

**HUBUNGAN ANTARA TIPE KEPRIBADIAN DENGAN AKTIVITAS
FISIK SISWA SMA KARTIKA XIX-2 BANDUNG
(Studi Analisis Pada Siswa-Siswi SMA Kartika XIX-2 Bandung)**

SIGIT FATUROHMAN

ABSTRAK

Aktivitas fisik memiliki banyak manfaat bagi kesehatan, kurangnya aktivitas fisik akan merugikan bagi kesehatan bahkan menyebabkan kematian. Ciri kepribadian mempengaruhi tujuan hidup, karena tujuan hidup tersebut memungkinkan individu untuk memilih dan membentuk lingkungan sosial mereka dengan cara memperkuat disposisi mereka. Masing-masing tipe kepribadian *extraversion*, *agreeableness*, *conscientiousness*, *neuroticism*, dan *openness to experience* memiliki respon berbeda untuk melakukan aktivitas fisik. Tujuan penelitian ini untuk menguji bagaimana hubungan antara tipe kepribadian dengan aktivitas fisik siswa SMA Kartika XIX-2 Bandung. Metode penelitian yang digunakan adalah metode deskriptif studi analisis dengan desain korelasional. Jumlah populasi 192 siswa dari kelas X dan XI terdapat 130 siswa sebagai sampel yang diminta untuk mengisi kuesioner. *Big Five Inventory* digunakan untuk mengetahui tipe kepribadian, sedangkan untuk mengetahui intensitas aktivitas fisik yaitu dengan menggunakan *International Physical Activity Questionnaire (IPAQ) Short Version*. Data kemudian diolah menggunakan bantuan *software* SPSS 23.0 untuk mengetahui tingkat hubungan antara tipe kepribadian dengan aktivitas fisik. Hasilnya, semua tipe kepribadian terbukti ada hubungan dengan aktivitas fisik walaupun ada yang signifikan dan tidak signifikan serta ada yang searah dan berlawanan arah. Hanya tipe kepribadian *conscientiousness* yang memiliki nilai hubungan yang signifikan. Korelasi keseluruhan antara tipe kepribadian dengan aktivitas fisik menunjukkan hasil searah tetapi tidak signifikan. Hasil konsisten tipe kepribadian *conscientiousness* menambah referensi penelitian yang lebih mendalam tentang hubungan tipe kepribadian dengan aktivitas fisik.

Kata Kunci: *kepribadian, tipe kepribadian, lima faktor kepribadian, aktivitas fisik.*

THE CORRELATION BETWEEN STUDENTS' PERSONALITY TYPE AND PHYSICAL ACTIVITIES

(An Analysis Study of the Students in SMA Kartika XIX-2 Bandung)

SIGIT FATUROHMAN

ABSTRACT

Physical activities have profound benefits towards health. The lack of physical activity will harm the health and even cause death. The personality characteristics influence life goal, because it allows the individuals to choose and form their social environment. Each personality type: extraversion, agreeableness, conscientiousness, neuroticism, and openness to experience has different response to do physical activities. This research aims at testing how the correlation between the students of SMA Kartika XIX-2 Bandung personality type and their physical activities. A descriptive study analysis method was employed in this research with correlational design. The number of the population is 192 students from grade X and 130 students from grade XI who were asked to fill the questionnaire. Big-five inventory was utilized to reveal the personality type, while International Physical Activity Questionnaire (IPAQ) Short Version was utilized to investigate the physical activities intensity. Then the data was processed using SPSS 23.0 software to know the level of correlation between the students' personality type and physical activities. The result shows that all personality type has been proven to have correlation with physical activities although some of them are not quite significant; some others are significant; some are unidirectional; and some others are not. Only conscientiousness personality type that has significant correlation value. The whole correlation between the personality type and physical activities show a unidirectional result but not significant. The result of conscientiousness personality type consistency adds more insight on a deeper research reference about the correlation between personality type and physical activities.

Keywords: *personality, personality type, big five personality, physical activities*