

KECEMASAN PADA ANGGOTA DIREKTORAT PEMBINAAN MASYARAKAT (DITBINMAS) POLDA JAWA TENGAH DITINJAU DARI TRAIT KEPERIBADIAN THE BIG FIVE MODELS

Brigitan Argasiam¹, Irfan Amirullah Hidayat²
Fakultas Psikologi Universitas AKI
brigitan.argasiam@unaki.ac.id, 521180081@student.unaki.ac.id

Abstract

This study aims to determine whether there is a correlation between the big five personality traits and anxiety. The sample criteria used were 64 members of DITBINMAS POLDA CENTRAL JAVA. The sampling technique used is incidental sampling. The analysis used is Spearman correlation. The instrument used on the anxiety variable is STAI (State Trait Anxiety Inventory) and on the personality variable using IPIP-BFM-25. The results of this study indicate that first; there is a very significant relationship between overall personality trait and anxiety as indicated by a significance value = 0.000 ($p < 1\%$), second; there is a negative and significant relationship between the emotional stability personality trait and anxiety”, which is shown from the results of $r_s = - 0.289$ ($p < 5\%$), third; there is a negative and very significant relationship between the extraversion personality trait and anxiety, as indicated by the results of $r_s = - 0.551$ ($p < 1\%$), fourth; There is a negative and very significant relationship between the intellect personality trait and anxiety, which is indicated by the value of $r_s = - 0.486$ ($p < 1\%$), fifth; There is a negative and significant relationship between the agreeableness personality trait and anxiety, which is indicated by the value of $r_s = - 0.281$ ($p < 1\%$), sixth; There is no relationship between the conscientiousness personality trait and anxiety as indicated by the value of $r_s = - 0.241$ ($p > 5\%$).

Keywords: Anxiety and personality traits of the big five.

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya korelasi antara trait kepribadian the big five dengan kecemasan. Adapun kriteria sampel yang digunakan adalah anggota DITBINMAS POLDA JATENG yang berjumlah 64 orang. Teknik sampling yang digunakan adalah *incidental sampling*. Analisa yang digunakan adalah korelasi Spearman. Instrumen yang digunakan pada variabel kecemasan adalah STAI (*State Trait Anxiety Inventory*) dan pada variabel kepribadian menggunakan IPIP-BFM-25. Adapun hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pertama; terdapat hubungan yang sangat signifikan antara *trait* kepribadian keseluruhan dengan kecemasan yang ditunjukkan dengan nilai signifikansi = 0,000 ($p < 1\%$), kedua; terdapat hubungan negatif dan signifikan antara *trait* kepribadian *emotional stability* terhadap kecemasan”, yang ditunjukkan dari hasil $r_s = - 0,289$ ($p < 5\%$), ketiga; terdapat hubungan negatif dan sangat signifikan antara *trait* kepribadian *extraversion* terhadap kecemasan, yang ditunjukkan dari hasil $r_s = - 0,551$ ($p < 1\%$), keempat; Terdapat hubungan negatif dan sangat signifikan antara *trait* kepribadian *intellect* terhadap kecemasan yang ditunjukkan dari nilai $r_s = - 0,486$ ($p < 1\%$), kelima; Terdapat hubungan negatif dan signifikan antara *trait* kepribadian *agreeableness* terhadap kecemasan yang ditunjukkan dari nilai $r_s = - 0,281$ ($p < 1\%$), keenam; Tidak terdapat hubungan antara *trait* kepribadian *conscientiousness* terhadap kecemasan yang ditunjukkan dari nilai $r_s = - 0,241$ ($p > 5\%$).

Kata kunci : Kecemasan dan Trait kepribadian *the big five*

PENDAHULUAN

Dunia terguncang, setelah ditemukannya virus baru yang diberi nama Covid-19 dibelahan negeri tirai bambu China tepatnya di Kota Wuhan. Virus ini terdeteksi di akhir Desember 2019 setelah korban berjatuhan di Kota Wuhan, lalu secara cepat virus menyebar dan meneror Amerika Serikat, Italia, Inggris, Spanyol, Jerman, Belanda, Ekwador, Turki, Iran, Singapore, Philipina, Malaysia hingga ke Indonesia dan akhirnya membuat kepanikan diseluruh benua. Korban pun berjatuhan, yang diperkirakan lebih ribuan jiwa dilaporkan telah meninggal dunia akibat virus baru tersebut. Para ahli maupun WHO memberi nama virus baru ini dengan sebutan Covid-19 yang merupakan akronim dari corona virus disease 2019. Kondisi yang datang tiba – tiba ini membuat masyarakat tidak siap menghadapinya baik secara fisik ataupun psikis (Sabir & M. phil, 2016). Diantara kondisi psikologis yang dialami oleh masyarakat adalah rasa *anxiety* apabila tertular (Fitria, 2020).

Pada dasarnya semua gangguan kesehatan mental diawali oleh perasaan cemas (*anxiety*). Dampak dari kecemasan yang berlebihan akan mengakibatkan depresi, perasaan bersalah dan menutup diri (Hawari Dadang, 2011). Jika kecemasan tidak kita intervensi, individu akan mengalami depresi sehingga kecemasan perlu dikendalikan dan dicegah karena dengan membatasi kecemasan dapat menurunkan ketegangan otot dan meningkatkan toleransi nyeri pasien.

Dampak lain yang membahayakan akibat kecemasan ialah rasa khawatir yang berlebihan tentang masalah yang nyata atau potensial, hal ini dapat menghabiskan tenaga, menimbulkan rasa takut dan menghambat individu melakukan fungsinya dengan adekuat dalam situasi interpersonal, situasi kerja dan situasi sosial. Individu selalu merasa khawatir tentang sesuatu atau semua hal tanpa alasan yang nyata, merasa gelisah, lelah dan tegang (Viedebeck, 2008). Salah satu penyebab biologis yang dapat menimbulkan kecemasan yaitu gangguan fisik. Kecemasan dapat mempengaruhi sistem saraf misalnya tidak dapat tidur, jantung berdebar, gemetar, perut mual dan sebagainya (Yusuf, A.H & ,R & Nihayati, 2015). Kecemasan juga memiliki efek immunosupresif, karena kecemasan merangsang saraf simpatis menyebabkan pelepasan glukokortikoid seperti kortisol, kortisol mengurangi jumlah sel darah putih. Kortisol juga dapat memicu apoptosis (kematian sel) dari sel-sel darah putih (Taylor, 1953).

Kecemasan adalah kekhawatiran yang tidak jelas dan menyebar, yang berkaitan

dengan perasaan tidak pasti dan tidak berdaya (Stuart, 2013). Kecemasan adalah reaksi emosional yang tidak menyenangkan terhadap bahaya nyata atau imajiner yang disertai dengan perubahan pada sistem saraf otonom dan pengalaman subjektif sebagai “tekanan”, “ketakutan”, dan “kegelisahan” (Spielberger, 1983). Kecemasan dibedakan menjadi dua yaitu *state anxiety* dan *trait anxiety*. *State anxiety* adalah gejala kecemasan yang timbul apabila seseorang dihadapkan pada sesuatu yang dianggap mengancam dan bersifat sementara. *Trait Anxiety* adalah kecemasan yang menetap pada diri seseorang yang merupakan pembeda antara satu individu dengan individu lainnya. (Spielberger, 1983)

Adapun yang menjadi permasalahan di DITBINMAS POLDA JATENG sendiri peneliti melihat bahwa ada ketakutan dari anggota di situasi Pandemi Covid-19 ini untuk melakukan tugas mereka dalam bersosialisasi / bertatap muka dengan masyarakat secara langsung dan akibatnya pekerjaan yang dilakukan menjadi kurang maksimal. Ketakutan / kecemasan terhadap situasi yang tidak menentu akibat Pandemi ini berdampak pada perilaku mereka seperti: gelisah, konsentrasi kerja yang menurun, tegang bahkan ada yang menjadi tidak sabaran dalam memutuskan suatu hal. Seseorang bisa menjadi cemas bila dalam kehidupannya terancam oleh sesuatu yang tidak jelas, karena kecemasan dapat timbul pada banyak hal yang berbeda-beda. Kecemasan adalah keadaan takut yang terus menerus namun berbeda dengan ketakutan biasa yang merupakan respon terhadap rangsang menakutkan yang sedang terjadi, sebab ketakutan yang dialami merupakan respon terhadap kesukaran yang belum terjadi (Mahmud, 1990). Kecemasan merupakan manifestasi dari berbagai proses emosi yang menyatu dan terjadi ketika orang sedang mengalami tekanan batin atau frustrasi dan pertentangan batin (Daradjat, 1990). Pendapat ini sejalan dengan pendapat Davidoff(1991), menyatakan bahwa kecemasan sebagai emosi yang ditandai oleh perasaan akan bahaya yang diantisipasi, termasuk juga ketegangan dan stres yang menghadang dan oleh bangkitnya sistem sarafsimpatik.

Berdasarkan fenomena yang ada di lapangan tersebut, peneliti mengasumsikan bahwa kecemasan yang dimiliki oleh anggota DITBINMAS POLDA JATENG kemungkinan disebabkan karena faktor *trait* kepribadian yang mereka miliki. *Trait* kepribadian diartikan sebagai pola yang berkontribusi terhadap perbedaan individu dalam bertingkah laku, konsistensi tingkah laku antar waktu, serta stabilitas tingkah laku antar situasi (Feist et al., 2018). Sebagian besar studi-studi terkini tentang *trait*

kepribadian menggunakan *FiveFactor Model*. Hal itu dikarenakan *Five-Factor Model* dinilai dapat menggambarkan kepribadian secara menyeluruh. Selain itu, faktor-faktor dalam *Five-Factor Model* (*extraversion, agreeableness, conscientiousness, neuroticism, dan openness*) terbukti stabil saat dilakukan replikasi ataupun pengukuran dengan metode yang berbeda, seperti *peer rating* dan observasi (Costa, P.T. & McCrae, R.R., 1994).

Kualitas hidup dan kesehatan seseorang dipengaruhi pula oleh *trait* kepribadian. *Conscientiousness* yang rendah memiliki kaitan yang erat dengan gangguan kesehatan fisik dan mental (Goodwin & Friedman, 2006). *Conscientiousness* adalah sifat kepribadian yang menggambarkan keyakinan akan kemampuan diri, keteraturan, kepatuhan akan tugas, ketekunan, disiplin dan kewaspadaan. Skor tinggi pada *trait* kepribadian ini merujuk pada kumpulan perilaku yang teratur, berhati-hati, tekun dan patuh terhadap tugas yang diberikan (termasuk patuh dalam pengobatan) dan menjunjung norma-norma sosial dalam bertingkah laku. Sebaliknya, individu dengan *conscientiousness* yang rendah digambarkan sebagai seseorang yang tidak teratur, malas, tidak memiliki rencana jangka panjang dalam hidupnya (Hagger-Johnson et al., 2012). Selain *conscientiousness*, *trait neuroticism* yang tinggi juga kerap dikaitkan dengan rendahnya kualitas hidup dan kesehatan seseorang (Lahey, 2009). Individu yang memiliki *trait neuroticism* tinggi seringkali mengkritisi diri sendiri, peka terhadap kritik dari orang lain dan merasa dirinya tidak layak / tidak pantas. Individu dengan *conscientiousness* yang rendah dan *neuroticism* yang tinggi sangat rentan mengalami kegagalan saat menghadapi kesulitan, dan melihat dirinya lemah dan tidak adekuat dibandingkan orang lain atau anggota masyarakat lainnya sehingga mudah mengalami depresi yang berujung pada kondisi kesehatan yang memburuk (Nauts et al., 2014)

Individu dengan *trait* kepribadian *openness* tinggi lebih menyadari pemikiran, impuls, serta emosinya, sehingga mengalami emosi positif dan negatif sama intensnya (Shaheen et al., 2014). Hal ini membuat arah hubungan *trait* kepribadian *openness* dan distress psikologis berbeda-beda antar studi. Studi yang dilakukan oleh Rull dan Sher (Matthews et al., 2003) membuktikan *trait* kepribadian *openness* berhubungan positif dan signifikan terhadap distress psikologis. Sementara itu, Shaheen, Jahan, dan Shaheen (2014) justru membuktikan *trait* kepribadian *openness* berhubungan negatif dan signifikan terhadap distress psikologis. Menurut (Shaheen et al., 2014), individu dengan *trait* kepribadian *agreeableness* tinggi cenderung mendapatkan dukungan sosial yang

tinggi karena memiliki ciri kepribadian yang bersahabat, pemaaf, kooperatif, serta peduli terhadap orang lain. Dari studi yang dilakukan (Shaheen et al., 2014), trait kepribadian agreeableness memiliki hubungan negatif dan signifikan terhadap distress psikologis. Hasil berbeda didapatkan dari studi (Bakker et al., 2006) dimana trait kepribadian *agreeableness* berhubungan negatif dan signifikan dengan distress psikologis hanya bila dimediasi oleh variabel dukungan sosial. Bahkan (Karsten et al., 2012), menemukan tidak ada hubungan langsung yang signifikan antara trait kepribadian *agreeableness* terhadap depresi dan kecemasan yang merupakan simtom distress psikologis.

METODE PENELITIAN

Adapun variabel – variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah kecemasan, sebagai variabel tergantung (Y). Variabel kecemasan diukur dengan menggunakan skala Likert yang didasarkan pada teori (Spielberger, 1983) dengan menggunakan instrumen yang bernama STAI (*State Trait Anxiety Inventory*) for *Adult Form Y* yang terdiri dari dua bagian (Spielberger, 1983). Bagian I yaitu bagian *state anxiety* (Form Y-1) yang berisi 20 pernyataan yang menunjukkan bagaimana perasaan atau intensitas kecemasan saat ini dan bagian II yaitu bagian *trait anxiety* (Form Y-2) yang juga berisi 20 pernyataan yang menunjukkan bagaimana perasaan yang responden rasakan ‘biasanya’ atau pada ‘umumnya’. Sedangkan untuk variabel bebas adalah *Trait* kepribadian *The Big Five Models* (X). *Trait* kepribadian *The Big Five Models* akan diukur menggunakan alat ukur bernama IPIP-BFM-25 yang didasarkan dari teori (Costa, P.T. & McCrae, R.R., 1994) lalu dikembangkan oleh (Akhtar & Azwar, 2018), IPIP-BFM-25 terdiri atas 25 item yang berupa frase pendek dengan skala 1-5 yang mengukur lima dimensi kepribadian *big five*, yaitu *emotional stability*, *extraversion*, *intellect*, *agreeableness*, dan *conscientiousness*

Populasi dalam penelitian ini adalah anggota DITBINMAS POLDA JATENG yang berjumlah 64 orang. Adapun jumlah sampel yang digunakan dalam penelitian ini yaitu 64 orang. Teknik sampling yang digunakan adalah sampel jenuh yaitu teknik pengambilan sampel bila semua anggota populasi digunakan sebagai sampel (Sugiyono, 2012). Analisis data yang digunakan adalah Koefisien korelasi Spearman merupakan statistik nonparametrik. Statistik ini merupakan suatu ukuran asosiasi atau hubungan yang dapat digunakan pada kondisi satu atau kedua variabel yang diukur adalah skala ordinal namun kondisi normal tidak terpenuhi. Simbol ukuran populasinya adalah ρ dan

ukuran sampelnya r_s . Metode yang digunakan dalam penelitian adalah metode kuantitatif.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Uji daya diskriminasi menunjukkan sejauhmana suatu alat ukur layak atau sah untuk mengukur apa yang ingin diukur. Adapun syarat suatu data dikatakan valid apabila item tersebut memiliki nilai korelasi $\geq 0,30$ (Azwar, 2010). Uji korelasi item total berkisar antara 0,702 – 0,908. Berdasarkan 40 aitem yang ada, kesemuanya sah. Koefisien reliabilitas dengan formulasi *Alpha Cronbach* sebesar 0,988. Karena nilai reliabilitas dari skala kecemasan $> 0,6$, maka reliabilitas pada skala kecemasan termasuk kategori sangat reliabel.

Pada variabel *extraversion* diperoleh nilai uji korelasi item total berkisar antara 0,443 – 0,553. Berdasarkan 5 aitem yang ada, kesemuanya sah. Koefisien reliabilitas dengan formulasi *Alpha Cronbach* sebesar 0,729. Karena nilai reliabilitas dari skala kepribadian *extraversion* $> 0,6$, maka reliabilitas pada skala kepribadian *extraversion* termasuk kategori sangat reliabel. Variabel *agreeableness* diperoleh nilai uji korelasi item total berkisar antara 0,443 – 0,596. Berdasarkan 5 aitem yang ada, kesemuanya sah. Koefisien reliabilitas dengan formulasi *Alpha Cronbach* sebesar 0,742. Karena nilai reliabilitas dari skala kepribadian *agreeableness* $> 0,6$, maka reliabilitas pada skala kepribadian *agreeableness* termasuk kategori sangat reliabel. Variabel *conscientiousness* diperoleh nilai uji korelasi item total berkisar antara 0,429 – 0,630. Berdasarkan 5 aitem yang ada, kesemuanya sah. Koefisien reliabilitas dengan formulasi *Alpha Cronbach* sebesar 0,759. Karena nilai reliabilitas dari skala kepribadian *conscientiousness* $> 0,6$, maka reliabilitas pada skala kepribadian *conscientiousness* termasuk kategori sangat reliabel. Variabel *emotional stability* diperoleh nilai uji korelasi item total berkisar antara 0,578 – 0,775. Berdasarkan 5 aitem yang ada, kesemuanya sah. Koefisien reliabilitas dengan formulasi *Alpha Cronbach* sebesar 0,851. Karena nilai reliabilitas dari skala kepribadian *emotional stability* $> 0,6$, maka reliabilitas pada skala kepribadian *emotional stability* termasuk kategori sangat reliabel. Variabel *intellect* diperoleh nilai uji korelasi item total berkisar antara 0,301 – 0,624. Berdasarkan 5 aitem yang ada, kesemuanya sah. Koefisien reliabilitas dengan formulasi *Alpha Cronbach* sebesar 0,719. Karena nilai reliabilitas dari skala kepribadian *intellect* $> 0,6$, maka reliabilitas pada skala kepribadian *intellect* termasuk kategori sangat reliabel.

Dari uji normalitas variabel yang berdistribusi normal hanyalah variabel kecemasan saja, karena nilai signifikansi yang dimiliki lebih besar dari 5% yaitu 0,188. Sedangkan untuk variabel *emotional stability* didapatkan hasil 0,000, *extraversion* didapatkan hasil 0,006, *intellect* didapatkan hasil 0,007, *agreeableness* didapatkan hasil 0,000, dan *conscientiousness* didapatkan hasil 0,000 dengan demikian kelima variable di dapatkan hasil distribusi yang tidak normal.

Hasil uji linieritas diperoleh hasil variable kecemasan dengan variabel *extraversion* menunjukkan hubungan yang bersifat linear. Hasil uji linier ditunjukkan dengan $F = 23,111$ dan $p = .000$ ($p < 5\%$). Hasil uji linieritas diperoleh hasil variabel kecemasan dengan variabel *agreeableness* menunjukkan hubungan yang bersifat linear. Hasil uji linier ditunjukkan dengan $F = 5,761$ dan $p = .019$ ($p < 5\%$). Hasil uji linieritas diperoleh hasil variabel kecemasan dengan variabel *conscientiousness* menunjukkan hubungan yang bersifat tidak linear. Hasil uji linieritas ditunjukkan dengan $F = 3,818$ dan $p = .055$ ($p < 5\%$). Hasil uji linieritas diperoleh hasil variabel kecemasan dengan variable *emotional stability* menunjukkan hubungan yang bersifat tidak linear. Hasil uji linieritas ditunjukkan dengan $F = 3,827$ dan $p = .055$ ($p < 5\%$). Hasil uji linieritas diperoleh hasil variabel kecemasan dengan variable *intellect* menunjukkan hubungan yang bersifat linear. Hasil uji linieritas ditunjukkan dengan $F = 17,438$ dan $p = .000$ ($p < 5\%$)

Uji hipotesis dalam penelitian yang didasarkan pada analisis statistik diperoleh hasil terdapat hubungan yang sangat signifikan antara *trait* kepribadian keseluruhan dengan kecemasan yang ditunjukkan dengan nilai signifikansi = 0,000 ($p < 1\%$) yang artinya **H₁ diterima**. Terdapat hubungan negatif dan signifikan antara *trait* kepribadian *emotional stability* terhadap kecemasan”, yang ditunjukkan dari hasil $r_s = - 0,289$ ($p < 5\%$) yang artinya, **H₂ diterima**, terdapat hubungan negatif dan sangat signifikan antara *trait* kepribadian *extraversion* terhadap kecemasan, yang ditunjukkan dari hasil $r_s = - 0,551$ ($p < 1\%$), artinya **H₃ diterima**. Terdapat hubungan negatif dan sangat signifikan antara *trait* kepribadian *intellect* terhadap kecemasan yang ditunjukkan dari nilai $r_s = - 0,486$ ($p < 1\%$), artinya **H₄ diterima**. Terdapat hubungan negatif dan signifikan antara *trait* kepribadian *agreeableness* terhadap kecemasan yang ditunjukkan dari nilai $r_s = - 0,281$ ($p < 1\%$) artinya **H₅ diterima**. Tidak terdapat hubungan antara *trait* kepribadian *conscientiousness* terhadap kecemasan yang ditunjukkan dari nilai $r_s = - 0,241$ ($p > 5\%$), **H₆ ditolak**.

Setelah melakukan input dan analisis data, peneliti mengelompokkan responden berdasarkan tingkat kecemasan dan tingkat trait kepribadiannya. Berikut kategorisasi tingkat kecemasan dan trait kepribadian pada penelitian.

Tabel 1
Kategorisasi tingkat kecemasan dan *trait* kepribadian

Variabel	Kategori skor	Rentang skor	Frekuensi	Persentase (%)
Kecemasan	Tinggi	$X \geq 120$	25	39,06
	Sedang	$0 \leq X < 120$	32	50
	Rendah	$X < 40$	7	10,94
<i>Extraversion</i>	Tinggi	$X \geq 15$	47	73,44
	Sedang	$10 \leq X < 15$	15	23,44
	Rendah	$X < 10$	2	3,12
<i>Agreeableness</i>	Tinggi	$X \geq 15$	60	93,75
	Sedang	$10 \leq X < 15$	4	6,25
	Rendah	$X < 10$	0	0
<i>Conscientiousness</i>	Tinggi	$X \geq 15$	60	93,75
	Sedang	$10 \leq X < 15$	4	6,25
	Rendah	$X < 10$	0	0
<i>Emotional stability</i>	Tinggi	$X \geq 15$	57	89,06
	Sedang	$10 \leq X < 15$	6	9,38
	Rendah	$X < 10$	1	1,56
<i>Intellect</i>	Tinggi	$X \geq 15$	52	81,25
	Sedang	$10 \leq X < 15$	12	18,75
	Rendah	$X < 10$	0	0

Berdasarkan tabel di atas dapat disimpulkan bahwa tingkat kecemasan pada Anggota Direktorat Pembinaan Masyarakat (Ditbinmas) Polda Jateng secara umum tergolong sedang (50%) sedangkan trait kepribadian keseluruhan tergolong tinggi.

Pembahasan

Hubungan antara *trait* kepribadian keseluruhan dengan kecemasan. Berdasarkan hasil penelitian ini menunjukkan bahwa *trait* kepribadian mempengaruhi kecemasan individu, hal ini ditunjukkan dengan nilai = 0,000 ($p < 1\%$) yang artinya H_1 diterima. Mudahnya individu merasakan cemas ini, kemungkinan disebabkan salah satunya adalah faktor *trait* kepribadian individu itu sendiri. Hasil penelitian ini didukung oleh (Shaheen et al., 2014) yang menyatakan bahwa *trait* kepribadian individu dapat mempengaruhi psikologis seseorang. (Sulistiyawati, 2015) juga mengemukakan bahwa kecemasan berkorelasi negatif dengan *trait extraversion*,

opennes to experiece dan dukungan organisasi. Adapun tingkat kecemasan secara umum yang dimiliki oleh Anggota Direktorat Pembinaan Masyarakat (Ditbinmas) Polda Jateng tergolong sedang (50%), artinya emosi yang ditandai oleh perasaan akan bahaya sehingga muncul perasaan takut atau perasaan tidak tenang yang dirasakan oleh setiap individu sebagai reaksi terhadap situasi dan kondisi yang mengancam, nyata maupun khayal masih bisa dikendalikan / terkontrol. Sedangkan sisanya, 39,06 % memiliki tingkat kecemasan yang tinggi dan 10,94 % memiliki tingkat kecemasan rendah.

Hubungan antara *trait* kepribadian *emotional stability* terhadap kecemasan. Berdasarkan hasil penelitian ini menunjukkan bahwa *trait* kepribadian *emotional stability* berpengaruh negatif terhadap kecemasan individu, hal ini ditunjukkan dengan nilai $r_s = - 0,289$ ($p < 5\%$) yang artinya H_2 diterima. Hal ini sesuai dengan penelitian (Wulandari & Rehulina, 2013) bahwa selain kepribadian *extraversion* yang mempengaruhi makna hidup individu, *trait* kepribadian neurotis juga mempengaruhi makna hidup individu dimana semakin individu memaknai hidupnya dengan positif maka tingkat neurotisnya semakin menurun sebaliknya *emotional stability* yang dimiliki semakin baik.

Adapun tingkat *emotional stability* pada penelitian ini juga tergolong tinggi (89,06 %) artinya Anggota Direktorat Pembinaan Masyarakat (Ditbinmas) Polda Jateng tidak mudah mengalami stress, masih mampu bersikap tenang, mampu menjalin hubungan baik dengan rekan sekerja dan berkomitmen terhadap tugas-tugasnya, tidak mudah mengalami kecemasan, tidak emosional, merasa puas terhadap pekerjaan saat ini.

Hubungan antara *trait* kepribadian *extroversion* terhadap kecemasan. Berdasarkan hasil penelitian ini menunjukkan bahwa *trait* kepribadian *extraversion* berpengaruh negatif terhadap kecemasan individu, hal ini ditunjukkan dengan nilai $r_s = - 0,551$ ($p < 1\%$), yang artinya H_3 diterima. Hal ini didukung pula oleh hasil penelitian (Wulandari & Rehulina, 2013) bahwa Ketika seseorang memiliki ciri kepribadian ekstraversi yang tinggi, maka makna hidup individu tersebut juga akan tinggi sehingga kecemasan yang dirasakan oleh individu akan semakin menurun. Selain itu (Sulistiyawati, 2015) juga mengemukakan dalam penelitiannya bahwa *trait* *extraversion* berpengaruh negatif terhadap kecemasan. Adapun tingkat *trait* *extraversion* pada penelitian ini juga tergolong tinggi yaitu 73,44 % yang artinya individu memiliki karakter penyanyang, periang, aktif berbicara, mudah bergaul, menyenangkan dan

berinteraksi dengan lebih banyak orang dibanding mereka yang introversi (Feist et al., 2018). Hal ini juga dapat disimpulkan bahwa individu dengan trait kepribadian *extraversion* tinggi cenderung lebih terlindung dari distress psikologis atau rasa cemas (Geshica & Musabiq, 2017).

Selain itu, mereka juga cenderung penuh semangat, antusias, dominan, ramah, dan komunikatif (Fridman, 2011) ditambahkan pula bahwa mereka juga cenderung penuh semangat, antusias, dominan, ramah, dan komunikatif (Fridman, 2011). Individu dengan *trait* kepribadian *extraversion* tinggi memiliki risiko distress psikologis yang lebih rendah (Shaheen et al., 2014) karena lebih positif dalam menilai masalah, melihat masalah dengan lebih rasional, dan cenderung mencari dukungan sosial ketika menghadapi masalah (Bakker et al., 2006). Sedangkan sisanya pada penelitian ini sebanyak 23,44 % memiliki *trait extraversion* yang tergolong sedang dan 3,12 % tergolong rendah.

Hubungan antara *trait* kepribadian *intellect* terhadap kecemasan. Berdasarkan hasil penelitian ini diperoleh hasil terdapat hubungan negatif dan sangat signifikan antara *trait* kepribadian *intellect* terhadap kecemasan yang ditunjukkan dari nilai $r_s = -0,486$ ($p < 1\%$), artinya H_4 diterima. Hal ini didukung pula oleh (Sulistiyawati, 2015) yang menyatakan bahwa kecemasan berhubungan negatif dengan *trait extraversion*, *openness to experience*, dukungan organisasi dan berhubungan positif dengan *neuroticism* dan *conscientiousness*

Adapun tingkat *trait intellect* atau *openness to experience* pada penelitian ini tergolong tinggi (81,25 %) yang artinya *trait openness to experience* dicirikan sebagai kemampuan individu melakukan penyesuaian pada suatu ide atau situasi yang baru, mudah bertoleransi, memiliki kapasitas untuk menyerap informasi, fokus dan mampu untuk waspada pada berbagai perasaan, dan pemikir (McCrae & John, 1992), (Cervone & Pervin, 2019). Selanjutnya *trait Openness* menilai usahanya secara proaktif dan menghargainya terhadap pengalaman demi kepentingannya sendiri ((Cervone & Pervin, 2019). Hal tersebut membuatnya menghargai keberhasilan yang diraihinya, serta mampu menerima kegagalan yang terjadi sebagai pengalaman.

Hubungan antara *trait* kepribadian *agreeableness* terhadap kecemasan. Berdasarkan hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif dan signifikan antara *trait* kepribadian *agreeableness* terhadap kecemasan yang ditunjukkan dari nilai $r_s = -0,281$ ($p < 1\%$) artinya H_5 diterima. Hasil penelitian ini sejalan dengan (Shaheen et al., 2014), yang menyatakan bahwa *trait* kepribadian *agreeableness*

memiliki hubungan negatif dan signifikan terhadap distres psikologis, dimana kecemasan merupakan salah satu bentuk dari distres psikologis.

Adapun tingkat *trait* kepribadian *agreeableness* dalam penelitian tergolong tinggi (93,75 %) yang artinya menurut (Shaheen et al., 2014), individu dengan *trait* kepribadian *agreeableness* tinggi cenderung mendapatkan dukungan sosial yang tinggi karena memiliki ciri kepribadian yang bersahabat, pemaaf, kooperatif, serta peduli terhadap orang lain. Sejalan dengan pendapat yang dikemukakan oleh (McShane & Von Glinow, 2015) bahwa individu yang memiliki ciri ini, dapat mengatasi konflik situasi lebih efektif yang mungkin terjadi pada pekerjaannya sehingga secara otomatis akan mampu mengatasi rasa cemas yang timbul saat kondisi kerja menekannya

Hubungan antara *trait* kepribadian *conscientiousness* terhadap kecemasan. Berdasarkan hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan antara *trait* kepribadian *conscientiousness* terhadap kecemasan yang ditunjukkan dari nilai $r_s = - 0,241$ ($p > 5\%$), H_6 ditolak. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian (Margolang & Kolopaking, 2019) bahwa *trait* kepribadian *conscientiousness* tidak berpengaruh terhadap kecerdasan emosi, ini berarti individu yang memiliki kecemasan atau tidak cerdas dalam mengatur emosi bukan disebabkan karena *trait conscientiousness* melainkan faktor lainnya seperti *agreeableness*, *openness*, *self control*, *seeking social support*, *planful problem solving*, *positive reappraisal*. Hal ini sejalan dengan penelitian (Van der Zee et al., 2002) yang menyatakan bahwa ketelitian, kehandalan, ketekunan, dan arah tujuan individu yang tinggi dalam sifat ini tidak dapat memonitori, menafsirkan, dan mengatasi suatu emosi.

Adapun tingkat *trait conscientiousness* pada penelitian ini tergolong tinggi (93,75%) yang artinya Individu tersebut cenderung terorganisir dalam bekerja, rapi, pekerja keras, dan disiplin, sehingga lebih jarang mengalami permasalahan sehari-hari (*daily hassles*) justru tidak mempengaruhi kecemasannya dalam bekerja dan hal ini berbanding terbalik dengan hasil penelitian (Shaheen et al., 2014), yang justru memicu distres psikologis. Secara umum, mereka yang memiliki skor yang tinggi akan cenderung pekerja keras, cermat, tepat waktu dan tekun (Feist et al., 2018).

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Kesimpulan yang diambil berdasarkan hasil penelitian ini diperoleh beberapa simpulan, diantaranya terdapat hubungan yang signifikan antara *trait* kepribadian

keseluruhan dengan kecemasan, terdapat hubungan negatif antara *trait* kepribadian *emotional stability* terhadap kecemasan, terdapat hubungan negatif antara *trait* kepribadian *extroversion* terhadap kecemasan, terdapat hubungan negatif antara *trait* kepribadian *intellect* terhadap kecemasan, terdapat hubungan negatif antara *trait* kepribadian *agreeableness* terhadap kecemasan, tidak terdapat hubungan antara *trait* kepribadian *conscientiousness* terhadap kecemasan, adapun sumbangan efektif terbesar diberikan oleh *trait* kepribadian *extraversion* terhadap kecemasan sebesar 27,2 % dan yang terkecil adalah *trait* kepribadian *emotional stability* yaitu sebesar 5,8 %.

Saran

Bagi institusi, agar anggotanya terhindar dari kecemasan yang tinggi akibat pekerjaan di masa pandemi saat ini maka institusi khususnya atasan diharapkan dapat menciptakan suasana kerja yang menyenangkan di dalam unit kerjanya masing-masing, terbuka terhadap hal – hal baru dan positif dari para anggotanya, atasan dapat memberikan kritikan yang bersifat “membangun” dari setiap pekerjaan yang dilakukan oleh anggotanya, memberikan kegiatan-kegiatan yang bersifat periodik guna meningkatkan lingkungan kerja yang lebih positif.

Bagi anggota yang memiliki tingkat kecemasan kerja tinggi maka disarankan untuk dapat menurunkan tingkat kecemasannya maka anggota dapat bersosialisasi dengan rekan kerja yang positif, menciptakan hubungan baik dengan atasan, menghindari penundaan penyelesaian tugas, luangkan waktu untuk beristirahat sejenak dari rutinitas pekerjaan.

Bagi peneliti yang tertarik meneliti topik penelitian serupa, maka dapat dikembangkan dengan variabel lainnya seperti : konflik emosional, frustrasi, gangguan fisik, harga diri, dsb.

DAFTAR RUJUKAN

- Akhtar, H., & Azwar, S. (2018). Development and Validation of a Short Scale for Measuring Big Five Personality Traits: the Ipip-Bfm-25 Indonesia. *Journal of Innovation in Psychology, Education and Didactics*, 22(2).
- Azwar, S. (2011). *Reliabilitas Dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Bakker, A. B., Van Der Zee, K. I., Lewig, K. A., & Dollard, M. F. (2006). The relationship between the big five personality factors and burnout: A study among volunteer counselors. *Journal of Social Psychology*, 146(1). <https://doi.org/10.3200/SOCP.146.1.31-50>

- Cervone, D., & Pervin, L. A. (2019). Personality Theory and Research: 14th Edition. In *Journal of Chemical Information and Modeling* (Vol. 53, Issue 9).
- Costa, P.T. & McCrae, R.R. (1994). *Personality disorders and the five-factor model of personality*. Wahington DC, USA: American Psychological Association.
- Daradjat, Z. (1985). *Kesehatan mental*. Jakarta: PT Gunung Agung.
- Davidoff, L. (1991). *Psikologi suatu pengantar. Edisi kedua. Terjemahan : Juniati*. Jakarta: Erlangga.
- Feist, J. F. (2013). *Theories of personality*. New York, USA: McGraw-Hills.
- Feist, J., Feist, G. J., & Tomi-Ann, R. (2018). *Theories Of Personality, 9th Edition. McGraw-Hill Education*.
- Fitria, L. N. (2020). Cognitive Behavior Therapy Counseling Untuk Mengatasi . *Jurnal Pendidikan dan Konseling, 10 (1)*, 1-7.
- Fridman, H. &. (2011). *Personality: Classic Theories and Modern Research, 5th Edition*. California: Pearson.
- Geshica, L., & Musabiq, S. A. (2017). Hubungan antara Trait Kepribadian dan Distres Psikologis pada Mahasiswa: Sebuah Aplikasi dari Five-Factor Model. *Jurnal Psikologi Klinis Indonesia, 1(1)*.
- Goodwin, R. D., & Friedman, H. S. (2006). Health status and the five-factor personality traits in a nationally representative sample. *Journal of Health Psychology, 11(5)*. <https://doi.org/10.1177/1359105306066610>.
- Hagger-Johnson, G., Sabia, S., Nabi, H., Brunner, E., Kivimaki, M., Shipley, M., & Singh-Manoux, A. (2012). Low conscientiousness and risk of all-cause, cardiovascular and cancer mortality over 17 years: Whitehall II cohort study. *Journal of Psychosomatic Research, 73(2)*. <https://doi.org/10.1016/j.jpsychores.2012.05.007>.
- Hawari Dadang. (2011). Manajemen Stres, Cemas dan Depresi: Dadang Hawari - belbuk.com. In *Balai Penerbit FKUI*.
- Karsten, J., Penninx, B. W. J. H., Riese, H., Ormel, J., Nolen, W. A., & Hartman, C. A. (2012). The state effect of depressive and anxiety disorders on big five personality traits. *Journal of Psychiatric Research, 46(5)*. <https://doi.org/10.1016/j.jpsychires.2012.01.024>.
- Lahey, B. B. (2009). Public Health Significance of Neuroticism. *American Psychologist, 64(4)*. <https://doi.org/10.1037/a0015309>.
- Matthews, G., Deary, I. J., & Whiteman, M. C. (2003). Personality traits, second edition. In *Personality Traits, Second Edition*. <https://doi.org/10.1017/CBO9780511812736>.

- McCrae, R. R., & John, O. P. (1992). An Introduction to the Five-Factor Model and Its Applications. *Journal of Personality*, 60(2). <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.1992.tb00970.x>.
- McShane, S. L., & Von Glinow, M. A. (2015). Organizational Behavior – Emerging Realities for the Workplace Revolution. In *McGraw-Hill*.
- Nauts, S., Langner, O., Huijsmans, I., Vonk, R., & Wigboldus, D. H. J. (2014). Forming impressions of personality: A replication and review of Asch's (1946) evidence for a primacy-of-warmth effect in impression formation. In *Social Psychology* (Vol. 45, Issue 3). <https://doi.org/10.1027/1864-9335/a000179>
- Sabir, A., & M. phil. (2016). Gambaran Umum Persepsi Masyarakat Terhadap Bencana. *Jurnal Ilmu Ekonomi Dan Sosial*, 5(3).
- Shaheen, F., Jahan, M., & Shaheen, S. (2014). Role of Personality Factors in Experiencing Psychological Distress among Adolescents. *International Journal of Education and Psychological Resesarch*, 3(1).
- Spielberger, C. (1983). *State trait anxiety inventory STAI*. Palo Alto: Consulting Psychologists Press.
- Stuart, G. W. (2013). Principle and practice of Psychiatric nursing, 10th Edition. In *St. Louis*.
- Sulistiyawati, E. (2015). Kecemasan dalam Menghadapi Assessment Centre. *Desember*, 42(3).
- Taylor, J. A. (1953). A personality scale of manifest anxiety. *Journal of Abnormal and Social Psychology*, 48(2). <https://doi.org/10.1037/h0056264>
- Viedebeck. (2008). *Viedebeck, S L. (2008). Buku ajar keperawatan jiwa. Jakarta: EGC - Penelusuran Google*. EGC.
- Yusuf, A.H, F., & ,R & Nihayati, H. . (2015). Buku Ajar Keperawatan Kesehatan Jiwa. *Buku Ajar Keperawatan Kesehatan Jiwa*. <https://doi.org/ISBN 978-xxx-xxx-xx-x>