

HUBUNGAN ANTARA *ALEXITHYMIA* DAN FLEKSIBILITAS KOGNITIF PADA MAHASISWA PSIKOLOGI

Vionny Damayanti Sirait

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menguji hubungan antara *alexithymia* dan fleksibilitas kognitif pada mahasiswa Psikologi. Hipotesis penelitian ini adalah terdapat hubungan yang negatif dan signifikan antara *alexithymia* dan fleksibilitas kognitif pada mahasiswa Psikologi. Konstruk *alexithymia* diukur dengan menggunakan skala Toronto *Alexithymia Scale-20* versi Indonesia ($\alpha = 0.78$) dan fleksibilitas kognitif diukur dengan menggunakan skala *Cognitive Flexibility Inventory* versi Indonesia ($\alpha = 0.84$). Subjek dalam penelitian ini berjumlah 152 mahasiswa Psikologi dengan usia 18 tahun hingga 21 tahun yang dipilih dengan metode *purposive sampling*. Analisis korelasi yang digunakan pada penelitian ini adalah *spearman's rho*. Hasil dari data analisis menunjukkan bahwa adanya hubungan negatif dan signifikan antara *alexithymia* dan fleksibilitas kognitif pada mahasiswa Psikologi dengan nilai koefisien korelasi $r = -0.439$ dan nilai signifikansi $p = 0.000 < 0.05$. Hal ini berarti semakin tinggi *alexithymia* yang dimiliki maka semakin rendah fleksibilitas kognitif pada mahasiswa Psikologi. Sebaliknya, semakin rendah *alexithymia* yang dimiliki maka semakin tinggi fleksibilitas kognitif pada mahasiswa psikologi. Rendahnya pemahaman emosi pada individu dengan *alexithymia* yang tinggi, dapat membuat mereka sulit untuk berpikir secara fleksibel ketika sedang menghadapi masalah.

Kata kunci : *alexithymia*, fleksibilitas kognitif, mahasiswa psikologi

THE CORRELATION BETWEEN *ALEXITHYMIA* AND COGNITIVE FLEXIBILITY AMONG PSYCHOLOGY STUDENT

Vionny Damayanti Sirait

ABSTRACT

This study aimed to investigate the correlation between alexithymia and cognitive flexibility among Psychology student. The hypothesis that proposed in this study is there was negative and significant relationship between alexithymia and cognitive flexibility among Psychology student. The alexithymia construct was measured with the Toronto Alexithymia Scale-20 Indonesian version ($\alpha = 0.78$) and cognitive flexibility was measured with the Cognitive Flexibility Inventory Indonesian version ($\alpha = 0.84$). The subjects were 152 students aged 18 to 21 years and selected by purposive sampling method. This study used analysis technique of Spearman's rho correlation test. The result of data analyze showed that there was a negative and significant correlation between alexithymia and cognitive flexibility among Psychology student, that the score of correlation coefficient was $r = -0.439$ and significance level $p = 0.000 < 0.05$. It was means that the higher level of alexithymia, the lower level of cognitive flexibility among Psychology student and vice versa. The unable to properly understand emotional states in alexithymic individuals, increases the possibility of the lack of cognitive flexibility when encounter difficult situations.

Keyword: alexithymia, cognitive flexibility, psychology students