

IR - PERPUSTAKAAN UNIVERSITAS AIRLANGGA

SKRIPSI

HUBUNGAN *BIG FIVE PERSONALITY TRAITS* DENGAN KEBIASAAN
MAKAN, AKTIVITAS FISIK, DAN OBESITAS DI INDONESIA (ANALISIS
DATA IFLS 2014)



Oleh:

GREENA PRISTYNA

UNIVERSITAS AIRLANGGA
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
PROGRAM SARJANA
PROGRAM STUDI GIZI
SURABAYA
2022

SKRIPSI

HUBUNGAN *BIG FIVE PERSONALITY TRAITS* DENGAN KEBIASAAN
MAKAN, AKTIVITAS FISIK, DAN OBESITAS DI INDONESIA (ANALISIS
DATA IFLS 2014)



Oleh:

GREENA PRISTYNA
NIM. 101711233022

UNIVERSITAS AIRLANGGA
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
PROGRAM SARJANA
PROGRAM STUDI GIZI
SURABAYA
2022

PENGESAHAN

Dipertahankan di Depan Tim Penguji Skripsi
Program Sarjana Program Studi Gizi
Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Airlangga dan
Diterima untuk memenuhi salah satu syarat guna memperoleh gelar
Sarjana gizi (S.Gz)
Pada tanggal 28 Januari 2022

Mengesahkan
Universitas Airlangga
Fakultas Kesehatan Masyarakat

Dekan,



Dr. Santi Martini, dr., M.Kes
NIP. 196609271997022001

Tim Penguji:

- a) Dr. Siti Rahayu Nadhiroh, S.KM., M.Kes.
- b) Trias Mahmudiono, S.KM, MPH (Nutr.), GCAS, Ph.D
- c) Tri Kurniati Ambarini, M.Psi., Psikolog

SKRIPSI

Diajukan sebagai salah satu syarat guna memperoleh gelar
Sarjana Gizi (S.Gz.)
Program Studi Gizi
Departemen Gizi Kesehatan
Fakultas Kesehatan Masyarakat
Universitas Airlangga

Oleh:

GREENA PRISTYNA
NIM. 101711233022

Surabaya, 2 Februari 2022

Menyetujui,
Pembimbing,



Trias Mahmudiono, S.KM, MPH (Nutr.), GCAS, Ph.D
NIP. 198806032015042001

Mengetahui,

Koordinator Program Studi,



Lailatul Muniroh, SKM., M.Kes
NIP. 198005252005012004

Ketua Departemen,



Dr. Siti Rahayu Nadhiroh, SKM., M.Kes
NIP. 197505312006042001

SURAT PERNYATAAN TENTANG ORISINALITAS

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Greena Pristyna
NIM : 101711233022
Program Studi : Ilmu Gizi
Fakultas : Kesehatan Masyarakat
Jenjang : Sarjana (S1)

Menyatakan bahwa saya tidak melakukan kegiatan plagiat dalam penulisan skripsi saya yang berjudul:

Hubungan *Big Five Personality Traits* dengan Kebiasaan Makan, Aktivitas Fisik, dan Obesitas di Indonesia (Analisis Data IFLS 2014)

Apabila suatu saat nanti terbukti melakukan tindakan plagiat, maka saya akan menerima sanksi yang telah ditetapkan.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Surabaya, 2 Februari 2022



Greena Pristyna
NIM. 101711233022

KATA PENGANTAR

Puji syukur kami panjatkan kehadiran Allah SWT atas limpahan rahmat dan karunia-Nya sehingga dapat terselesaikannya skripsi yang berjudul “HUBUNGAN *BIG FIVE PERSONALITY TRAITS* DENGAN KEBIASAAN MAKAN, AKTIVITAS FISIK, DAN OBESITAS DI INDONESIA (ANALISIS DATA IFLS 2014)” sebagai salah satu persyaratan akademis dalam rangka menyelesaikan kuliah di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Airlangga.

Dalam skripsi ini, dijabarkan tentang hubungan kepribadian berdasarkan *Big Five Personality Traits* dengan variabel-variabel yang berhubungan dengan gizi dan kesehatan yaitu kebiasaan makan, aktivitas fisik, obesitas, dan penyakit degeneratif. Topik ini dipilih karena kebanyakan penelitian terkait gizi dan psikologi masih sangat jarang dilakukan di Indonesia. Penelitian ini dilakukan untuk membuktikan penelitian-penelitian yang telah dilakukan sebelumnya, terutama penelitian yang dilakukan bukan di Indonesia, berkenaan dengan karakteristik dan kebiasaan masyarakat yang berbeda. Selain itu, selanjutnya dapat ditengarai kemungkinan adanya risiko malnutrisi pada kepribadian tertentu yang dihubungkan melalui faktor perilaku yang erat kaitannya dengan penyakit degeneratif serta tindakan preventif yang dapat dilakukan untuk mencapai status gizi dan kesehatan yang optimal, sehingga dapat menurunkan angka kejadian penyakit degeneratif di Indonesia.

Pada kesempatan ini, disampaikan terima kasih dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada Bapak Trias Mahmudiono, S.KM, MPH (Nutr.), GCAS, Ph.D selaku dosen pembimbing 1 dan Bapak Mahmud Aditya Rifqi, S.Gz., M.Si. selaku dosen pembimbing 2 yang telah memberikan petunjuk, koreksi, serta saran hingga terwujudnya skripsi ini.

Terima kasih dan penghargaan juga disampaikan pula kepada yang terhormat:

1. Dr. Santi Martini, dr., M.Kes. selaku Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Airlangga
2. Dr. Siti Rahayu Nadhiroh, S.KM., M.Kes. selaku Ketua Departemen Fakultas Kesehatan Masyarakat
3. Lailatul Muniroh, S.KM., M.Kes. selaku koordinator Program Studi Fakultas Kesehatan Masyarakat
4. Seluruh dosen dan staf Program Studi Gizi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Airlangga yang telah mengajar, memberikan ilmu, mendidik, dan membina selama penulis menempuh pendidikan S1 Gizi
5. *Indonesia Family Life Survey* (IFLS) yang telah memberikan sumber data sekunder untuk diolah menjadi bahan skripsi penulis
6. Dr. Diah Indriani, S.Si., M.Si. yang telah memberikan arahan dalam pengolahan data hasil penelitian

7. Orang tua dan keluarga yang selalu memberikan doa, dukungan, dan kasih sayang yang tidak dapat diukur
8. Sahabat-sahabat dan teman-teman Program Studi S1 Gizi angkatan 2017 Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Airlangga yang telah memberikan dukungan, semangat, dan berjuang bersama selama masa perkuliahan

Semoga Allah SWT memberikan balasan pahala atas segala amal yang telah diberikan dan semoga skripsi ini dapat berguna baik bagi diri kami sendiri maupun pihak lain yang memanfaatkan.

Surabaya, 2 Februari 2022

ABSTRACT

The trend of infectious diseases is shifting to non-communicable diseases or degenerative diseases. Prevention of degenerative diseases includes three important things: diet, activity, and changes in habits that can be influenced by various factors, including personality. Personality can be related to several health conditions explained by behavioral factors related to personality. This study aimed to determine relationship of personality based on Big Five Personality Traits with variables related to nutrition (eating habits, physical activity, and obesity).

Research method used secondary data from the 2014 Indonesia Family Life Survey (IFLS). Research respondents were 30,940 at least 15 years old and fulfilled all research variables. Research analysis included descriptive analysis to describe research variables, logistic regression test controlled by socio-demographic factors to determine relationship of Big Five Personality Traits with eating habits (recommended and non-recommended foods), physical activity, obesity, and chi-square test to determine relationship between obesity and degenerative diseases.

Results showed that openness and extraversion were positively related to both recommended and non-recommended foods, conscientiousness and agreeableness were positively related to recommended foods, and agreeableness was negatively related to one non-recommended food, while neuroticism was positively related to non-recommended foods and negatively related to recommended foods. Openness ($p=0.010$; $OR=1.015$) and conscientiousness ($p<0.001$; $OR=1.045$) were related to physical activity. Conscientiousness ($p=0.002$; $OR=1.025$), extraversion ($p<0.001$; $OR=1.079$), and neuroticism ($p<0.001$; $OR=0.966$) were related to obesity. Obesity was related to almost all degenerative diseases and related to the number of degenerative diseases ($p<0.001$).

In conclusion, Big Five Personality Traits was correlated with variables related to nutrition, although some results were different from previous studies, so that behavior change strategies can be adapted to personality to increase effectiveness, success, sustainability, and also are expected to prevent various diseases in the future.

Keywords: big five personality traits, eating habit, physical activity, obesity

ABSTRAK

Tren penyakit menular telah bergeser menjadi penyakit tidak menular atau penyakit degeneratif. Pencegahan penyakit degeneratif mencakup tiga hal penting, yaitu pola makan, aktivitas fisik, dan perubahan kebiasaan yang dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor salah satunya adalah kepribadian. Kepribadian dapat dikaitkan dengan beberapa kondisi kesehatan yang dapat dijelaskan dengan faktor perilaku yang berhubungan dengan kepribadian. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kepribadian berdasarkan *Big Five Personality Traits* dengan variabel terkait gizi (kebiasaan makan, aktivitas fisik, dan obesitas).

Metode penelitian menggunakan data sekunder *Indonesia Family Life Survey* (IFLS) tahun 2014. Responden penelitian sebanyak 30.940 yang berusia minimal 15 tahun dan memenuhi semua variabel penelitian. Analisis penelitian meliputi analisis deskriptif untuk menggambarkan variabel penelitian, uji regresi logistik yang dikontrol dengan faktor sosio-demografi untuk mengetahui hubungan *Big Five Personality Traits* dengan kebiasaan makan (pangan yang direkomendasikan dan tidak direkomendasikan), aktivitas fisik, obesitas, serta uji *chi-square* untuk mengetahui hubungan obesitas dengan penyakit degeneratif.

Hasil penelitian menunjukkan *openness* dan *extraversion* berhubungan positif baik dengan jenis pangan yang direkomendasikan maupun yang tidak direkomendasikan, *conscientiousness* dan *agreeableness* berhubungan positif dengan jenis pangan yang direkomendasikan, serta *agreeableness* berhubungan negatif dengan 1 jenis pangan yang tidak direkomendasikan, sedangkan *neuroticism* berhubungan positif dengan jenis pangan yang tidak direkomendasikan dan berhubungan negatif dengan pangan yang direkomendasikan. *Openness* ($p=0,010$; $OR=1,015$) dan *conscientiousness* ($p<0,001$; $OR=1,045$) berhubungan dengan aktivitas fisik. *Conscientiousness* ($p=0,002$; $OR=1,025$), *extraversion* ($p<0,001$; $OR=1,079$), dan *neuroticism* ($p<0,001$; $OR=0,966$) berhubungan dengan obesitas. Obesitas berhubungan dengan hampir semua penyakit degeneratif dan memiliki hubungan dengan jumlah penyakit degeneratif ($p<0,001$).

Kesimpulan penelitian yaitu terdapat hubungan antara *Big Five Personality Traits* dengan variabel terkait gizi meski beberapa hasil berbeda dengan penelitian sebelumnya, sehingga strategi perubahan perilaku dapat disesuaikan dengan kepribadian untuk meningkatkan efektivitas, keberhasilan, dan keberlanjutannya, serta diharapkan dapat menghindarkan dari berbagai penyakit di kemudian hari.

Kata kunci: *big five personality traits*, kebiasaan makan, aktivitas fisik, obesitas

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS	iv
KATA PENGANTAR	v
ABSTRACT	vii
ABSTRAK	viii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
DAFTAR ARTI LAMBANG, SINGKATAN, DAN ISTILAH	xv
 BAB I PENDAHULUAN	 1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Identifikasi Masalah	9
1.3 Pembatasan dan Rumusan Masalah	11
1.4 Tujuan dan Manfaat Penelitian	12
 BAB II TINJAUAN PUSTAKA	 15
2.1 Kepribadian (<i>Big Five Personality Traits</i>)	15
2.2 Kebiasaan Makan	21
2.3 Aktivitas Fisik	25
2.4 Status Gizi	31
2.5 Penyakit Degeneratif	35
 BAB III KERANGKA KONSEP DAN HIPOTESIS PENELITIAN.....	 43
3.1 Kerangka Konsep Penelitian	43
3.2 Hipotesis Penelitian	45
 BAB IV METODE PENELITIAN	 46
4.1 Jenis dan Rancang Bangun Penelitian	46
4.2 Populasi Penelitian	46
4.3 Sampel, Besar Sampel, Cara Penentuan Sampel dan Cara Pengambilan Sampel	47
4.4 Lokasi dan Waktu Penelitian	52
4.5 Variabel, Definisi Operasional, Cara Pengukuran, dan Skala Data ..	54
4.6 Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data	63
4.7 Kerangka Operasional	76

4.8 Teknik Analisis Data	78
BAB V HASIL PENELITIAN.....	80
5.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian	80
5.2 Karakteristik Responden.....	80
5.3 Hubungan Kepribadian (<i>Big Five Personality Traits</i>) dengan Kebiasaan Makan, Aktivitas Fisik, dan Obesitas.....	87
5.3.1 Hubungan Kepribadian (<i>Big Five Personality Traits</i>) dengan Kebiasaan Makan	89
5.3.1.1 Hubungan <i>Openness</i> dengan Kebiasaan Makan	93
5.3.1.2 Hubungan <i>Conscientiousness</i> dengan Kebiasaan Makan	97
5.3.1.3 Hubungan <i>Extraversion</i> dengan Kebiasaan Makan	101
5.3.1.4 Hubungan <i>Agreeableness</i> dengan Kebiasaan Makan	105
5.3.1.5 Hubungan <i>Neuroticism</i> dengan Kebiasaan Makan.....	109
5.3.2 Hubungan Kepribadian (<i>Big Five Personality Traits</i>) dengan Aktivitas Fisik.....	113
5.3.3 Hubungan Kepribadian (<i>Big Five Personality Traits</i>) dengan Obesitas	115
5.4 Hubungan Obesitas dengan Penyakit Degeneratif	118
BAB VI PEMBAHASAN.....	123
6.1 Karakteristik Responden.....	123
6.2 Hubungan Kepribadian (<i>Big Five Personality Traits</i>) dengan Kebiasaan Makan.....	130
6.3 Hubungan Kepribadian (<i>Big Five Personality Traits</i>) dengan Aktivitas Fisik.....	138
6.4 Hubungan Kepribadian (<i>Big Five Personality Traits</i>) dengan Obesitas	142
6.5 Hubungan Kepribadian (<i>Big Five Personality Traits</i>) dengan Kebiasaan Makan, Aktivitas Fisik, dan Obesitas.....	147
6.6 Hubungan Obesitas dengan Penyakit Degeneratif.....	151
6.7 Keterbatasan Penelitian	177
BAB VII KESIMPULAN DAN SARAN	178
7.1 Kesimpulan	178
7.2 Saran.....	180
DAFTAR PUSTAKA	182
LAMPIRAN	202

DAFTAR TABEL

Nomor	Judul Tabel	Halaman
2.1	Karakteristik berkaitan dengan Skor Tinggi dan Rendah pada Lima Dimensi Besar	16
2.2	Intensitas dan Pengeluaran Energi berdasarkan Jenis Aktivitas Fisik yang Umum	27
2.3	Klasifikasi IMT Nasional berdasarkan Kemenkes RI	33
2.4	Klasifikasi IMT/U Usia 5-18 Tahun berdasarkan Kemenkes RI	33
4.1	Sampel <i>Indonesia Family Life Survey</i> (IFLS)	50
4.2	Variabel, Definisi Operasional, Cara Pengukuran, dan Skala Data	54
4.3	<i>Blueprint</i> Skala BFI15 yang digunakan IFLS5	67
4.4	Kategori Reliabilitas	69
4.5	Hasil Uji Reliabilitas Skala BFI15 yang digunakan IFLS5	69
5.1	Distribusi Karakteristik Responden berdasarkan Jenis Kelamin, Usia, Status Perkawinan, Pendidikan, dan Pekerjaan	81
5.2	Distribusi Kepribadian Responden berdasarkan <i>Big Five Personality Traits</i>	82
5.3	Distribusi Kebiasaan Makan Responden	82
5.4	Distribusi Tingkat Aktivitas Fisik dan Status Gizi Obesitas Responden	85
5.5	Distribusi Adanya Penyakit Degeneratif Responden	85
5.6	Distribusi Jumlah Penyakit Degeneratif Responden	87
5.7	Hasil Uji Bivariat Kepribadian (<i>Big Five Personality Traits</i>) dengan Kebiasaan Makan	89
5.8	Hasil Uji Multivariat <i>Openness</i> dengan Kebiasaan Makan dan Variabel Kontrol	94
5.9	Hasil Uji Multivariat <i>Conscientiousness</i> dengan Kebiasaan Makan dan Variabel Kontrol	98
5.10	Hasil Uji Multivariat <i>Extraversion</i> dengan Kebiasaan Makan dan Variabel Kontrol	102
5.11	Hasil Uji Multivariat <i>Agreeableness</i> dengan Kebiasaan Makan dan Variabel Kontrol	106
5.12	Hasil Uji Multivariat <i>Neuroticism</i> dengan Kebiasaan Makan dan Variabel Kontrol	110
5.13	Hasil Uji Multivariat Kepribadian (<i>Big Five Personality Traits</i>) dengan Aktivitas Fisik dan Variabel Kontrol	114

5.14	Hasil Uji Multivariat Kepribadian (<i>Big Five Personality Traits</i>) dengan Obesitas dan Variabel Kontrol.....	116
5.15	Hasil Uji Bivariat Obesitas Gizi dengan Adanya Penyakit Degeneratif	119
5.16	Hasil Uji Bivariat Obesitas dengan Jumlah Penyakit Degeneratif.....	122

DAFTAR GAMBAR

Nomor	Judul Gambar	Halaman
3.1	Kerangka Konsep Penelitian.....	43
4.1	Kerangka Operasional Penelitian	77

DAFTAR LAMPIRAN

Nomor	Judul Lampiran	Halaman
1.	Kuesioner IFLS 5 (2014).....	202
2.	Tabel Hasil Uji Validitas BFI 15	215
3.	Bukti Verifikasi E-mail untuk Akses Data IFLS	222
4.	Kuesioner GPAQ (<i>Global Physical Activity Questionnaire</i>)	223

DAFTAR ARTI LAMBANG, SINGKATAN, DAN ISTILAH

Daftar Arti Lambang

&	= dan
<	= kurang dari
>	= lebih dari
≤	= kurang dari sama dengan
≥	= lebih dari sama dengan
%	= persen
=	= sama dengan
/	= per
±	= kurang lebih
α	= <i>alpha</i>
p	= <i>p-value</i>
n	= jumlah
(R)	= <i>reverse</i> (kebalikan)

Daftar Singkatan

AIDS	= <i>Acquired Immune Deficiency Syndrome</i>
ART	= Anggota Rumah Tangga
BB	= Berat Badan
BFI	= <i>Big Five Inventory</i>
BMI	= <i>Body Mass Index</i>
BPS	= Badan Pusat Statistik
CAPI	= <i>Computer Assisted Personal Interviewing</i>
CHF	= <i>Congestive Heart Failure</i>
CVD	= <i>Cardiovascular Disease</i>
D1/2/3	= Diploma 1/2/3
Depkes	= Departemen Kesehatan
DM	= Diabetes Mellitus
DNA	= <i>Deoxyribose Nucleic Acid</i>
DNL	= <i>De Novo Lipogenesis</i>
EA	= <i>Enumeration Area</i>
eGFR	= <i>Estimated Glomerular Filtration Rate</i>
ESRD	= <i>End-Stage Renal Disease</i>
FFA	= <i>Free Fatty Acid</i>
FFI	= <i>Five Factor Inventory</i>
FFM	= <i>Five-Factor Model</i>
FFMI	= <i>Free Fat Mass Index</i>
GFR	= <i>Glomerular Filtration Rate</i>
GPAQ	= <i>Global Physical Activity Questionnaire</i>
HCC	= <i>Hepatocellular Carcinoma</i>

HDL	= <i>High Density Lipoprotein</i>
HSL	= <i>Hormone Sensitive Lipase</i>
IARC	= <i>International Agency for Research on Cancer</i>
ICU	= <i>Intensive Care Unit</i>
IFLS	= <i>Indonesia Family Life Survey</i>
IGF	= <i>Insulin-like Growth Factor</i>
IL	= <i>Interleukin</i>
IMT	= <i>Indeks Massa Tubuh</i>
IMT/U	= <i>Indeks Massa Tubuh menurut umur</i>
IPIP	= <i>International Personality Item Pools</i>
Kemenkes RI	= <i>Kementerian Kesehatan Republik Indonesia</i>
KFC	= <i>Kentucky Fried Chicken</i>
LDL	= <i>Low Density Lipoprotein</i>
LPL	= <i>Lipoprotein Lipase</i>
MA	= <i>Madrasah Aliyah</i>
MI	= <i>Madrasah Ibtidaiyah</i>
MET	= <i>Metabolic Equivalent of Task</i>
MTs	= <i>Madrasah Tsanawiyah</i>
NAFLD	= <i>Non-Alcoholic Fatty Liver Disease</i>
NASH	= <i>Non-Alcoholic Steatohepatitis</i>
NEO PI-R	= <i>NEO Personality Inventory-Revised</i>
NSTEMI	= <i>Non-ST-segment Elevation Myocardial Infarction</i>
OA	= <i>Osteoarthritis</i>
OCEAN	= <i>Openness to new experience (O), Conscientiousness (C), Extraversion (E), Agreeableness (A), dan Neuroticism (N)</i>
OR	= <i>Odds Ratio</i>
PGS	= <i>Pedoman Gizi Seimbang</i>
PPOK	= <i>Penyakit Paru Obstruktif Kronis</i>
PsA	= <i>Psoriatic Arthritis</i>
PSG	= <i>Penilaian Status Gizi</i>
PTM	= <i>Penyakit Tidak Menular</i>
RA	= <i>Rheumatoid Arthritis</i>
RAAS	= <i>Renin-Angiotensin-Aldosterone System</i>
RAND	= <i>Research AND Development</i>
Riskesdas	= <i>Riset Kesehatan Dasar</i>
S1/2/3	= <i>Sarjana 1/2/3</i>
SD	= <i>Sekolah Dasar</i>
SD	= <i>Standar Deviasi</i>
sdLDL	= <i>small dense Low Density Lipoprotein</i>
SHBG	= <i>Sex Hormone Binding Globulin</i>
SLA/SLTA	= <i>Sekolah Lanjutan Tingkat Atas</i>
SLE	= <i>Systemic Lupus Erythematosus</i>

SLP/SLTP	= Sekolah Lanjutan Tingkat Pertama
SMA	= Sekolah Menengah Atas
SMK	= Sekolah Menengah Kejuruan
SMP	= Sekolah Menengah Pertama
SMU	= Sekolah Menengah Umum
SNS	= <i>Sympathetic Nervous System</i>
SPSS	= <i>Software Package for the Social Science</i>
Susenas	= Survei Sosial Ekonomi Nasional
TB	= Tinggi Badan
TBC	= Tuberculosis
TNF- α	= <i>Tumor Necrosis Factor-alpha</i>
VLDL	= <i>Very Low Density Lipoprotein</i>
WCRF	= <i>World Cancer Research Fund</i>
WHO	= <i>World Health Organization</i>
cm	= sentimeter
kg	= kilogram
kcal	= kilokalori
m	= meter
mmHg	= millimeter merkuri
Mph	= Mil per jam

Daftar Istilah

dkk	= dan kawan-kawan
dll	= dan lain-lain
dsb	= dan lain sebagainya
et al.	= dan lain
hlm	= halaman
max.	= maksimal
min.	= minimal
sdr	= saudara