M.Si**
2. **Dra. Dwi Sarwindah Sukiatni, Ms.,Psikolog**
3. **Rahma Kusumandari, M.Psi., Psikolog**



Mengesahkan,

**DEKAN FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA**

Dekan,



Dr.Rr. Amanda Pasca Rini, M.Si,Psikolog

NIDN : 20510.02.0552

HALAMAN PERNYATAAN TIDAK MELAKUKAN PENJIPLAKAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Novayla Fatmayanti

NPM : 1511800050

Program Studi : Psikologi

Judul Skripsi : Perbedaan Antara Tipe Kepribadian Introvert dan Ekstrovert
Dengan Tingkat Stres Pada Mahasiswa

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi dengan judul “Perbedaan Antara Tipe Kepribadian Introvert dan Ekstrovert Dengan Tingkat Stres Pada Mahasiswa” ini seluruh isinya adalah benar-benar karya saya sendiri, dan saya tidak melakukan plagiat atau pengutipan dengan cara yang tidak sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku. Atas pernyataan ini, saya siap menanggung sanksi yang dijatuhkan kepada saya, apabila dikemudian hari adanya pelanggaran dan pengaduan dari pihak lain terhadap keaslian karya ini.

Surabaya, 4 Desember 2022


CEPILIH RIBU RUPIAH
20
METERAI
TEMPEL
IB1AKX174588745
(Novayla Fatmayanti)



UNIVERSITAS
17 AGUSTUS 1945
SURABAYA

BADAN PERPUSTAKAAN
JL. SEMOLOWARU 45 SURABAYA
TELP. 031 593 1800 (Ext. 311)
email : perpus@untag-sby.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai Civitas Akademik Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Novayla Fatmayanti
Npm : 1511800050
Program Studi : Psikologi
Fakultas : Psikologi
Jenis Karya : Skripsi

Demi perkembangan ilmu pengetahuan, saya menyetujui untuk memberikan kepada Badan Perpustakaan Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya **Hak Bebas Royalti Noneksklusif (Nonexecutive Royalty-Free Right)** atas karya saya yang berjudul :

Perbedaan Antara Tipe Kepribadian Introvert Dan Ekstrovert Dengan Tingkat Stres Pada Mahasiswa Di Surabaya

Badan Perpustakaan Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya berhak menyimpan, mengalihkan media atau memformatkan, mengolah dalam bentuk pengkalan data (*database*), merawat, mempublikasikan karya ilmiah saya selama tetap tercantum.

Dibuat di ; Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
Pada Tanggal : 26 September 2022

Yang Menyatakan,


58AAKX174588744

(Novayla Fatmayanti)

MOTTO

“Kehidupan yang baik adalah sebuah proses, bukan sesuatu keadaan yang ada dengan sendirinya. Kehidupan itu sendiri adalah arah bukan tujuan”. (Carl Rogers)

“Siapa yang melihat keluar, ia bermimpi,
siapa yang melihat ke dalam,
maka ia terbangun” (Carl Gustav Jung)

“Usaha dan keberanian tidak cukup
tanpa tujuan dan arah perencanaan.” (John F. Kennedy)

HALAMAN PERSEMBAHAN

Kupersembahkan karya ini

Untuk diri saya sendiri yang mencoba berani menghadapi resiko apapun demi kebaikan di masa depan.

Untuk Kedua Orang Tua Saya yang tak henti hentinya selalu mendoakan dan mensupport di garis terdepan.

Untuk Adik laki laki saya yang selalu mendukung dan membantu saya

Untuk Sahabat sahabat saya yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang telah mendukung saya

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

A. BIODATA MAHASISWA

Nama : Novayla Fatmayanti
Npm : 1511800050
Fakultas : Psikologi
Program Studi : Psikologi
Tempat, tanggal lahir : Jombang, 28 Januari 2000
Agama : Islam
Anak- ke : 1
Alamat Rumah : Perum. Taman Surya Agung F1 no 6
Email : nova.ny78@gmail.com

B. RIWAYAT PENDIDIKAN

SD : Sdn Kedungturi
SMP : Smp Muhammadiyah 2 Taman
SMA : Sma Muhammadiyah 1 Taman
Perguruan Tinggi : Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

Surabaya, 25 November 2022



Novayla Fatmayanti

KATA PENGANTAR

Puji Syukur senantiasa terpanjatkan kehadiran Allah Swt atas berkat dan rahmat Nya, sehingga penuulis dapat menyelesaikan Proposal Tugas Akhir dengan judul "PERBEDAAN ANTARA TIPE KEPERIBADIAN INTROVERT DAN EKSTROVERT DENGAN TINGKAT STRES PADA MAHASISWA". Proposal tugas akhir ini disusun untuk memnuhi salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.

Proposal Tugas Akhir ini telah penulis susun dengan maksimal dan sebaik-baiknya. Dalam Penyusunan Laporan tentunya tidak terlepas dari dorongan dan bantuan dari berbagai pihak, data data yang diperoleh dan disamping jurnal literatur serta pengetahuan yang telah didapat selama perkuliahan. Maka dari itu atas selesainya Proposal Tugas Akhir ini, penulis ingin mengucapkan banyak terimakasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Prof.Dr.Mulyanto Nugroho, M.M.,CMA.,CPA selaku Rektor Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
2. Dr.Rr. Amanda Pasca Rini, M.Si.,Psikolog Selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
3. Amherstia Pasca Rina, M.Psi.,Psikolog selaku kaprodi Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
4. Eben Ezer Nainggolan, S.Psi.,M.Si.,M.Kn.Psikolog Selaku dosen wali yang telah banyak membantu memberikan arahan dan masukan selama peneliti menempuh perkuliahan.
5. Dra.Dwi Sarwindah Sukiatni, MS., Psikolog selaku dosen pembimbing pertama dalam skripsi ini, yang telah banyak meluangkan waktu, pikiran dan pendapat dalam membimbing peneliti sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.
6. Rahma Kusumandari, M.Psi.,Psikolog selaku dosen pembimbing kedua dalam skripsi ini, yang telah banyak meluangkan waktu, pikiran dan pendapat dalam membimbing peneliti sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.
7. Teristimewa untuk kedua orang tua tercinta yang selalu memberikan semangat, doa, arahan, support, motivasi,wejangan, sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
8. Terimakasih untuk keluarga besar yang selalu memberikan semangat dan dukungan nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan tugas akhir ini.

9. Teman – teman seperjuangan di universitas 17 Agustus 1945 angkatan 2018
10. Subjek penelitian yaitu mahasiswa- mahasiswa baik di universitas negeri maupun swasta di Surabaya.
11. Terimakasih untuk kakak kakak tingkat saya yang telah membantu membarikan masukan dan arahan selama saya mengerjakan skripsi ini.
Akhir kata penulis menyadari bahwa Proposal Tugas Akhir ini masih banyak kekurangan, maka dari itu penulis mengaharapkan saran yang dapat membangun untuk kebaikan dimasa mendatang. Harapan penulis semoga Proposal Tugas Akhir ini dapat bermanfaat bagi pembaca.

Surabaya, 26 September 2022



Novayla Fatmayanti

ABSTRAK

Tujuan yang ingin dicapai oleh peneliti dalam penelitian ini yaitu untuk mengetahui perbedaan antara tipe kepribadian introvert dan ekstrovert dengan tingkat stres pada mahasiswa di Surabaya. Penelitian ini menggunakan pendekatan penelitian kuantitatif, populasi sampel adalah 217 mahasiswa dari berbagai fakultas di berbagai universitas di Surabaya. Metode pengumpulan data yang digunakan oleh peneliti adalah menggunakan metode sampling aksidental (*accidental sampling*). Item dalam skala tersebut dikelompokkan dalam pernyataan *favourable* dan *unfavorable* dengan menggunakan 4 alternatif jawaban dari skala likert. Penelitian ini menggunakan pendekatan penelitian kuantitatif. Berdasarkan hasil analisis data hipotesis yang berbunyi “ada perbedaan tipe kepribadian introvert dan ekstrovert dengan tingkat stres pada mahasiswa dinyatakan diterima. Diterimanya hipotesis ini karena terbukti terdapat perbedaan yang sangat signifikan antara perbedaan tipe kepribadian introvert dan ekstrovert dengan tingkat stres pada mahasiswa. Hasil uji chi-square menunjukkan bahwa tipe kepribadian introvert dan ekstrovert dengan tingkat stres memperoleh 0,000 yang artinya terdapat perbedaan yang sangat signifikan.

Kata kunci : Stres, Tipe Kepribadian Introvert dan Ekstrovert, Mahasiswa di Surabaya

ABSTRACT

The goal to be achieved by researchers in this research is to find out the difference between introverted and extroverted personality types and stress levels in students in Surabaya. This study uses a quantitative research approach, the sample population is 217 students from various faculties at various universities in Surabaya. The data collection method used by researchers is using the accidental sampling method. Items on the scale are grouped into favourable and unfavourable statements using four alternative answers from the likert scale. This study uses a quantitative research approach. Based on the results of the hypothesis data analysis which reads that there are differences in introvert and ekstrovert personality types with stress levels in students declared accepted. This hypothesis was accepted because it was proven that there was a significant difference between introverted and extroverted personality types and stress levels in students. This results of the chi-square test with stress levels obtain 0,000 which means there is a very significant difference.

Keywords : Stress, Introvert and Ekstrovert Personality Types, Students in Surabaya

DAFTAR ISI

SKRIPSI.....	i
TANDA PERSETUJUAN SKRIPSI	iii
HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI	iv
HALAMAN PERNYATAAN TIDAK MELAKUKAN PENJIPLAKAN	v
LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	vi
MOTTO	vii
HALAMAN PERSEMBAHAN	viii
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	ix
KATA PENGANTAR.....	x
ABSTRAK.....	xii
ABSTRACT	xiii
DAFTAR ISI	xiv
DAFTAR TABEL	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Permasalahan	1
1. Latar Belakang Masalah.....	1
2. Rumusan Masalah.....	7
B. Tujuan dan Manfaat	7
1. Tujuan Penelitian	7
2. Manfaat Penelitian	8
C. Keaslian Penelitian.....	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	11
A. STRES.....	11
1. Definisi Stres	11
2. Aspek – Aspek Stres	12
3. Faktor – Faktor Stres.....	13
4. Dampak Stres	14
B. TIPE KEPRIBADIAN	15
1. Definisi Tipe Kepribadian.....	15
2. Reaksi Tipe Kepribadian	16
3. Dasar Tipe Kepribadian	16
4. Aspek-aspek Tipe Kepribadian Introvert-Ekstrovert.....	17
5. Ciri-ciri Tipe Kepribadian	18

6	Dampak Tipe Kepribadian	19
C.	Kerangka Berpikir	20
D.	Hipotesis	24
BAB III	METODE PENELITIAN	25
A.	Populasi dan Partisipan	25
1.	Populasi	25
2.	Partisipan	25
B.	Desain Penelitian	26
1.	Jenis Penelitian	26
2.	Variabel Penelitian	26
C.	Instrumen Penelitian	26
1.	Skala Tingkat Stres	27
a.	Definisi Operasional	27
b.	Pengembangan Alat Ukur	27
c.	Hasil Uji Validitas dan Realibilitas Alat Ukur Skala Tingkat Stres	28
2.	Skala Tipe Kepribadian Introvert dan Ekstrovert	30
a.	Definisi Operasional	30
b.	Pengembangan Alat Ukur	30
c.	Hasil Uji Validitas dan Realibilitas Alat Ukur Skala Tipe Kepribadian Introvert dan Ekstrovert	31
D.	Uji Prasyarat dan Analisa Data	32
1.	Uji Prasyarat	32
a.	Uji Normalitas	32
b.	Uji Homogenitas	33
2.	Analisa Data	33
BAB IV	HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	35
A.	Hasil Penelitian	35
B.	Pembahasan	37
BAB V	KESIMPULAN DAN SARAN	41
A.	Kesimpulan	41
B.	Saran	41
1.	Bagi peneliti	42
2.	Bagi Mahasiswa	42
DAFTAR PUSTAKA		
LAMPIRAN		

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Skoring Skala	27
Tabel 2	Sebaran aitem skala tingkat stres sebelum diuji coba	28
Tabel 3	Hasil Uji Validitas Skala Tingkat Stres	29
Tabel 4	Hasil Uji Reliabilitas Skala Tingkat Stres.....	30
Tabel 5	Sebaran Aitem Skala Tipe Kepribadian Introvert dan Ekstrovert	31
Tabel 6	Hasil Uji Normalitas Tingkat Stres dan Tipe Kepribadian Introvert dan Ekstrovert.....	33
Tabel 7	Hasil Uji Homogen Tingkat stres dan Tipe Kepribadian Introvert dan Ekstrovert.....	33
Tabel 8	Hasil Perhitungan Uji Chi- Square Test.....	35
Tabel 9	Tingkat Stres Pada Tipe Kepribadian Introvert dan Ekstrovert.....	36
Tabel 10	Kategori Subjek Tipe Kepribadian Introvert dan Ekstrovert yang Mengalami Tingkat stress	36

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1.	Skala Stres	49
Lampiran 2.	Skala Tipe Kepribadian Ekstrovert	61
Lampiran 3.	Skala Tipe Kepribadian Introvert	63
Lampiran 4.	Tabulasi Skala Stres Sebelum Uji Coba	68
Lampiran 5.	Tabulasi Skala Stres Setelah Uji Coba	70
Lampiran 6.	Tabulasi Skala Tipe Kepribadian Introvert dan Ekstrovert	76
Lampiran 7.	Hasil Analisis Validitas dan Reliabilitas Aitem Tingkat Stres	82
Lampiran 8.	Hasil Uji Normalitas dan Hasil Uji Homogenitas	85
Lampiran 9.	Hasil Uji Chisquare	87
Lampiran 10.	Tipe Kepribadian Introvert dan Ekstrovert yang Mengalami Tingkat Stres Berdasarkan Kategori	89