



**HUBUNGAN ANTARA *ALEXITHYMIA* DENGAN KECENDERUNGAN DEPRESI
PADA MAHASISWA YANG BERKULIAH DI JAKARTA BARAT**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Syarat Memperoleh
Derajat Sarjana (S1) Pada Program Studi Psikologi

Oleh:

Abdullah Azmi
46119010165

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MERCU BUANA MERUYA
JAKARTA BARAT
2023**

HALAMAN PERNYATAAN KARYA SENDIRI

Saya yang bertanda tangan dibawah ini menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa semua pernyataan dalam penelitian untuk memenuhi Tugas Akhir ini :

Judul : "Hubungan Antara *Alexithymia* dengan Kecenderungan Depresi pada Mahasiswa yang berkuliah di Jakarta Barat"

Nama : Abdullah Azmi

NIM : 46119010165

Program : Program Studi Psikologi

Tanggal : 31 Desember 2022

Merupakan hasil studi pustaka, penelitian lapangan, dan karya saya sendiri dengan bimbingan Dosen Pembimbing yang ditetapkan dengan Surat Keputusan Dekan Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.

Karya ilmiah ini belum pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan pada program sejenis di perguruan tinggi lain. Semua informasi, data, dan hasil pengelolohannya digunakan telah dinyatakan secara jelas sumbernya dan dapat diperiksa kebenarannya.

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

Jakarta, 31 Desember 2022



(Abdullah Azmi)

HALAMAN PENGESAHAN UNTUK PROGRAM SARJANA

HALAMAN PENGESAHAN

Laporan Skripsi ini diajukan oleh:

Nama : Abdullah Azmi
NIM : 46119010165
Program Studi : S1 Psikologi
Judul Laporan Skripsi : Hubungan antara Alexithymia dengan Kecenderungan Depresi pada Mahasiswa yang berkuliah di Jakarta Barat

Telah berhasil dipertahankan pada sidang di hadapan Dewan Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Strata 1 pada Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.

Disahkan oleh:

Pembimbing : Nurul Adiningtyas, M.Psi., Psikolog
NIDN : 0308098203
Ketua Penguji : Melani Aprianti, M.Psi., Psikolog
NIDN : 0322048105
Penguji : Erna Multahada, S.H.I., S.Psi., M.Si
NIDN : 0315038002



Jakarta, 13 Januari 2023

Mengetahui,

Dekan



(Dr. Setiawati Intan Savitri, M.Si)

Ketua Program Studi



(Karisma Riskinanti, M.Psi., Psikolog)

PSI07210435



Please Scan QR Code Verify

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, Puji dan Syukur kita panjatkan kepada Allah Subhanahu Wata'ala. Dzat yang hanya kepada-Nya memohon pertolongan. Alhamdulillah atas segala pertolongan, rahmat, dan kasih sayang-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul "Hubungan antara Alexithymia dengan Kecenderungan Depresi pada Mahasiswa yang berkuliah di Jakarta Barat".

Penulis menyadari banyak pihak yang memberikan dukungan dan bantuan selama menyelesaikan studi dan tugas akhir ini. Oleh karena itu, sudah sepantasnya penulis dengan penuh hormat mengucapkan terimakasih dan mendoakan semoga Allah memberikan balasan terbaik kepada:

1. Ibu Dr. Setiawati Intan Savitri, M.Si, selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.
2. Ibu Yenny selaku Wakil Dekan Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.
3. Ibu Karisma Riskinanti, M.Psi., Psikolog, selaku Kepala Program Studi Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.
4. Bapak Dhani Irmawan, S.Psi., M.Sc. selaku Sekretaris Program Studi Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.
5. Ibu Nurul Adiningtyas, S.Psi., M.Psi., Psikolog, selaku Dosen Pembimbing yang selalu membimbing dengan sabar dan selalu memberikan arahan dan masukan sehingga dapat selesai dengan baik serta selalu memberi dukungan selama proses pengerjaan Tugas Akhir.
6. Ibu Dr. Istiqomah, S.Psi., M.Si selaku Dosen Mata Kuliah Tugas Akhir yang sudah memberikan bantuan dan arahan dalam penulisan tugas akhir ini.
7. Ibu Melani Aprianti, M. Psi. Psikolog. & Ibu Erna Multahada, M.Si. yang telah menjadi penguji dalam sidang skripsi penulis.
8. Kedua Orang Tua penulis tercinta Ayahanda Muslim dan Ibunda Sri Utami, yang kasih sayangnya sangat berlimpah bagi penulis, selalu mendukung baik itu secara moral dan moril, selalu mendo'akan penulis siang maupun malam, dan selalu menjadi tempat keluh kesah penulis dalam segala keadaan yang penulis alami. Semoga karya ini dapat menjadi salah satu kebanggaan Orang Tua Penulis.

9. Para rekan seperjuangan Muhamad Rizky, Nurul Alfi Hasari, Niken Dwi Andini, Ronny Firmansyah, Adyatama Nugraha, Sepverryno Atabik, Allysa dan Ribli Hasan yang telah kebersamaian penulis pada hari-hari yang tak mudah selama proses pengerjaan Tugas Akhir. Terima kasih telah menjadi rumah yang tidak hanya berupa tanah dan bangunan.
10. Kakak-Kakak hebat Penulis Bang Kidut, Ka Aula, Bang Ghibran, Bang Baim, dan Bang Dyas yang banyak mendukung dan membantu penulis memberikan saran dan masukan dikala penulis kesulitan selama proses pengerjaan Tugas Akhir ini.
11. Semua responden yang telah bersedia meluangkan waktunya untuk mengisi kuesioner, sehingga penelitian ini dapat terselesaikan.
12. Serta seluruh pihak yang terlibat yang sudah berbaik hati membantu dalam penyebaran Kuesioner penelitian ini.

Terimakasih penulis juga haturkan untuk semua pihak yang telah membantu peneliti dalam menyelesaikan skripsi ini yang tidak dapat peneliti sebutkan satu persatu.

Akhir kata penulis menyadari bahwa tidak ada yang sempurna, penulis masih melakukan kesalahan dalam penyusunan skripsi. Oleh karena itu, penulis meminta maaf yang sedalam-dalamnya atas kesalahan yang dilakukan penulis.

Peneliti berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca dan dapat dijadikan referensi demi pengembangan ke arah yang lebih baik. Kebenaran datangnya dari Allah dan kesalahan datangnya dari diri penulis. Semoga Allah SWT senantiasa melimpahkan Rahmat dan Ridho-Nya kepada kita semua.

Jakarta, 31 Januari 2023

Abdullah Azmi

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK
KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademik Universitas Mercu Buana, saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Abdullah Azmi

NIM : 46119010165

Program Studi : Psikologi

Judul Skripsi : Hubungan Antara *Alexithymia* dengan Kecenderungan Depresi pada Mahasiswa yang berkuliah di Jakarta Barat

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, dengan ini memberikan izin dan menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Mercu Buana **Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif (*Non-exclusive Royalty-Free Right*)** atas karya ilmiah saya yang berjudul di atas beserta perangkat yang ada (jika diperlukan).

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Universitas Mercu Buana berhak menyimpan, mengalihmedia/format-kan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan Skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

Jakarta, 31 Desember 2022

Yang menyatakan,



(Abdullah Azmi)

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERNYATAAN KARYA SENDIRI	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
KATA PENGANTAR	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS	vi
ABSTRAK	vii
ABSTRACT	viii
DAFTAR ISI	ix
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1. Latar Belakang	1
1.2. Rumusan Masalah	8
1.3. Tujuan Penelitian	8
1.4. Manfaat Penelitian	8
1.4.1. Manfaat Teoritis	8
1.4.2. Manfaat Praktis	8
BAB II KAJIAN TEORITIS	9
2.1. Kecenderungan Depresi	9
2.1.1. Definisi Depresi	9
2.1.2. Faktor Penyebab Depresi	10
2.1.3. Gejala-Gejala Depresi	12
2.2. Alexithymia	13
2.2.1. Definisi <i>Alexithymia</i>	13
2.2.2. Aspek-Aspek <i>Alexithymia</i>	14
2.2.3. Dampak-dampak <i>Alexithymia</i>	15
2.3. Penelitian Terdahulu	17
2.3. Kerangka Berpikir	19
2.4. Hipotesis Penelitian	21

BAB III	METODOLOGI PENELITIAN	22
3.1.	Jenis Penelitian.....	22
3.2.	Subjek Penelitian.....	22
3.2.1.	Populasi & Sampel.....	22
3.2.2.	Metode Pengumpulan Data.....	23
3.3.	Definisi Operasional.....	23
3.3.1.	<i>Alexithymia</i>	23
3.3.2.	Kecenderungan Depresi.....	23
3.4.	Instrumen Penelitian.....	24
3.4.1.	Skala <i>Alexithymia</i>	24
3.4.2.	Kecenderungan Depresi (PHQ-9).....	25
3.5.	Uji Validitas	27
3.6.	Uji Reliabilitas.....	27
3.7.	Teknik Analisis Data.....	28
BAB IV	HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	30
4.1.	Gambaran Umum Subjek.....	30
4.1.1.	Gambaran Umum Subjek Berdasarkan Usia	30
4.1.2.	Gambaran Umum Subjek Berdasarkan Semester	30
4.1.3.	Gambaran Umum Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin.....	31
4.1.4.	Gambaran Umum Subjek Berdasarkan Universitas	31
4.1.5.	Gambaran Umum Subjek Berdasarkan Fakultas.....	32
4.2.	Analisis Statistik Deskriptif.....	33
4.2.1.	Deskripsi <i>Alexithymia</i>	33
4.2.2.	Deskripsi Kecenderungan Depresi.....	34
4.3.	Uji Validitas	36
4.3.1.	Validitas <i>Alexithymia</i> (TAS-20)	36
4.3.2.	Validitas Kecenderungan Depresi (PHQ-9)	36
4.4.	Uji Reliabilitas.....	36
4.4.1.	Reliabilitas (X) Skala <i>Alexithymia</i> (TAS-20)	36
4.4.2.	Reliabilitas (Y) Skala Kecenderungan Depresi (PHQ-9)	37
4.5.	Uji Asumsi.....	37

4.5.1. Uji Normalitas.....	37
4.5.2. Uji Homogenitas	38
4.5.3. Uji Linearitas	39
4.6. Uji Hipotesis.....	39
4.6.1. Uji Korelasi.....	39
4.6.2. Uji Korelasi Antar Dimensi	41
4.8. Pembahasan.....	45
BAB V PENUTUP.....	48
5.1. Kesimpulan.....	48
5.2. Keterbatasan Penelitian	48
5.3. Saran.....	48
5.1.1. Saran Teoritis.....	48
5.1.2. Saran Praktis	49
DAFTAR PUSTAKA.....	50
LAMPIRAN.....	53



UNIVERSITAS
MERCU BUANA