

**KONSEP DIRI REMAJA PUTRA OBESITAS  
DI DESA SINGASARI KECAMATAN KARANGLEWAS  
KABUPATEN BANYUMAS**



**SKRIPSI**

Diajukan kepada Fakultas Dakwah  
UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto Guna Memenuhi Salah  
Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Sosial (S.Sos)

**Oleh :**

**Nosi Nur Fadilah  
NIM : 1717101074**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM  
JURUSAN KONSELING DAN PENGEMBANGAN MASYARAKAT  
FAKULTAS DAKWAH  
UIN PROF. K.H. SAIFUDDIN ZUHRI  
PURWOKERTO  
2022**

## SURAT PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Nosi Nur Fadilah  
NIM : 1717101074  
Jenjang : S-1  
Prodi : Bimbingan Konseling Islam  
Judul Skripsi : **Konsep Diri Remaja Putra Obesitas di Desa Singasari  
Kecamatan Karanglewas Kabupaten Banyumas**

Menyatakan dengan ini sesungguhnya skripsi saya ini adalah asli hasil karya saya atau penelitian saya sendiri dan bukan dari karya orang lain, serta jika ada kutipan dalam skripsi ini ditulis sumer yang tepat.

Purwokerto, 14 Juli 2022

Yang Menyatakan



**Nosi Nur Fadilah**  
NIM.1717101074



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA**  
**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI**  
**PROFESOR KIAI HAJI SAIFUDDIN ZUHRI**  
**PURWOKERTO**  
**FAKULTAS DAKWAH**  
Jalan Jenderal A. Yani, No. 40A Purwokerto 53126  
Telepon (0281) 635624 Faksimili (0281) 636553,  
[www.uinsaizu.ac.id](http://www.uinsaizu.ac.id)

## **PENGESAHAN**

Skripsi Berjudul:

### **Konsep Diri Remaja Putra Obesitas di Desa Singasari Kecamatan Karanglewas Kabupaten Banyumas**

Yang disusun oleh Nosi Nur Fadilah (NIM. 1717101074) Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam, Jurusan Konseling dan Pengembangan Masyarakat, Fakultas Dakwah, Universitas Islam Negeri Profesor Kiai Haji Saifuddin Zuhri Purwokerto, telah diujikan pada hari Kamis tanggal **14 Juli 2022** dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos) oleh Sidang Dewan Penguji Skripsi.

Ketua Sidang/Pembimbing

**Kholil Lur Rochman, M.Si**  
NIP. 19791005 200901 1 013

Sekretaris Sidang/Penguji II

**Siti Nurmahyati, M.S.I**  
NIP. -

Penguji Utama

**Dr. Henie Kurniawati, S.Psi, M.A, Psi**  
NIP. 19790530 200701 2 019



Mengesahkan,  
Purwokerto, 3-8-2022...  
Dekan,

**Prof. Dr. H. Abdul Basit, M.Ag.**  
NIP. 19691219 199803 1 001

## NOTA DINAS PEMBIMBING

*Assalamu'alaikum warahmatullahi wabarakatuh.*

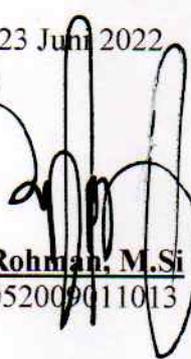
Setelah melakukan bimbingan telaah, arahan, dan koreksi terhadap penulisan skripsi dari :

Nama : Nosi Nur Fadilah  
NIM : 1717101074  
Jenjang : S-1  
Prodi : Bimbingan Konseling Islam  
Fakultas : Dakwah  
Judul Skripsi : **Konsep Diri Remaja Putra Obesitas Di Desa Singasari Kecamatan Karanglewas Kabupaten Banyumas**

Saya berpendapat bahwa skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto untuk diajukan dalam rangka memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos). Demikian atas perhatiannya, kami sampaikan terimakasih.

*Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.*

Purwokerto, 23 Juni 2022  
Pembimbing

  
**Kholil Lur Rohman, M.Si**  
NIP.197910052009011013

**KONSEP DIRI REMAJA PUTRA OBESITAS  
DI DESA SINGASARI KECAMATAN KARANGLEWAS KABUPATEN  
BANYUMAS**

Nosi Nur Fadilah  
NIM. 1717101074

**ABSTRAK**

Pertemuan dengan salah satu remaja putra yang mengalami obesitas membuat peneliti mengetahui bahwasanya fenomena kegemukan pada remaja putra adalah salah satu hal yang dipermasalahkan. Karena dengan terjadinya kegemukan akan menurunkan tingkat percaya diri dan juga timbulnya kecemasan-kecemasan lain seperti yang dialami oleh IR adalah sulitnya mendapat pekerjaan. Sehingga dibutuhkan suatu sikap untuk mengarahkan bagaimana seseorang harus bersikap terhadap dirinya sendiri yaitu dengan konsep diri. Konsep diri seseorang tergambar dalam hal-hal yang berkaitan dengan individu tersebut. Pandangan terhadap diri sendiri, hasil evaluasi diri, serta harapan terhadap diri sendiri membentuk konsep diri individu. Pemahaman terhadap konsep diri dari sudut pandang psikologi akan membantu untuk membentuk konsep diri yang baik

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana konsep diri remaja putra obesitas dalam menyikapi dirinya. Adapun hal-hal yang akan peneliti teliti adalah mengenai komponen konsep diri, proses perkembangan dan faktor yang mempengaruhi konsep diri dan yang terakhir adalah penggolongan konsep diri. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan deskriptif. Subjek dalam penelitian ini adalah 3 subyek yaitu AM, IR, dan FK adalah remaja putra dengan kondisi obesitas yang dihitung dengan menggunakan rumus IMT (Indeks Masa Tubuh).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa konsep diri remaja diketahui ada 2 subyek yang sesuai dengan komponen konsep diri, proses perkembangan dan faktor yang mempengaruhi, dan golongan konsep diri yaitu di tunjukan dengan sikap mampu menerima segala kekurangan dan kelebihan yang ada di tubuhnya yaitu dengan menunjukkan sikap percaya diri dan mampu beradaptasi, berinteraksi, dan berkomunikasi dengan orang baru. mampu mengenali dirinya tidak mudah tersinggung dengan ucapan orang lain, mampu berkomunikasi dengan keluarganya dan mampu bersosialisasi dan berinteraksi dengan orang lain. Dan 1 subyek yang tidak sesuai dengan komponen konsep diri, proses perkembangan dan faktor yang mempengaruhi, dan golongan konsep diri. Yang di tunjukan dengan sikap tidak bisa memahami kondisi dirinya saat ini dengan menunjukkan sikap tidak percaya diri dan mudah tersinggung dengan omongan orang lain mengenai kondisi fisiknya, tidak terbiasa berkomunikasi dengan keluarga di rumah dan merasa tidak mampu berinteraksi dengan orang baru.

**Kata Kunci : Konsep Diri, Obesitas, Remaja**

## MOTTO

“Janganlah kamu bersikap lemah, dan janganlah (pula) kamu bersedih hati, padahal kamulah orang-orang yang paling tinggi (derajatnya) jika kamu orang-orang yang beriman”<sup>1</sup>

Q.S. Ali Imran: 139



---

<sup>1</sup> Penerbit Jabal, QS. Ali Imran ayat 139

## PERSEMBAHAN

Dengan menyebut nama Allah SWT atas segala nikmat dan anugerahnya sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas akhir ini. Penulis persembahkan karya tulis ini kepada:

Kedua orang tua penulis yang selalu mendoakan disetiap langkah penulis dalam menyelesaikan skripsi selalu mensupport dan mendukung segala kebutuhan penulis dalam menyelesaikan skripsi ini, tidak lupa kepada kakak tercinta mba Fajriyah Nur Utami kakak terbaik yang Allah kirimkan kepada penulis dan yang tidak pernah lelah untuk selalu mengingatkan untuk segera menyelesaikan tugas akhir ini semoga Allah membalas segala kebaikanmu berlipat-lipat aamiin. Dan juga penulis ingin mempersembahkan kepada adikku tercinta Rama Faiz Satoto semoga kelak kamu menjadi anak sukses dunia dan akhirat aamiin.

Tak lupa kepada dosen pembimbingku ter the best, bapak Kholil Lur Rochman, M.Si yang tidak pernah sungkan untuk meluangkan waktu tenaga serta pikirannya untuk membantu penulis menyelesaikan tugas akhir ini.

Kepada seluruh teman-teman kampus Angkatan 17 BKI B, kepada teman-teman rumah yang tidak bisa penulis tulis satu persatu kupersembahkan ini untuk kalian. Dan yang terakhir kepada seluruh pihak yang telah membantu dan senantiasa memberi dukungan kepada penulis khususnya kepada subyek kalian luar biasa.

## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan pada Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat, taufik, dan hidayah Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Konsep Diri Remaja Putra Obesitas Di Desa Singasari kecamatan Karanglewas, Kabupaten Banyumas”. Skripsi ini disusun dan diajukan guna memenuhi Tugas Akhir Mahasiswa Program Studi S1 Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Prof. Kiai Haji Saifuddin Zuhri Purwokerto.

Penyusunan skripsi ini tidak lepas dari bantuan beberapa pihak. Ucapan terimakasih penulis sampaikan kepada yang terhormat:

1. Prof. Dr. K.H. Moh, Roqib M.Ag., selaku rektor Universitas Islam Negeri Prof. Kiai Haji Saifuddin Zuhri Purwokerto
2. Prof. Dr. H. Abdul Basit, M.Ag., selaku Dekan Fakultas Dakwah
3. Nur Azizah., M.Si., selaku ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam
4. Kholil Lur Rochman, M.Si. selaku Dosen Pembimbing terima kasih atas segala saran dan bimbingannya.
5. Orang tua dan keluarga tercinta, yang memberikan bantuan dan dukungan terhadap penulis selama penyusunan skripsi
6. Teman-teman Program Studi S1 Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah Institute Agama Islam Negeri Purwokerto
7. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu, yang telah membantu penulis dalam penyusunan Skripsi.

Semoga segala bantuan dan bimbingan yang diberikan kepada penulis mendapat balasan dari Allah SWT. Aamiin. Akhirnya penulis berharap semoga laporan tugas akhir ini dapat memberikan manfaat untuk berbagai pihak.

Purwokerto, 14 Juli 2022

Penulis  
  
Nosi Nur Fadilah  
NIM. 1717101074

## DAFTAR ISI

|  |             |
|--|-------------|
| <b>HALAMAN JUDUL .....</b>                           | <b>i</b>    |
| <b>SURAT PERNYATAAN .....</b>                        | <b>ii</b>   |
| <b>PENGESAHAN .....</b>                              | <b>iii</b>  |
| <b>NOTA DINAS PEMBIMBING.....</b>                    | <b>iv</b>   |
| <b>ABSTRAK .....</b>                                 | <b>v</b>    |
| <b>MOTTO .....</b>                                   | <b>vi</b>   |
| <b>PERSEMBAHAN.....</b>                              | <b>vii</b>  |
| <b>KATA PENGANTAR.....</b>                           | <b>viii</b> |
| <b>DAFTAR ISI.....</b>                               | <b>ix</b>   |
| <b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>                        | <b>1</b>    |
| A. Latar Belakang Masalah.....                       | 1           |
| B. Penegasan Istilah .....                           | 6           |
| C. Rumusan Masalah .....                             | 9           |
| D. Tujuan Penelitian .....                           | 9           |
| E. Manfaat Penelitian.....                           | 10          |
| F. Kajian Pustaka.....                               | 11          |
| G. Sistematika Penulisan.....                        | 14          |
| <b>BAB II LANDASAN TEORI.....</b>                    | <b>16</b>   |
| A. Konsep Diri .....                                 | 16          |
| 1. Pengertian Konsep Diri .....                      | 16          |
| 2. Komponen Konsep Diri.....                         | 18          |
| 3. Proses Perkembangan dan Faktor-Faktor Konsep Diri | 21          |
| 4. Penggolongan Konsep Diri.....                     | 27          |
| B. Obesitas .....                                    | 29          |
| 1. Pengertian Obesitas .....                         | 29          |
| 2. Klasifikasi Obesitas .....                        | 30          |
| 3. Indeks Masa Tubuh (IMT) .....                     | 31          |
| <b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>               | <b>33</b>   |
| A. Jenis Penelitian dan Pendekatan.....              | 33          |

|   |           |
|---|-----------|
| B. Lokasi Penelitian .....                          | 33        |
| C. Subyek dan Objek Penelitian .....                | 34        |
| D. Teknik Pengumpulan Data .....                    | 35        |
| E. Teknik Analisis Data .....                       | 37        |
| <b>BAB IV HASIL PENELITIAN.....</b>                 | <b>40</b> |
| A. Deskripsi Data .....                             | 40        |
| 1. Gambaran Umum Subyek .....                       | 40        |
| 2. Perhitungan Indeks Masa Tubuh .....              | 41        |
| 3. Komponen Konsep Diri.....                        | 43        |
| 4. Proses Perkembangan dan Fakto-Faktor Konsep Diri | 53        |
| 5. Penggolongan Konsep Diri.....                    | 61        |
| B. Analisis Data .....                              | 66        |
| <b>BAB V PENUTUP.....</b>                           | <b>72</b> |
| A. Simpulan.....                                    | 72        |
| B. Saran.....                                       | 73        |
| C. Penutup.....                                     | 74        |
| <b>DAFTAR PUSTAKA</b>                               |           |
| <b>LAMPIRAN-LAMPIRAN</b>                            |           |
| <b>DAFTAR RIWAYAT HIDUP</b>                         |           |

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Obesitas merupakan suatu masalah yang cukup merisaukan dikalangan remaja. Obesitas terjadi pada saat badan menjadi gemuk, yang disebabkan oleh penumpukan jaringan secara berlebihan. Obesitas adalah keadaan dimana seseorang memiliki berat badan yang lebih berat dibandingkan berat badan idealnya yang disebabkan terjadinya penumpukan lemak di tubuhnya.<sup>2</sup> Kegemukan ini terjadi ketika tubuh sudah tidak terlihat normal seperti orang pada umumnya. Terjadinya kegemukan akan menurunkan tingkat percaya diri. Obesitas ini disebabkan karena pola makan yang tidak teratur (berantakan) dan kurangnya aktivitas untuk membakar lemak-lemak yang tidak dibutuhkan oleh tubuh.

Obesitas dari segi kesehatan ialah salah satu penyakit salah gizi, akibat dari mengkonsumsi makanan yang jauh melebihi kebutuhannya. Permasalahan obesitas serta kegemukan di Indonesia berlangsung pada semua kelompok usia serta pada seluruh strata sosial ekonomi. Obesitas pada remaja berisiko bersinambung ke masa dewasa, serta aspek resiko terbentuknya bermacam penyakit metabolik serta degeneratif semacam penyakit kardiovaskuler, diabetes mellitus, kanker, osteoarthritis. Pada anak, obesitas serta kegemukan pula bisa menyebabkan bermacam permasalahan kesehatan yang sangat merugikan kualitas hidup anak semacam kendala perkembangan tungkai kaki, kendala tidur, sleep apnea (henti nafas sesaat) serta kendala pernafasan lain.<sup>3</sup>

Bagi informasi dari American Heart Association (AHA) pada tahun 2011, terdapat sekitar satu pertiga (32,9%) ataupun 72 juta orang dewasa penduduk negara Amerika Serikat mengalami kegemukan. Dikenal prevalensi

---

<sup>2</sup>Windy Claudia. "Konsep Diri Remaja Putri Obesitas", *JO FISIP Volume 3 Nomor 2*. (Pekanbaru: Universitas Riau Pekanbaru, 2016) Halaman 6

<sup>3</sup>Widianti Ali dkk, "Perbedaan Anak Usia Remaja Yang Obesitas Dan tidak Obesitas Terhadap Kualitas Tidur Di SMP Negeri 8 Manado", *e-Journal Keperawatan Vol. 5 No.1* (Manado: Universitas Sam Ratulangi, 2017)

penduduk yang mengalami kegemukan di negara maju serta berkembang antara lain ialah, Inggris 16- 17,3%, Korea Selatan 1,5%, serta Thailand 4%. Bersumber pada informasi Studi Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2010 serta 2013 prevalensi kegemukan dewasa secara nasional, ialah sebesar 11,7% tahun 2010 serta bertambah menjadi 14,8% tahun 2013.<sup>4</sup>

Menurut KEMENKES RI, di Indonesia 13,5% orang dewasa usia 18 tahun ke atas kelebihan berat badan, sementara itu, 28,7% mengalami obesitas ( $IMT \geq 25$ ) dan berdasarkan indikator RPJMN 2015-2019 sebanyak 15,4% mengalami obesitas ( $IMT \geq 27$ ). Sedangkan pada anak usia 5-27 tahun, sebanyak 18,8% kelebihan berat badan dan 10,8 % mengalami obesitas. Data terakhir situasi saat ini obesitas menunjukkan belum terkendali, berdasarkan SIRKESNAS 2016, angka obesitas  $IMT \geq 27$  naik menjadi 20,7% sementara obesitas dengan  $IMT \geq 25$  menjadi 33,5%.

Prevalensi kegemukan di Sumatera Utara menurut Riskesdas 2010 ialah sebesar 13,5%, sebaliknya tahun 2013 bertambah menjadi 18,1%. Angka tersebut jauh lebih besar dari prevalensi Nasional. Prevalensi kegemukan sentral di Indonesia pada tahun 2013 adalah 26,6% lebih besar dari pada tahun 2007 ialah 18, 8%. Sumatera Utara merupakan 1 dari 18 provinsi di Indonesia yang prevalensi kegemukan sentral di atas angka Nasional ialah lebih dari 26, 6% Prevalensi kegemukan di Indonesia lebih kecil dibanding negeri Amerika Serikat, tetapi dibandingkan negeri Asean jauh lebih besar. Bersumber pada riset yang dicoba oleh Himpunan Studi Obesitas Indonesia (HISOBI) tahun 2004 dijumpai bahwa prevalensi kegemukan sentral lebih besar dari pada kegemukan umum ialah sebanyak 11,2% perempuan serta 9,6% laki- laki mengidap kegemukan umum. Sedangkan prevalensi yang lebih besar ditemui pada kelompok kegemukan sentral dimana pada laki- laki 41,2% serta pada perempuan 53,3%. Kelompok dengan karakteristik kegemukan

---

<sup>4</sup>Novriani Tarigan. "Pengetahuan Gizi Seimbang, Aktivitas Fisik Dan Obesitas Sentral Peserta Senam Aerobik Di Tama GYM Komplek Riviera Medan", *Wahana Inovasi Vol. 6 No. 1*. (Medan: Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan, 2017) Halaman 27

sentral paling tinggi di Indonesia terletak dalam rentang usia 45– 54 tahun sebanyak 27, 4%.<sup>5</sup>

Pola makan yang seimbang sangat berkontribusi untuk mengurangi risiko obesitas. Hal ini sejalan dengan konsep dalam Islam yang tercantum dalam penggalan Q.S. Al Araf ayat 31 sebagai berikut



artinya: “.... Makan dan minumlah tetapi jangan berlebihan. Sungguh Allah tidak menyukai orang yang berlebih-lebihan.”

Ayat tersebut diperkuat oleh H.R At-Tirmidzi bahwa Rasulullah SAW bersabda, “Tidak ada ‘kantong’ yang lebih buruk yang diisi oleh manusia daripada perutnya sendiri. Cukuplah seseorang itu mengonsumsi beberapa suap makanan yang dapat menegakan tulang punggungnya. Kalau terpaksa, maka ia bisa mengisi sepertiga perutnya dengan makanan, sepertiganya dengan minuman dan sepertiga sisanya untuk nafasnya”<sup>6</sup>

Dari obesitas tersebut nantinya tentu akan memunculkan permasalahan masing- masing yang dirasakan oleh remaja. Permasalahan yang dirasakan serta dialami remaja merupakan kecemasan yang ada di dalam diri sendiri, ialah kecemasan pada tubuh/fisik yang berkembang. Seperti yang dirasakan oleh salah satu subyek yang bernama IR, IR mengalami permasalahan mengenai sulitnya mencari pekerjaan yang salah satunya disebabkan oleh obesitas. Masa remaja ditandai dengan percepatan pertumbuhan fisik. Pertumbuhan perkembangan fisik pada akhir masa remaja menunjukkan terbentuknya remaja laki-laki sebagai bentuk khas laki-laki dan remaja perempuan menjadi bentuk khas perempuan. Proses pertumbuhan ini dipengaruhi percepatan pertumbuhan fisik remaja: (masa kritis dari perkembangan biologis) serta, berupa: perubahan bentuk tubuh, ukuran tinggi

<sup>5</sup>Novriani Tarigan. “Pengetahuan Gizi Seimbang, Aktivitas Fisik Dan Obesitas Sentral Peserta Senam Aerobik Di Tama GYM Komplek Riviera Medan”, *Wahana Inovasi Vol. 6 No. 1.* (Medan: Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan, 2017) Halaman 28

<sup>6</sup>Thayyibah Nazlatul Ain. “Jamu Lifestyle; Warisan ‘Clean Eating’ Nusantara sebagai Gaya Hidup Sehat Berdasarkan Al-quran”. (Surabaya: UIN Sunan Ampel)

dan berat badan, proporsi muka dan badan.<sup>7</sup> Kemudian sesudah mengalami permasalahan diri sendiri, remaja juga perlu membiasakan dengan hal-hal di luar dirinya, permasalahan kedekatan dengan orang lain, paling utama teman-teman sebayanya. Ditambah lagi dengan bagaimana remaja belajar membiasakan diri dengan orang lain, dengan norma serta kultur yang melingkupinya. Hal-hal yang dialami oleh remaja, sebagian besar menyangkut tentang dirinya. Sedangkan diri (*self*) terbentuk dengan adanya konsep tentang diri (*self concept*).

Konsep diri ialah gambaran menyeluruh tentang keahlian serta sifat-sifat seseorang. Menurut Fitts totalitas pemahaman ataupun anggapan seorang tentang dirinya sendiri ialah cerminan tentang diri atau konsep diri individu. Fitts juga menerangkan, jika konsep diri mempengaruhi kuat terhadap tingkahlaku seseorang. Dengan mengetahui konsep diri seseorang, akan lebih gampang meramalkan serta menguasai tingkahlaku orang tersebut.<sup>8</sup>

Disinilah berartinya konsep diri pada remaja supaya pada saat mereka menguasai tentang diri mereka sendiri mereka akan merasa aman. konsep diri merupakan cara individu tersebut memandang ataupun melaksanakan evaluasi terhadap dirinya sendiri. Konsep diri ialah hal penting yang akan memastikan bagaimana seseorang memandang dirinya sendiri. Konsep diri yang positif berarti bahwa semakin banyak individu tersebut dalam memahami kelebihan dan kekurangannya. Konsep diri positif akan membuat orang merasa bahagia sebab orang tersebut akan secara suka cita menerima keadaan diri. Konsep diri mencakup harga diri, serta gambaran diri seseorang. Mengingat konsep diri ialah arah dari seseorang pada saat harus bertingkah laku, maka perlu dipaparkan peran penting dari konsep diri.<sup>9</sup>

---

<sup>7</sup>Wiji Hidayati dan Purnami Sri. *Psikologi Perkembangan*. (Yogyakarta: Teras, 2008).

<sup>8</sup>Pratiwi Wahyu Widiarti, "Konsep Diri (Self Concept) Dan Komunikasi Interpersonal Dalam Pendampingan Pada Siswa SMP Se Kota Yogyakarta", *Jurnal Ilmu Komunikasi*, Vol. 47 No. 1 (Yogyakarta: Universitas Yogyakarta, 2017) Halaman 136-137

<sup>9</sup>Erli Ermawati dkk, "Hubungan Antara Konsep Diri Dengan Perilaku Konsumtif Pada Remaja Di SMP N 1 Piyungan", *Jurnal Spirits Vol. 2 No. 1* (Yogyakarta: Universitas Sarjanawiyata Tamansiswa, 2011) Halaman 4-5

Dalam penelitian ini adalah subyek yang mengalami kegemukan menurut perhitungan dengan IMT. Indeks Massa Tubuh (IMT) merupakan alat atau cara yang sederhana untuk memantau status gizi orang dewasa, khususnya yang berkaitan dengan kekurangan dan kelebihan berat badan. Dengan IMT nantinya akan diketahui apakah berat badan seorang dinyatakan normal, kurus, atau gemuk.

Dalam hal ini dan dari latar belakang yang sudah dipaparkan diatas, kondisi subyek saat ini adalah remaja dengan kondisi ada yang masih sekolah, dan belum mendapat pekerjaan. Subyek yang pertama dengan inisial AM= 22 tahun dengan berat badan 96 kg dan tinggi badan 163 cm (bekerja mengikuti usaha orang tua), IR= 20 tahun dengan berat badan 73 kg dan tinggi badan 165 cm (belum mendapat pekerjaan), FK= 22 tahun (masih menjadi mahasiswa) dengan berat badan 80 kg dan tinggi badan 170 cm.

Alasan meneliti subyek tersebut adalah berawal dari peneliti bertemu dengan salah satu remaja yaitu IR. Dia bercerita mengenai kecemasan yang sedang dialaminya saat ini yaitu belum mendapat pekerjaan sejak lulus dari SMK hingga saat ini salah satu faktornya adalah kegemukan yang menurunkan tingkat percaya diri IR. Seorang Laki-laki adalah manusia yang dikodratkan sebagai orang yang mencari nafkah atau sebagai tulang punggung keluarga. Dalam hal ini, laki-laki sangat memerlukan pekerjaan untuk bisa menjadi laki-laki yang bertanggung jawab dan mampu mencari nafkah. Sekarang ini mencari pekerjaan tidaklah mudah banyak syarat-syarat yang harus dipenuhi untuk di terima di suatu perusahaan atau di suatu bidang pekerjaan. Salah satu syarat untuk bisa mendapat pekerjaan adalah bentuk fisik yang ideal atau *good looking*. Bagi kita warga Indonesia sering sekali menjumpai pamflet lowongan pekerjaan dengan ciri-ciri antara lain: Berpenampilan menarik, Tinggi badan minimal 165 cm, berat badan ideal, Usia maksimal 25 tahun, Fress Graduate, Taat Beragama, Belum menikah, Wanita atau Pria, Sehat jasmani dan rohani, dan lain-lain. Bukan hal mudah bagi seorang laki-laki yang diberi fisik tidak sesuai dengan kriteria dan membuat mereka minder. Dalam hal ini peneliti tertarik ingin meneliti konsep

diri remaja putra yang mengalami obesitas di Desa Singasari dalam menyikapi kelebihan atau kekurangan yang ada didalam dirinya tersebut. Dengan judul proposal **“Konsep Diri Remaja Putra Yang Mengalami Obesitas Di Desa Singasari Kecamatan Karanglewas Kabupaten Banyumas.”**

## **B. Penegasan Istilah**

Perlu adanya penegasan istilah yang menjadi pokok bahasan dalam penelitian ini. Adapun penegasan istilah tersebut adalah:

### **1. Konsep Diri**

Menurut William James membedakan “diri” menjadi dua komponen yaitu “aku objek” dan “aku subjek”. Yang mana ini dapat dikatakan sebagai dikotomi individu. Pemahaman “aku objek” yakni semua hal yang ada di dalam diri yang kepemilikannya adalah dirinya seperti kemampuan, kepribadian dan sesuatu yang dapat dilihat dan melekat pada diri seseorang. Sedangkan “aku subjek” dapat dikatakan sebagai sumber diri yang dapat dilihat dari pengalaman (I) dan pesan dari pengalaman (me). Cooley menambahkan bahwa pembentukan konsep diri seseorang dipengaruhi oleh masyarakat. Pandangan dari orang lain merupakan faktor penting dan menjadi sumber utama seseorang dapat mengenali dirinya. Pemikiran Cooley kemudian ditindaklanjuti oleh George Herbert Mead yang menyebutkan bahwa konsep diri juga dapat dibentuk dari kelompok sosial yang individu ikuti.<sup>10</sup>

Menurut Hurlock, konsep diri adalah suatu keyakinan atau persepsi seseorang tentang dirinya sendiri dan bagaimana pendapat orang lain tentang dirinya. Dirinya konsep diri berpusat pada bagaimana seseorang memiliki persepsi, pandangan, dan kemampuan dalam menilai dirinya sendiri.<sup>11</sup>

Burns berpendapat bahwa konsep diri merupakan gambaran dari segala yang dipikirkan seseorang apa pendapat orang lain tentang dirinya atau apa saja yang diinginkan oleh individu itu sendiri. Konsep Diri adalah

---

<sup>10</sup> Beatris Novianti Kiling, dkk., “Tinjauan Konsep Diri Dan Dimensinya Pada Anak Dalam Masa Kanak-Kanak Akhir” *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Konseling Volume Nomor 2* (Universitas Nusa Cendana, 2015) Halaman 117

<sup>11</sup> Hurloc, “Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan”. *Terjemahan oleh Meitasari Tjandrasa & Mukhlisa Zarkasih* (Jakarta: Erlangga, 1976) Halaman 22

segala persepsi dan apa yang menjadi keyakinan seseorang tentang dirinya sendiri.<sup>12</sup>

Fitts menyatakan bahwa konsep diri merupakan cerminan yang berwujud serangkaian keyakinan tentang dirinya sendiri yang diperoleh dari bagaimana seseorang berinteraksi yang setelah itu dapat memberikan pengaruh terhadap perilaku yang bersumber pada dimensi eksternal atau internal.<sup>13</sup>

Konsep diri dalam penelitian ini adalah bagaimana konsep diri remaja putra obesitas apakah sesuai dengan komponen konsep diri maksudnya bagaimana mengenai sikapnya, kemudian bagaimana proses perkembangan dan faktor konsep diri dan yang terakhir penggolongan konsep diri apakah konsep diri yang dimiliki oleh subjek merupakan konsep diri yang positif atau negative. pada intinya bagaimana cara mereka untuk menghadapi kekurangan dan kelebihan yang terdapat dalam diri mereka untuk beradaptasi dengan dirinya sendiri dan lingkungannya.

## 2. Remaja

Menurut WHO masa remaja adalah usia 10 – 19 tahun. Pada fase tersebut terjadi perubahan yang amat pesat baik dalam fase biologis dan hormonal, maupun bidang psikologis dan sosial.<sup>14</sup>

Menurut Santrock Remaja berasal dari kata latin *adolensence* yang berarti berkembang atau tumbuh menjadi dewasa. Sebutan *adolensence* memiliki makna yang lebih luas lagi yang mencakup kematangan mental, emosional sosial serta fisik. Serta mengatakan jika anak muda merupakan suatu masa ketika orang mengalami pertumbuhan psikologis serta pola identifikasi dari anak- anak menjadi dewasa.<sup>15</sup>

---

<sup>12</sup> Ahmad Hariyadi dan Agus Darmuki. "Prestasi Dan Motivasi Belajar Dengan Konsep Diri". *Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar* (Kudus: Universitas Muria Kudus, 2019) Halaman 283

<sup>13</sup> Jessica Gumulya dan Mariyana Widiastuti. "Pengaruh Konsep diri terhadap Perilaku Konsumtif Mahasiswa Universitas Esa Unggul". *Jurnal Psikologi Vol. 11 No. 1* (Jakarta: Universitas Esa Unggul, 2013) Halaman 52

<sup>14</sup> Sofwan Indarjo. "Kesehatan Jiwa Remaja". *Jurnal Kesehatan Masyarakat* (Semarang: Universitas Negeri Semarang, 2009) Halaman 50

<sup>15</sup> Febi Trafena Talika. "Manfaat Internet Sebagai Media Komunikasi Bagi Remaja Di Desa Air Mangga Kecamatan Laiwui Kabupaten Halmahera Selatan". *E. journal Vol. 5 No. 1*

Papalia dan Olds tidak menjelaskan pengertian remaja secara eksplisit akan tetapi secara implisit melalui pengertian masa remaja (*adolescence*). Menurut Papalia dan Olds masa remaja adalah masa transisi perkembangan antara masa kanak-kanak menuju dewasa yang pada umumnya dimulai pada umur 12 atau 13 tahun dan berakhir pada umur akhir belasan tahun atau awal dua puluh tahun. Sedangkan Anna Freud berpendapat bahwa pada masa remaja terjadi proses perkembangan antara lain meliputi perubahan-perubahan yang berhubungan dengan perkembangan psikoseksual, dan juga terjadi perubahan dalam hubungan dengan orangtua dan cita-cita yang ingin mereka wujudkan, dimana pembentukan cita-cita adalah proses pembentukan orientasi masa depan.<sup>16</sup>

Remaja yang mengalami kegemukan sudah pasti memiliki problem masing-masing dan juga cara penyelesaian masalah masing-masing. Problem remaja biasanya meliputi: a. Bagaimana perasaan remaja terhadap dirinya sendiri (dapat menerima diri apa adanya), b. Bagaimana perasaan remaja terhadap orang lain (dapat menerima keberadaan orang lain), c. Bagaimana kemampuan remaja mengatasi persoalan hidup sehari-hari.<sup>17</sup>

Remaja menurut Mappiare, berlangsung antara umur 12 tahun sampai 21 tahun bagi wanita dan 13 tahun sampai dengan 22 tahun bagi laikilaki. Rentang usia remaja ini dapat dibagi menjadi dua bagian, yaitu usia 12/13 tahun sampai dengan 17/18 tahun adalah remaja awal, dan usia 17/18 tahun sampai dengan 21/22 tahun. Remaja dalam penelitian ini adalah remaja laki laki yang berusia 22 tahun (AM), 20 tahun (IR), dan 22 tahun (FK).

### 3. Obesitas

Menurut WHO, obesitas adalah akumulasi lemak yang berlebihan atau tidak normal yang dapat mempengaruhi kesehatan. Seseorang

---

<sup>16</sup>Khamim Zarkasih Putro. "Memahami Ciri dan Tugas Perkembangan Masa Remaja". *Jurnal Aplikasi Ilmu-ilmu Agama, Volume 17 Nomor 1* (Yogyakarta: FTIK UINSuKa, 2017) Halaman 25.

<sup>17</sup>Sofwan Inndarjo, "Kesehatan Jiwa Remaja", *Jurnal Kesehatan Masyarakat* (Semarang: Universitas Negeri Semarang, 2009) Halaman 50

dikatakan obesitas ketika sel-sel lemak tumbuh atau membesar di dalam tubuhnya.<sup>18</sup>

Menurut Soetjningsih, obesitas adalah suatu keadaan patologis, yaitu adanya penimbunan lemak yang berlebihan, yang diperlukan untuk fungsi normal tubuh. Obesitas, atau kelebihan berat badan untuk kesehatan, adalah penyakit kekurangan gizi yang diakibatkan oleh asupan makanan yang jauh lebih tinggi dari yang diperlukan.<sup>19</sup>

Bagi Sidartawan, kegemukan merupakan penyakit multifaktorial yang berlangsung sebagai akibat dari penumpukan jaringan adiposa yang melampaui batas serta bisa mempengaruhi kesehatan. Pada saat seorang bertambah berat badan, sel-sel lemak bertambah besar serta kemudian jumlah meningkat.<sup>20</sup>

Obesitas dalam penelitian ini adalah menggunakan acuan yang sering digunakan untuk mengetahui atau menentukan derajat kelebihan berat badan atau kegemukan yaitu dengan menggunakan *Body Mass Indeks* (BMI) atau *Indeks Massa Tubuh* (IMT). Menghitungnya dengan cara berat badan (dalam kilogram) dibagi kuadrat tinggi badan (dalam meter). IMT memberikan kesan yang umum terhadap tingkat kegemukan (jumlah lemak dalam tubuh).

Remaja Putra yang mengalami Obesitas di Desa Singasari Kecamatan Karanglewas Kabupaten Banyumas adalah:

- a. Inisial AM usia 22 tahun dengan berat badan 96 kg dan tinggi badan 163 cm IMT nya adalah 34,00 (Obesitas II)
- b. Inisial IR usia 20 tahun dengan berat badan 73 kg dan tinggi badan 168 cm IMT nya adalah 26,00 (Obesitas I)

---

<sup>18</sup>Mia Aulia Rahim, dkk., "Oishi (Obesity Home Care Intervention) Sebagai Inovasi Rumah Rawat Mandiri Obesitas Untuk Meningkatkan Kualitas Hidup Anak Penderita Obesitas". *Tinjauan Pustaka, Volume 6 Nomor 2* (Sumatera Barat: Universitas Andalas, 2018) Halaman 9

<sup>19</sup>Widianti Ali dkk., "Perbedaan Anak Usia Remaja Yang Obesitas Dan tidak Obesitas Terhadap Kualitas Tidur Di SMP Negeri 8 Manado", e-Journal Keperawatan Vol. 5 No.1 (Manado: Universitas Sam Ratulangi 2017)

<sup>20</sup>Nur Aini Sri Wahyuningsih, *Skripsi* "Hubungan Obesitas Dengan Osteoarthritis Lutut Pada Lansia Di Kelurahan Puncangsawit Kecamatan Jebres Surakarta" (Surakarta: Universitas Sebelas Maret, 2009) Halaman 15

- c. Inisial FK usia 22 tahun dengan berat badan 80 kg dan tinggi badan 170 cm IMT nya adalah 27,00 (Obesitas I)

### **C. Rumusan Masalah**

Bersumber pada Latar Belakang permasalahan yang sudah penulis jabarkan sehingga bisa dirumuskan suatu permasalahan sebagai berikut:

1. Apa saja komponen konsep diri bagi remaja putra obesitas di Desa Singasari Kecamatan Karanglewas Kabupaten Banyumas?
2. Bagaimana proses perkembangan dan faktor-faktor konsep diri?
3. Apa saja penggolongan konsep diri?

### **D. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah tersebut, tujuan yang ingin dicapai dari hasil penelitian ini adalah untuk mengetahui:

1. Untuk mengetahui apa saja komponen konsep diri remaja putra obesitas di Desa Singasari Kecamatan Karanglewas Kabupaten Banyumas
2. Untuk mengetahui bagaimana proses perkembangan dan faktor konsep diri
3. Untuk mengetahui apa saja penggolongan konsep diri

### **E. Manfaat Penelitian**

1. Manfaat Teoritis
  - a. Pengetahuan keilmuan dalam mengaplikasikan konsep diri dalam kehidupan sehari-hari
  - b. Sebagai bahan Pustaka untuk peneliti, dosen, serta mahasiswa dalam melaksanakan penelitian tentang konsep diri
  - c. Hasil penelitian ini bisa digunakan sebagai bahan acuan serta bahan pertimbangan untuk penelitian selanjutnya
2. Manfaat Praktis
  - a. Bagi Remaja Putra Pengidap Obesitas
    - 1) Sebagai bahan penilaian sekaligus membagikan solusi mengenai konsep diri yang telah diterapkan pada pengidap obesitas

- 2) Bisa menambah pengetahuan tentang konsep diri sebagai pengidap obesitas dalam menghadapi permasalahan yang dialami
- b. Untuk Peneliti
- 1) Penelitian ini digunakan sebagai sumber informasi tentang konsep diri remaja putra yang mengalami obesitas
  - 2) Bisa mengaplikasikan ataupun mempraktikkan ilmu yang diperoleh sekaligus pengalaman yang didapat sewaktu melaksanakan penelitian
- c. Bagi pembaca
- 1) Dapat menambah pengetahuan tentang konsep diri yang alami oleh remaja putra yang mengalami obesitas
  - 2) Sebagai sumber pustaka
- d. Bagi Universitas
- 1) Dapat sebagai rujukan ataupun bahan bacaan diperpustakaan
  - 2) Untuk mahasiswa dapat sebagai referensi untuk Menyusun skripsi serta bahan untuk skripsi.

## **F. Kajian Pustaka**

Penelitian yang di tulis oleh Windy Claudia, Jurusan Sosiologi Fakultas Ilmu Sosial serta Ilmu Politik Universitas Riau Pekanbaru Volume 3 Nomor 2 tahun 2016 yang berjudul “*Konsep Diri Remaja Putri Obesitas*” di penelitian ini didapatkan hasil Konsep diri remaja putri yang mengalami obesitas dengan melihat dari aspek dan faktor. Aspek tersebut adalah gambaran diri, ideal diri, harga diri, peran dan identitas diri. Sedangkan faktornya adalah tekanan dari teman sebaya dan lingkungannya. Gangguan konsep diri banyak terjadi pada remaja, sebab di fase remaja adalah fase dimana berada pada tahap masa krisis identitas, yaitu mencari jati diri menggunakan cara mewujudkan keinginannya agar menjadi seseorang yang sempurna secara intelektual, kepribadian, dan dalam hal penampilan, namun remaja tersebut tidak bisa mewujudkannya karena keadaan tubuhnya yang mengalami obesitas, sebagai akibatnya keadaan inilah yang menjadi konsep

diri remaja yg obesitas mengalami konsep diri yang negative. umumnya faktor penyebab terjadinya obesitas di remaja putri adalah faktor keturunan serta faktor lingkungan gaya hidup seperti pola makan, apa yang dimakan dan kurangnya melakukan aktivitas olahraga.<sup>21</sup> Persamaan penelitian ini adalah jenis penelitian ini menggunakan metode kualitatif kemudian sama-sama menggunakan alat ukur berupa pedoman wawancara dan dokumentasi serta memiliki tujuan yang sama yaitu untuk mengetahui karakteristik remaja, konsep diri, dan faktor penyebab obesitas pada remaja putri. Sedangkan perbedaannya ialah informan penelitian ini adalah remaja putri obesitas dengan pekerjaan orang tua adalah Pegawai Negeri Sipil (PNS) sedangkan penelitian yang akan dilakukan adalah remaja putra yang mengalami obesitas.

Dalam penelitian yang di tulis oleh Nurul Hidayah dkk Jurnal Medica Majapahit Volume 7 Nomor 1 tahun 2015 yang berjudul “*Konsep Diri Remaja Yang Mengalami Obesitas Di Rumah Sehat Herbalife*” Tipe penelitian yang digunakan merupakan penelitian deskriptif. Dalam hal ini penelitian ini guna mengenali konsep diri remaja yang mengalami kegemukan dirumah sehat herbalife Singosari serta dengan variabelnya yaitu konsep diri remaja yang mengalami kelebihan berat badan (Obesitas) di rumah sehat herbalife Singosari. Dengan sub Variabel: 1). Citra diri remaja yang mengalami obesitas. 2). Identitas diri anak muda yang mengalami obesitas. 3). Ideal diri remaja yang mengalami obesitas. 4). Peran diri anak muda yang mengalami obesitas. 5). Harga diri remaja yang mengalami obesitas.

Populasi dalam penelitian ini yang digunakan merupakan remaja yang mengalami obesitas di rumah sehat herbalife. Jumlah populasi remaja yang mengalami obesitas sedang dan obesitas berat berjumlah 35 orang dalam rentang 4 bulan ialah pada bulan Mei hingga dengan Agustus 2014. Sebaliknya sampel pada penelitian ini merupakan sampel populasi ialah remaja yang mengalami obesitas yang memenuhi kriteria sebagai berikut:

---

<sup>21</sup>Windy Claudia. “*Konsep Diri Remaja Putri Obesitas*”, *JO FISIP Volume 3 Nomor 2*. (Pekanbaru: Universitas Riau Pekanbaru, 2016) Halaman 12

1. Kriteria eksklusi ialah: para remaja yang tidak berkenan menjadi responden.
2. Kriteria inklusi ialah:
  - a. Remaja umur 10- 20 tahun.
  - b. Anak muda yang kegemukan sedang: dengan IMT 35- 39, 9
  - c. Remaja yang kegemukan berat: dengan IMT > 40
  - d. Remaja yang kooperatif
  - e. Bersedia sebagai responden

Metode pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini merupakan Metode total sampling ataupun sampling jenuh ialah metode penentuan sampel apabila seluruh anggota populasi digunakan sebagai sampel. Penelitian ini dilaksanakan di Rumah Sehat Herbalife Singosari, tanggal 9- 10 Agustus 2014. Instrumen yang digunakan dalam penelitian Pada penelitian ini peneliti memakai kuesioner dengan tipe persoalan yang digunakan merupakan pertanyaan tertutup. Sehingga responden hanya menanggapi persoalan dengan member tanda checklist ( $\surd$ ), dimana dalam kuesioner terdiri dari 25 statment meliputi 5 statment menimpa citra diri, 5 statement menimpa ideal diri, 5 statment menimpa harga diri, 5 statment menimpa kedudukan diri, 5 statment menimpa identitas diri.<sup>22</sup> Persamaan penelitian ini adalah sama-sama bertujuan untuk mengidentifikasi konsep diri remaja yang mengalami obesitas. Sedangkan perbedaannya ialah peneliti menggunakan metode kualitatif sedangkan penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan menggunakan alat ukur yaitu kuisoner tertutup.

Berikutnya dalam penelitian yang ditulis oleh Sri Yohana Pandu, Jurnal Psikovidya volume 18 No 2 tahun 2014 dengan judul "*Konsep Diri Remaja Putri Yang Mengalami Obesitas*" Penelitian ini menggunakan metode kualitatif tujuan peneliti memilih metode tersebut untuk menyampaikan sesuatu yang belum diketahui secara terarah serta terpimpin, sehingga nantinya diharapkan mendapatkan data yang di impikan oleh

---

<sup>22</sup> Nurul Hidayah dkk., "Konsep Diri Remaja Yang Mengalami Obesitas Di Rumah Sehat Herbalife" Jurnal Medica Majapahit Vol. 7 No. 1 (Malang: Poltekkes kemenkes Malang, 2015) Halaman 26

peneliti. Ada pula tujuan dari penelitian ini ialah untuk mengenali bagaimana konsep diri remaja putri akhir berumur 19- 21 tahun, yang mengalami obesitas, sehingga remaja putri seperti pemikiran masyarakat yang menganggap jika kecantikan dilihat dari penampilan serta jika “cantik itu ramping” sehingga obesitas yang dialami remaja akan mempengaruhi terhadap penampilan serta akhirnya mempengaruhi konsep dirinya. Fokus penelitian ini merupakan konsep diri pada remaja putri 19- 21 tahun, yang mengalami obesitas. Penekanan berikutnya konsep diri merupakan hal- hal khusus yang dirasakan penting serta diyakini sebagai sesuatu yang benar dan layak dijadikan sebagai tujuan hidup yang wajib dipilih. Konsep diri yang positif bisa dijabarkan sebagai hal- hal apa saja yang di idamkan selama menjalani kehidupan, dan hambatan apa yang dialami oleh remaja putri pada rentang umur remaja akhir dalam menggapai konsep diri yang positif. Perihal ini akan menjadi menarik sebab konsep diri akan diteliti pada remaja putri yang mengalami obesitas, dimana mereka diartikan sebagai seseorang remaja putri yang mengalami obesitas mempunyai dampak terhadap diri dalam berhubungan dengan area sosialnya. Penelitian ini memandang dari tiap subyek apakah mereka mempunyai konsep diri positif atau konsep diri negative dengan memandang faktor-faktor apa saja untuk dapat memastikan konsep diri positif ataupun konsep diri negative ialah antara lain sahabat dekat maupun keluarga, area sekolah, orang tua, area sosial, pengalaman ataupun perubahan yang besar berupa kondisi fisik ataupun penampilan fisik yang merupakan hal yang sangat dicermati serta menjadi aspek yang sangat berperan dalam pembentukan konsep diri seseorang. Persamaan penelitian ini adalah menggunakan metode kualitatif. Sedangkan perbedaan penelitian ini adalah remaja yang diteliti adalah remaja putri obesitas yang berumur 19-21 tahun sedangkan yang akan peneliti teliti adalah remaja putra obesitas yang berumur 20-22 tahun.

## **G. Sistematika Penulisan**

Sistematika penulisan ini merupakan kerangka skripsi secara umum, yang bertujuan untuk memberi petunjuk kepada pembaca mengenai permasalahan yang akan dibahas dalam penelitian ini. Oleh sebab itu, berikut adalah gambaran sistematika pembahasan yang akan dibahas:

Pada bagian awal skripsi ini adalah berisi halaman judul, halaman nota dinas pembimbing, halaman pengesahan, halaman motto, halaman persembahan, kata pengantar, daftar isi, dan halaman daftar lampiran. Pada bagian yang kedua adalah pokok-pokok permasalahan skripsi yang disajikan dalam bentuk baby aitu dari bab I hingga bab V.

- Bab I menjelaskan tentang pendahuluan yang berisi permasalahan yang akan dibahas dalam penulisan yang bertujuan untuk memberikan gambaran terhadap permasalahan yang dibahas. Permasalahan meliputi Latar Belakang, Definisi Operasional, Rumusan Masalah, Tujuan Penulisan, dan Manfaat Penulisan, Kajian Pustaka dan yang terakhir Sistematika Pembahasan.
- Bab II Menjelaskan tentang Landasan Teori secara rinci mengenai teori yang akan menjadi dasar pada penelitian ini terutama tentang Konsep Diri. Oleh Sebab itu, pada bab ini akan dibagi menjadi beberapa sub bab.
- Bab III Menjelaskan tentang metode penulisan, yang meliputi Jenis Penulisan, Pendekatan Penelitian, Tempat dan Waktu Penelitian, Subyek dan Obyek Penelitian, Sumber Data, Metode Pengumpulan Data, Sumber Data dan Analisis Data.
- Bab IV Menjelaskan tentang hasil penelitian dan pembahasan yang meliputi, Deskripsi Data dan Analisis Data
- Bab V Penutup, terdiri dari Kesimpulan dan Saran serta diakhir terdapat Daftar Pustaka dan Lampiran-Lampiran.

## BAB II

### LANDASAN TEORI

#### A. Konsep Diri

##### 1. Pengertian Konsep Diri

Konsep diri adalah usaha memahami diri kita sendiri, kemudian menghasilkan konsep kita mengenai diri kita sendiri, yang biasa disebut dengan konsep diri atau *self concept*. Pembahasan mengenai konsep diri sudah dibicarakan sejak para filsuf mulai bertanya-tanya mengenai “diri” william james salah satu pelopor psikologi.

Menurut William james membedakan “diri” menjadi dua komponen yaitu “aku objek” dan “aku subjek”. Yang mana ini dapat dikatakan sebagai dikotomi individu. Pemahaman “aku objek” yakni semua hal yang ada di dalam diri yang kepemilikannya adalah dirinya seperti kemampuan, kepribadian dan sesuatu yang dapat dilihat dan melekat pada diri seseorang. Sedangkan “aku subjek” dapat dikatakan sebagai sumber diri yang dapat dilihat dari pengalaman (I) dan pesan dari pengalaman (me). Cooley menambahkan bahwa pembentukan konsep diri seseorang dipengaruhi oleh masyarakat. Pandangan dari orang lain merupakan faktor penting dan menjadi sumber utama seseorang dapat mengenali dirinya. Pemikiran Cooley kemudian ditindaklanjuti oleh George Herbert Mead yang menyebutkan bahwa konsep diri juga dapat dibentuk dari kelompok sosial yang individu ikuti.<sup>23</sup>

Menurut Hurlock, konsep diri dimaksud selaku persepsi, kepercayaan perasaan ataupun perilaku seseorang tentang dirinya sendiri, kualitas penyikapan orang tentang dirinya sendiri serta suatu system pemaknaan orang tentang dirinya sendiri serta pemikiran orang lain

---

<sup>23</sup> Beatriks Novianti Kiling, dkk., “Tinjauan Konsep Diri Dan Dimensinya Pada Anak Dalam Masa Kanak-Kanak Akhir” *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Konseling Volume Nomor 2* (Universitas Nusa Cendana, 2015) Halaman 117

tentang dirinya.<sup>24</sup> Menurut Darmawan, konsep diri ialah anggapan diri sendiri tentang aspek fisik, social serta psikologi yang diperoleh individu lewat pengalaman serta interaksinya dengan orang lain.<sup>25</sup> Menurut Surya, Konsep diri merupakan cerminan, metode pandang, kepercayaan, pemikiran, perasaan terhadap apa yang dipunyai orang tentang dirinya, meliputi keahlian, kepribadian diri, perilaku, perasaan, kebutuhan, tujuan hidup serta penampilan diri.<sup>26</sup> Menurut Santrock, Konsep diri ialah penilaian terhadap domain yang khusus dari diri. Remaja bisa membuat penilaian diri terhadap bermacam domain dalam hidup akademiknya.<sup>27</sup> Menurut Burns, konsep diri merupakan suatu gambaran kombinasi dari apa yang dipikirkan seseorang, komentar orang lain mengenai dirinya, serta apa yang di impikan oleh seseorang tersebut.<sup>28</sup> Menurut Calhaoun dan Acocella mendefinisikan konsep diri sebagai gambaran mental seseorang. Budi Anna Keliat mengemukakan bahwa “konsep diri adalah semua ide, pikiran, kepercayaan dan pendirian yang diketahui individu tentang dirinya dan mempengaruhi individu dalam berhubungan dengan orang lain.”<sup>29</sup> Dari beragam definisi diatas yang dikemukakan oleh para ahli adalah pengertian mengenai konsep diri. Meskipun pengertian konsep diri hampir sama atau memiliki berbagai kesamaan. Namun, dengan adanya berbagai kesamaan tersebut akan saling melengkapi tentang setiap batasan mengenai pengertian konsep diri yang selalu terdapat elemen persamaan yang menunjukkan bahwa pada konsep diri itu ada pandangan individu terhadap dirinya sendiri.

---

<sup>24</sup> Hurloc. “Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan”. Terjemahan oleh Meitasari Tjandrasa & Mukhlisa Zarkasih (Jakarta: Erlangga, 1976) Halaman 22

<sup>25</sup> Indra Darmawan. ”Kiat jitu Taklukkan Psikotest” (Jogjakarta : Buku Kita, 2009) Halaman 50

<sup>26</sup> Hendra Surya, “Percaya Diriiitu Penting, Peran Orangtua dalam Menumbuhkan Percaya Diri Anak” (Jakarta: Elex Media Komputindo, 2007) Halaman 50

<sup>27</sup> Santrock J.W, “Life Span Development” (Jakarta: Erlangga, 2003), hlm. 56

<sup>28</sup> Ahmad Hariyadi dkk., “Prestasi dan motivasi belajar dengan konsep diri” Prosiding seminar nasional (Kudus: Universitas Muria Kudus, 2019) Halaman 283

<sup>29</sup> Petrus Karle. *Thesis*. “Hubungan Antara Konsep Diri, Efikasi Diri, dan Sikap Ilmiah Dengan Prestasi Belajar Mahasiswa Semester VI Program Studi Bimbingan dan Konseling FKIP UNISRI Surakarta Tahun Akademik 2009/2010.” (Surakarta: Universitas Negeri Sebelas Maret Surakarta, 2011) Halaman 20

Berdasarkan pengertian yang sudah dijelaskan diatas maka dapat dikatakan bahwa dalam setiap diri individu konsep diri itu adalah komponen yang sangat penting dan sangat dibutuhkan jika seorang tidak memiliki konsep diri maka hidupnya akan kacau dan mungkin bisa jadi tidak terarahkan, konsep diri juga sangat penting sebagai acuan untuk bisa mengontrol diri dalam bertingkah laku terhadap individu lainnya. Atau dapat ditarik kesimpulan konsep diri yakni segala anggapan orang terhadap diri sendiri, fisik, sosial, dan psikologisnya yang didasarkan pada pengalaman dan interaksi dengan orang lain. konsep diri pula merupakan suatu hal yang berarti dalam pengintegrasian kepribadian, memotivasi diri sendiri dalam hal bertingkah laku supaya segala suatu yang di impikan pada akhirnya akan tercapai dan kesehatan mental akan tercipta dengan lebih baik.

## 2. Komponen-komponen konsep diri

Menurut William James konsep diri memiliki 4 komponen yaitu: Diri Spiritual yaitu kepuasan terhadap apa yang kita lakukan, bukan apa yang kita punyai, Diri Kebendaan yaitu pakaian dan milik-milik kebendaan yang kita lihat sebagai bagian dari kita, Diri Sosial adalah segala sesuatu yang berhubungan dengan orang lain, Diri Badaniah berkaitan dengan kondisi fisik seseorang. Seperti tinggi, gemuk, pesek, pendek, berotot, kurus, rambut lurus atau keriting.

Secara umum konsep diri menurut Suliswati, et al dan Kusumawati dan juga Hartono memiliki lima komponen yaitu Konsep Tubuh (*body image*), Ideal Diri (*self ideal*), Harga Diri (*self esteem*), Peran (*self role*), dan Identitas (*self identity*).

### a. Citra Tubuh (*Body Image*)

Menurut Audrey dkk citra tubuh adalah yang digambarkan dalam bentuk penampilan fisik. Citra tubuh juga diartikan selaku kumpulan dari perilaku orang yang disadari serta tidak disadari terhadap tubuhnya termasuk anggapan masa lalu serta saat ini, dan

perasaan tentang ukuran badan, fungsi tubuh, penampilan, serta potensi tubuh.

Untuk seorang anak, konsep diri yang ia miliki tidak ditentukan oleh bagaimana jenis atau tubuh yang dimilikinya. Tetapi bagaimana respon, tanggapan, dan julukan-julukan yang diberikan oleh teman-teman terdekatnya. Pemberian julukan yang berdasarkan pada bentuk fisik pada masa kanak-kanak sangat berpengaruh bagi pembentukan konsep dirinya. Anak-anak yang duduk di bangku sekolah dasar lebih mudah untuk menerima input, masukan-masukan dan informasi yang bersumber dari teman serta orang dewasa disekitarnya tentang bagaimana dirinya dan apa saja prestasi yang diraih oleh anak-anak tersebut. Mereka lebih mudah mempercayainya yang kemudian hal-hal tersebut dapat membentuk dan menentukan bagaimana konsep diri yang mereka miliki.

b. Ideal Diri (*Self Ideal*)

Ideal diri adalah pikiran seseorang tentang cara mengkonsepkan tigas lakunya untuk masa depan. Yaitu berkaitan dengan harapan-harapan masa depan yang ingin di capai yang dibentuk melalui ideal diri. Ideal sama halnya dengan cita-cita masa depan yang dibentuk dari kecil dan dari dorongan orang-orang disekelilingnya untuk dapat berfikir maju di masa depan. Hal tersebut sangat diperlukan bagi individu agar dirinya terdorong untuk meraih sesuatu yang lebih baik atau mencapai tujuan yang diinginkan.

c. Harga Diri (*self esteem*)

Harga diri adalah menilai dan juga penilaian individu terhadap hasil yang diraih dengan melihat dari sisi ideal dirinya yaitu pandangan dirinya tentang masa depannya yang akan satu persatu di raih. Harga diri akan diperoleh ketika seseorang tersebut mendapat penghargaan dari orang lain yaitu berupa rasa dicinta, disayang dan dihormati. Seseorang yang sering meraih keberhasilan maka ia akan

memiliki harga diri yang tinggi begitu juga sebaliknya jika seseorang sering mengalami kegagalan maka harga diri yang ia miliki rendah. Dalam hal ini maka akan timbul bagaimana cara untuk meningkatkan harga diri yaitu dapat dilakukan dengan 1) memberikan peluang untuk meraih keberhasilan bisa dengan cara mempermudah tugas yang diperintah yang kemungkinan akan lebih mudah untuk diselesaikan setelah berhasil berilah pujian atas keberhasilan yang telah diraih. 2) berikan motivasi semangat dan berilah ide-ide inspiratif untuk untuk mengembangkan kemampuannya. 3) selalu mendengarkan pendapat dan aspirasinya agar merasa di terima dan di dengar

d. Peran (*self role*)

Peran merupakan sikap yang di harapkan oleh masyarakat dalam artian sikap yang dibutuhkan oleh masyarakat untuk bisa berupaya bermanfaat untuk orang lain yang disambungkan dengan tugas individu didalam kelompok sosisal. Setiap orang disibukkan oleh beberpa peran yang berhubungan dengan posisi pada setiap waktu selama masa kehidupannya. Harga diri yang tinggi adalah hasil dari peran yang memenuhi kebutuhan serta sesuai dengan ideal diri.

e. Identitas (*self Identity*)

Identitas diri yaitu ciri khas individu yang tidak dimiliki oleh orang lain. Ciri khas atau perbedaan itu yang dipancarkan supaya orang lain tertarik untuk selalu berada di sekitarmu. Ciri khas diri itulah yang nantinya akan meningkatkan kualitas diri sehingga akan timbul rasa percaya diri, respek diri, mampu dan menguasai diri, mengatur diri sendiri dan menerima diri.<sup>30</sup>

---

<sup>30</sup>Peti Pera. *Skripsi*. "Dampak Tren Fashion Hijab Terhadap Konsep Diri Remaja Desa Penandingan Kecamatan Tanjung Sakti Pumi Kabupaten Lahat" (Bengkulu: Institute Agama Islam Negeri, 2021) Halaman 28-31

Menurut Hurlock menyebutkan bahwa ada 3 komponen konsep diri yaitu:

- a. *perceptual* atau *physical self-concept* yaitu suatu gambaran pada diri individu yang berkaitan dengan tampilan fisik pada dirinya, bagaimana orang lain memandang dan berpendapat tentang tampilan fisik yang individu tampilkan.
- b. *Conceptual* atau *psychological self-concept* merupakan gambaran yang dimiliki individu yang berkaitan dengan kemampuan atau ketidakmampuan atas dirinya sendiri, bagaimana masa depan yang ingin dicapai, serta berkaitan dengan penyesuaian hidup yang berkualitas, dapat melakukan kejujuran sebagai kebaikan yang dirinya miliki, mempunyai rasa percaya diri tinggi, kebebasan dan juga menjadikan dirinya sendiri sebagai sosok yang berani.
- c. *Attitudinal* merupakan perasaan-perasaan yang dimiliki seseorang terhadap dirinya sendiri. Tentang bagaimana seseorang bersikap dengan keberadaannya pada masa sekarang dan masa yang akan datang, sikap seseorang memaknai nilai-nilai yang ada dalam diri, cara mereka menghargai diri sendiri dan memiliki pemahaman bahwa dirinya dapat memberikan kebanggaan dan layak dibanggakan.<sup>31</sup>

Sedangkan Burns menyatakan bahwa ada 4 komponen dalam konsep diri yaitu kognitif (keyakinan atau pengetahuan), afektif atau emosional, evaluasi dan kecenderungan merespon. Pandangan dari Burns tersebut merupakan hasil yang didasari oleh pemikirannya yang menyatakan konsep diri sebagai organisasi dari sikap-sikap diri (*self-attitudes*). Oleh karena itu, menurut Burns komponen konsep diri sama halnya dengan komponen sikap pada umumnya. Sebagai suatu sikap, konsep diri tentunya mempunyai objek yang dalam hal ini adalah dirinya sendiri.<sup>32</sup>

---

<sup>31</sup> Syahraeni, Andi. "Pembentukan Konsep Diri Remaja" *Jurnal Bimbingan Penyuluhan Islam Volume 7, Nomor 1* (Makassar: UIN Alauddin, 2020) Halaman 64

<sup>32</sup> Syahraeni, Andi. "Pembentukan Konsep Diri Remaja" *Jurnal Bimbingan Penyuluhan Islam Volume 7, Nomor 1* (Makassar: UIN Alauddin, 2020) Halaman 64-65

3. Proses Pembentukan Dan Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Konsep Diri  
a. Proses Pembentukan Konsep Diri

Menurut Calhoun dan Acocella konsep diri tidak terbentuk semenjak lahir. Orang yang baru lahir tidak mempunyai pengetahuan tentang diri sendiri, tidak mempunyai pengharapan terhadap diri sendiri, serta tidak mempunyai evaluasi terhadap diri sendiri. Individu tidak menyadari jika dirinya ialah bagian yang terpisah dari lingkungannya. Pengalaman- pengalaman fisik boleh jadi dapat dialami semacam rasa sakit, panas, dingin, lezat, tetapi hal tersebut belum sanggup di mengerti individu sebagai interaksi dari 2 hal yang terpisah, ialah orang itu sendiri serta lingkungannya. Individu juga tidak menguasai status kemandiriannya mengingat bahwa dia masih sangat bergantung pada orang lain. Gagasan mengenai hubungan antara “aku” serta “bukan aku” mulai terbentuk pada saat panca indera individu mulai menguat. Individu belajar untuk membedakan jika seorang yang “bukan aku” merupakan orang lain, bukan benda mati semacam lampu serta penyangga kelambu, yang melakukan hal- hal untuk dirinya serta bereaksi terhadap hal- hal yang dia lakukan. Kemajuan sangat besar dalam perkembangan konsep diri berlangsung Ketika individu mulai memakai bahasa, ialah sekitar umur satu tahun. Dengan menguasai perkataannya sendiri serta perkataan orang lain kepadanya tentang dirinya, individu mendapatkan data yang lebih banyak lagi. Setelah itu ketika orang mulai belajar untuk berpikir untuk berkata- kata, individu mulai melihat terdapatnya hubungan di antara benda- benda serta membuat generalisasi untuk menjelaskan hubungan tersebut.<sup>33</sup> Papalia mengatakan konsep diri mulai terbentuk selama masa "middle childhood" (6- 12 tahun/ pertengahan masa kanak- kanak). Pada masa ini konsep diri tumbuh lebih realistis serta anak mulai mengetahui apa yang mereka butuhkan untuk hidup serta

---

<sup>33</sup>Yuni Riniwati Manurung. *Skripsi*. “Gambaran Konsep Diri Mahasiswa Program Profesi Ners Stiker Santa Elisabeth Medan” (Medan: STIKes Santa Elisabeth, 2021) Halaman 9

untuk masa depannya. Anak mulai mempunyai cerminan diri positif ataupun negatif mengenai dirinya sendiri, yang melekat untuk waktu lama setelah masa kanak-kanak.<sup>34</sup>

Kemudian pembentukan konsep diri sangat dipengaruhi oleh pola asuh orang tua, lingkungan serta pengalaman. Konsep diri bersifat dinamis, artinya merupakan konsep diri tidak statis ataupun menetap tetapi bisa mengalami pergantian.<sup>35</sup> Pembentukan konsep diri individu berganti disaat orang tersebut berada di lingkungan tertentu. Seperti di lingkungan yang baru, perlu penyesuaian diri yaitu menyesuaikan diri. Menyesuaikan diri dengan lingkungan dan membangun interaksi sosial dengan orang lain akan meningkatkan konsep diri yang baru. Seperti yang dikatakan oleh Cooley bahwa pembentukan konsep diri dipengaruhi oleh orang lain dalam proses interaksi sosial yang dilakukan dengan satu orang. Dari interaksi yang dilakukan, akan memunculkan pemahaman tentang pesan yang diinformasikan oleh orang lain. Proses pembentukan konsep diri ialah interaksi yang pertama kali dilakukan oleh orang semenjak ia lahir dengan keluarga. Keluarga memiliki peran berarti dalam individu untuk membentuk konsep diri. Perilaku ataupun reaksi dari *significant other* akan menjadi bahan informasi untuk diri individu untuk memperhitungkan siapa dirinya. Sebagaimana yang dikatakan oleh Bergen serta Braithwaite bahwa keluarga sebagai acuan oleh seseorang bagaimana pemikiran tentang sesuatu yang nantinya akan mempengaruhi dalam proses pembentukan diri orang.

George Herbert Mead berpendapat bahwa konsep diri seseorang dibangun serta tumbuh karena adanya komunikasi. Seseorang menginternalisasikan informasi atau pesan-pesan yang telah

---

<sup>34</sup>Winanti Siwi Respati, dkk., "Perbedaan Konsep Diri Antara Remaja Akhir Yang Mempersepsi Pola Asuh Orang Tua Authoritarian, Permissive, dan Authoritative" *Jurnal Psikologi Volume 4 Nomor 2* (Jakarta: Universitas Indonusa Esa Unggul, 2006) Halaman 125

<sup>35</sup>Halida. "Analisis konsep diri manusia pada program studi PG-PAUD FKIP UNTAN Pontianak" *Jurnal Pendidikan Usia Dini Volume 8 Nomor 1* (Pontianak: PG-PAUD FKIP UNTAN, 2014) Halaman 39

diterimanya dengan dua jenis perspektif yang diberikan kepada individu yaitu:

1) Orang terdekat (*significant others*)

Orang yang paling dekat dengan individu dan interaksi pertama yang terjadi dalam kehidupannya. Orang terdekat adalah keluarga inti dimana dalam sebuah keluarga adalah tokoh-tokoh yang berperan utama dalam diri seseorang. Komunikasi dengan keluarga harus terjalin dengan baik supaya mudah untuk berinteraksi dengan orang lain di lingkungan selain lingkungan keluarganya.

2) Masyarakat umum (*generalized others*)

Perspektif mengenai masyarakat umum atau disebut dengan (*generalized others*) juga dapat mempengaruhi pembentukan individu. Dimana konsep diri dipengaruhi oleh pandangan orang lain secara umum didalam kelompok sosial. Kelompok sosial yang mendominasi dilingkungan yang ditinggali individu akan mempengaruhi pembentukan konsep diri. Seperti yang dikatakan Sorrenitno dan kawan-kawan yang mengatakan bahwa setiap kelompok sosial memiliki pandangan untuk merefleksikan nilai, pandangan, pengalaman dalam kelompok tersebut. Pandangan-pandangan umum yang didapatkan dari individu memandang satu kelompok sosial, akan memunculkan pandangan individu tentang objek sosial secara umum membentuk konsep dirinya.<sup>36</sup>

Menurut Pudjijogyanti menjelaskan bahwa pembentukan konsep diri antara laki-laki dan perempuan mengalami perbedaan. Perempuan dalam pembentukan konsep diri bersumber dari keadaan fisik dan popularitas dirinya, sedangkan konsep diri laki-laki bersumber dari agresifitas dan kekuatan dirinya.<sup>37</sup>

---

<sup>36</sup> Aprilita Sekar Ayuning Tyas, "Pembentukam Konsep Diri Mahasiswa Luar Jawa" Naskah Publikasi (Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta, 2016) Halaman 4-5

<sup>37</sup> Andi Syahraeni. "Pembentukan Konsep Diri Remaja" *Jurnal Bimbingan Penyuluhan Islam Volume 7, Nomor 1* (Makassar: UIN Alauddin, 2020) Halaman 65

Sehingga dapat disimpulkan konsep diri tumbuh setelah individu sudah mengenal “siapa aku” kemudian berlanjut hingga mengenali bahasa menguasai perkataannya sendiri serta perkataan orang lain kepadanya tentang dirinya, sehingga individu mendapatkan data yang lebih banyak lagi. Proses perkembangan konsep diri adalah interaksi yang pertama kali dilakukan oleh orang semenjak ia lahir dengan keluarga. Dan kemudian memahami sekelilingnya dan akan menyadari bahwa setiap individu akan mempunyai proses perkembangan konsep diri masing-masing sesuai dengan apa yang dibangun dan tumbuh yaitu melalui interaksi dengan keluarga dan masyarakat umum sebagai tempat terdekat seseorang untuk beradaptasi disitulah konsep diri mulai terbentuk.

b. Faktor-faktor yang mempengaruhi perkembangan konsep diri

Beberapa faktor yang dapat mempengaruhi konsep diri pada individu secara umum yaitu: pola asuh orang tua, kegagalan, depresi, stress, kritik internal, peniruan, dan hubungan personal. Berikut kami uraikan penjelasannya sebagai berikut:

- 1) Pola asuh utama seorang anak adalah didikan dari orang tuanya. Contoh pertama yang dilihat oleh seorang anak adalah orang tua. Sehingga Orang tua disini sangat penting dalam pembentukan konsep diri. Sikap anak terbentuk berawal dari bagaimana orang tua mendidik, dan memberi contoh. Jika orang tua mampu mendidik sesuai norma pada umumnya maka anak akan mempunyai konsep diri yang baik.
- 2) Permasalahan manusia pada umumnya adalah gagal dalam melaksanakan tugas perkembangan, kegagalan adalah hal yang lumrah bagi setiap manusia. Namun, tidak semua orang mampu menghadapi kegagalan dengan baik. Hambatan dalam hidup terkadang sangat membuat orang merasa putus asa. Sehingga dalam hal ini faktor kegagalan masuk kedalam salah satu faktor yang mempengaruhi konsep diri.

- 3) Depresi adalah bukan perkara mudah bagi manusia. Seseorang yang mengalami depresi terkadang bisa berfikir jernih efek yang ditimbulkan adalah ceroboh dalam bertindak. Merespon segala sesuatunya dengan pikiran yang negative. Sehingga konsep dirinya pun akan terganggu.
- 4) Penyebab stress adalah terlalu banyak memikirkan sesuatu dalam waktu yang bersamaan yang akan menimbulkan efek cemas, dan terlalu banyak berfikir yang tidak mungkin menjadi terindikasi mungkin. Hal ini sangat sulit dalam mengontrolnya dan seseorang yang tidak sanggup untuk menghadapinya bisa menimbulkan permasalahan baru. Konsep diri adalah bagaimana dia bersikap terhadap segala sesuatu baik tentang dirinya maupun lingkungannya maka dari itu, ketika seseorang tidak mampu mengontrol dirinya maka stress masuk kedalam salah satu faktor dalam konsep diri.
- 5) Mendapat Kritikan dari orang lain bukanlah perkara yang mudah, karena bisa jadi mental seseorang tidak kuat dengan sebuah kritikan. Namun, ketika kritikan itu membuat efek baik akan berbeda cerita namun sebaliknya jika kritik itu hanya mendapat efek yang buruk itu hanya akan mengganggu konsep diri seseorang.
- 6) Cerminan anak yang utama adalah dari orang tua nya, semua akan ditiru dan diteladani oleh anak entah itu baik atau buruk, sehingga orang tua harus memiliki tutur kata dan tingkah laku yang baik supaya anak tumbuh dengan konsep diri yang. Sebaliknya jika orang tua mencontohkan hal yang tidak konsep diri seorang anak pun akan menjadi negative oleh sebab itu, peniruan masuk kedalam faktor konsep diri.
- 7) Hubungan personal dengan orang lain. Orang lain juga salah satu faktor dalam konsep diri. Karena lingkungan akan mempengaruhi diri seseorang. Jika lingkungan yang ada di sekitarnya baik, maka

individu tersebut juga akan menjadi baik dan tumbuh konsep diri yang baik, namun sebaliknya jika individu tersebut berada pada lingkungan buruk otomatis konsep dirinya akan menjadi negative.<sup>38</sup>

Sedangkan menurut Calhoun dan Acocella menyebutkan bahwa terdapat empat faktor dalam pembentukan konsep diri remaja yaitu:

- 1) Orangtua, orang tua merupakan tempat awal melakukan interaksi yang kemudian dari interaksi tersebut akan terbentuk konsep diri remaja
  - 2) Teman sebaya, teman sebaya mempunyai pengaruh dalam pembentukan konsep diri karena pada usia remaja ini cenderung melakukan kegiatan secara berkelompok
  - 3) Masyarakat, dimana masyarakat melakukan penilaian kemudian penilaian yang diberikan oleh masyarakat itu akan menjadi konsep diri
  - 4) Belajar, dimana konsep diri terbentuk akibatnya proses belajar
4. Penggolongan konsep diri

Menurut Calhoun dan Acocella dalam perkembangannya konsep diri terbagi dua yaitu konsep diri positif dan konsep diri negatif.<sup>39</sup>

a. Konsep diri Positif.

Konsep diri positif adalah penerimaan seseorang terhadap diri. Maksudnya adalah seseorang yang memiliki konsep diri positif dia akan lebih paham tentang dirinya sendiri, menerima segala kekurangan dan kelebihan yang ada didalam dirinya, dapat mengevaluasi tingkah lakunya untuk kemudian diperbaiki menjadi lebih baik dan yang terakhir adalah dapat menerima keberadaan orang lain. Seseorang yang memiliki konsep diri positif dia memiliki pandangan tentang masa

---

<sup>38</sup> Halida. "Analisis konsep diri manusia pada program studi PG-PAUD FKIP UNTAN Pontianak" *Jurnal Pendidikan Usia Dini Volume 8 Nomor 1* (Pontianak: PG-PAUD FKIP UNTAN, 2014) Halaman 39-40

<sup>39</sup> Calhoun J. F dan Acocella, J. R., "Psikologi tentang Penyesuaian dan Hubungan Kemanusiaan" Edisi Terjemahan, (Semarang: IKIP Semarang Press, 1999) Halaman 224

depannya, cita-cita yang sekiranya ia mampu untuk meraihnya, dan siap menghadapi masa depannya serta menganggap bahwa hidup adalah suatu proses penemuan.<sup>40</sup>

Menurut Brooks dan Emmart seseorang yang mempunyai konsep diri positif dapat dilihat dengan:

- 1) Dirinya merasa memiliki kemampuan untuk menyelesaikan masalah individu dapat memahami kemampuan subjektif untuk menyelesaikan permasalahan-permasalahan objektif yang sedang dihadapinya.
- 2) Individu memiliki keyakinan bahwa dirinya setara atau sama dengan orang lain. Seseorang memahami bahwa semua manusia ketika dilahirkan tidak membawa apapun. Baik pengetahuan ataupun kekayaan yang dimiliki.
- 3) Menerima sanjungan atau pujian tanpa adanya perasaan malu. Memahami bahwa penghargaan atau perkataan yang bersifat pujian pantas diberikan kepada setiap individu ketika mereka menghasilkan segala sesuatu atas apa yang telah dilakukan atau diusahakan sebelumnya.
- 4) Memiliki keyakinan untuk dapat memperbaiki diri salah satunya dengan melakukan proses refleksi atau usaha untuk lebih mengenal diri sendiri dan mengupayakan untuk memperbaiki segala hal yang dianggap kurang tepat atau tidak memberikan manfaat yang baik bagi dirinya.<sup>41</sup>

#### b. Konsep Diri Negatif

Konsep diri negatif menurut Calhoun dan Acocella membagi konsep diri negatif menjadi dua tipe yaitu: yang pertama adalah

---

<sup>40</sup>Rudi Setiawan Hasrian dan Widya Masitah. "Pengaruh Konsep Diri, Minat, Dan Intelegensi Terhadap Hasil Belajar Mahasiswa Pada Mata Kuliah Metode Pengembangan Kemampuan Bahasa Anak" *Journal article* (Sumatera Utara: Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara, 2017) Halaman 23

<sup>41</sup>Yulianti, Tunjung Sri, dkk., "Hubungan Antara Tingkat Obesitas Dengan Konsep Diri Pada Remaja Putri Kedunggupit Sidoharjo Wonogiri" *Jurnal Keperawatan Intan Husada Volume 2 Nomor 1* (Surakarta: AKPER Insan Husada, 2015) Halaman 23

pandangan individu tentang dirinya yang sama sekali tidak mengenali dirinya tidak mengetahui mana yang mampu ia lakukan dan mana yang tidak mampu dilakukan atau bagaimana seseorang itu mengetahui kelemahan dan kekurangan yang ada didalam dirinya. Kemudian yang kedua adalah pandangan individu tentang bagaimana seseorang itu memiliki sikap yang sangat teratur yang bisa jadi disebabkan oleh didikan orang tua yang terlalu keras sehingga munculah sikap yang tidak bisa melakukan kesalahan sekecil apapun karena itu akan merubah pemikirannya yang berfikir bahwa jika menyimpang itu adalah cara hidup tidak tepat.<sup>42</sup>

Sedangkan orang yang memiliki konsep diri yang negative menurut Brooks dan Emmart dapat dilihat dengan:

- 1) Peka terhadap kritik. Orang yang memiliki konsep diri negative akan mudah sekali tersinggung dan marah, kritik dianggap sebagai sikap yang menjatuhkan harga dirinya sehingga kelihatan rendah dihadapan orang lain)
- 2) Responsif ketika mendapat pujian.
- 3) Cenderung bersikap hiperkritis. Maksudnya adalah terlalu banyak meremehkan orang lain seolah-olah dirinya paling bisa dan tidak mampu memberi penghargaan kepada orang lain isinya hanya mencela dan mencela orang lain.
- 4) Perasa sekali seolah-olah banyak yang membenci dirinya
- 5) Belum berkompetisi sudah merasa pesimis
- 6) Mudah menyerah sebelum mencoba dan kegagalan itu cenderung menyalahkan orang lain.<sup>43</sup>

---

<sup>42</sup>Hasrian Rudi Setiawan dan Widya Masitah. "Pengaruh Konsep Diri, Minat, Dan Intelegensi Terhadap Hasil Belajar Mahasiswa Pada Mata Kuliah Metode Pengembangan Kemampuan Bahasa Anak" *Journal article* (Sumatera Utara: Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara, 2017) Halaman 23

<sup>43</sup> Tunjung Sri Yulianti, dkk., "Hubungan Antara Tingkat Obesitas Dengan Konsep Diri Pada Remaja Putri Kedunggupit Sidoharjo Wonogiri" *Jurnal Keperawatan Intan Husada Volume 2 Nomor 1* (Surakarta: AKPER Insan Husada, 2015) Halaman 23

## B. Obesitas

### 1. Pengertian Obesitas

Kata obesitas berasal dari bahasa Latin: *obesus, obedere*, yang artinya gemuk atau kegemukan. Obesitas atau kegemukan merupakan suatu kelainan atau penyakit yang ditandai penimbunan jaringan lemak tubuh secara berlebihan. Obesitas ini terjadi karena ketidakseimbangan antara asupan dan keluaran energi sehingga terjadi kelebihan energi yang selanjutnya disimpan dalam bentuk jaringan lemak.<sup>44</sup>

Menurut (WHO) Obesitas merupakan penumpukan lemak yang berlebihan ataupun abnormal yang dapat mengganggu kesehatan, seseorang dikatakan obesitas apabila terjadi pertumbuhan atau pembesaran sel lemak pada tubuh mereka.<sup>45</sup>

Obesitas (kegemukan) adalah keadaan terdapatnya timbunan lemak berlebihan dalam tubuh. Secara klinik biasanya dinyatakan dalam bentuk Indeks Masa Tubuh (IMT)  $> 30 \text{ kg/m}^2$ . Untuk orang Asia, kriteria obesitas apabila  $\text{IMT} > 25 \text{ kg/m}^2$ . Wiardani membagi jenis obesitas dalam dua tipe, yakni obesitas overall yang dinilai berdasarkan indeks massa tubuh dan obesitas sentral yang dinilai berdasarkan lingkaran pinggang.<sup>46</sup>

Obesitas merupakan suatu keadaan yang melebihi dari berat badan relatif seseorang sebagai akibat penumpukan zat gizi terutama karbohidrat, lemak dan protein.<sup>47</sup>

### 2. Klasifikasi Obesitas

Menurut David tipe obesitas dapat dibedakan berdasarkan akumulasi lemak dalam tubuh, yaitu:

---

<sup>44</sup> Dhody Munandaris Arywibowo, dkk., "Penurunan Berat Badan Pada Obesitas Melalui Pengaturan Diri" *Jurnal Penelitian Humaniora*, Vol. 10, No. 2 (Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta, 2009) Halaman 200

<sup>45</sup> Mia Aulia Rahim, dkk., "OISHI (OBESITY HOME CARE INTERVENTION) Sebagai Inovasi Rumah Rawat Mandiri Obesitas Untuk Meningkatkan Kualitas Hidup Anak Penderita Obesitas". *BIMIKI* (Sumatera Barat: Universitas Andalas, 2018) Halaman 9

<sup>46</sup> Abdul Salam. "Faktor Risiko Kejadian Obesitas Pada Remaja" *Jurnal MKMI* Vol. 6 No. 3. (Makassar: Unhas, 2010) Halaman 185

<sup>47</sup> Komaria Ode Abudu. *Tesis "Analisis Jalur Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Obesitas Pada Remaja Usia 12-18 Tahun Di Kota Yogyakarta"* (Semarang: Universitas Negeri Semarang, 2020) Halaman. 10

a. *Upper body obesity* (obesitas tubuh bagian atas)

Merupakan salah satu tipe obesitas dimana akumulasi lemak berada di daerah *trunkal*. Jaringan lemak ini meliputi, daerah *intraperitoneal* (abdominal), *retroperitoneal* dan yang paling umum di daerah subkutaneus. Obesitas ini juga dikenal sebagai “*adroid obesity*”, dimana prevalensinya lebih sering terjadi pada laki-laki. *Adroid obesity* memiliki peran penting dalam timbulnya tekanan darah tinggi, diabetes dan penyakit kardiovaskuler.

b. *Lower body obesity* (obesitas tubuh bagian bawah)

Merupakan tipe obesitas dimana asupan lemak lebih banyak tertimbun di daerah *regio gluteofemoral*. Obesitas ini berperan sebagai penyebab gangguan menstruasi, nama lain dari obesitas ini adalah “*gynoid obesity*”.

### 3. Indeks Masa Tubuh (IMT)

Indeks Massa Tubuh (IMT) atau Body Mass Index (BMI) merupakan alat atau cara yang sederhana untuk memantau status gizi orang dewasa, khususnya yang berkaitan dengan kekurangan dan kelebihan berat badan. Berat badan kurang dapat meningkatkan risiko terhadap penyakit infeksi, sedangkan berat badan lebih akan meningkatkan risiko terhadap penyakit degenerative.<sup>48</sup>

Dengan IMT akan diketahui apakah berat badan seseorang dinyatakan normal, kurus atau gemuk. Penggunaan IMT hanya untuk orang dewasa berumur > 18 tahun dan tidak dapat diterapkan pada bayi, anak, remaja, ibu hamil, dan olahragawan.<sup>49</sup>

Untuk mengetahui nilai IMT ini, dapat dihitung dengan rumus berikut:

$$IMT = \frac{\text{Berat Badan (Kg)}}{\text{Tinggi Badan (m}^2\text{)}}$$

---

<sup>48</sup>Nur Aini Sri Wahyuningsih. *Skripsi*. “Hubungan Obesitas Dengan Osteoarthritis Lutut Pada Lansia Di Kelurahan Puncangsawit Kecamatan Jebres Surakarta” (Surakarta: Universitas Sebelas Maret, 2009) Halaman 17

<sup>49</sup> Ibid. Halaman 17

Klasifikasi WHO ini berlaku umum untuk seluruh penduduk dunia, terutama dinegara-negara barat. Untuk Asia Pasifik, klasifikasi ini mengalami modifikasi tersendiri dalam penentuan nilai batas kegemukan (overweight dan obese).

**Klasifikasi Status Berat Badan Menurut The National Heart, Lung And Blood (terminology WHO 1995)**

| STATUS GIZI                               | IMT                             |
|---|---------------------------------|
| Berat Badan Kurang ( <i>Underweight</i> ) | < 18,5 kg/m <sup>2</sup>        |
| Normal                                    | 18,5- ≤ 22,9 kg/m <sup>2</sup>  |
| Berat Badan Lebih ( <i>Overweight</i> )   | 23,0 kg/m <sup>2</sup>          |
| Beresiko                                  | 23,5 - < 25,0 kg/m <sup>2</sup> |
| Obesitas I                                | 25,0- < 30,0 kg/m <sup>2</sup>  |
| Obesitas II                               | ≥ 30,0 kg/m <sup>2</sup>        |
| Obesitas III                              | ≥ 40                            |

Untuk orang Asia, BMI normal rata-rata adalah 18,5 - 23, sedangkan menurut WHO, idealnya adalah 22 - 25.2,7 Jika BMI di atas 25, maka kita harus berhati-hati agar ketat menjaga diet serta berolahraga secara teratur.<sup>50</sup>

Batas ambang IMT ditentukan dengan merujuk ketentuan Departemen Kesehatan. Menurut Dekes tahun 1994 klasifikasi IMT yang cocok untuk masyarakat Indonesia dikategorikan sebagai berikut:

**Klasifikasi status berat badan Kategori ambang batas IMT untuk Indonesia:**

| Klasifikasi | Status Berat Badan                    | IMT         |
|-------------|---------------------------------------|-------------|
| Kurus       | Kekurangan badan tingkat berat        | < 17,0      |
|             | Kekurangan berat badan tingkat ringan | 17,0 – 18,4 |
| Normal      | Normal                                | 18,5 – 25,0 |
| Gemuk       | Kelebihan berat badan tingkat ringan  | 25,1 – 27,0 |
|             | Kelebihan berat badan tingkat berat   | >27,0       |

<sup>50</sup> Husnah. "Tatalaksana Obesitas" *Jurnal Kedokteran Syiah Kuala Vol.12, No. 02* (Aceh: Universitas Syiah Kuala Banda Aceh, 2012) Halaman 100

- a.  $IMT < 17,0$  = keadaan orang tersebut disebut kurus dengan kekurangan berat badan tingkat berat atau Kurang Energi Kronis (KEK) berat.
- b.  $IMT 17,0 - 18,4$  = keadaan orang tersebut disebut kurus dengan kekurangan berat badan tingkat ringan atau KEK ringan.
- c.  $IMT 18,5 - 25,0$  = keadaan orang tersebut termasuk kategori normal.
- d.  $IMT 25,1 - 27,0$  = keadaan orang tersebut disebut gemuk dengan kelebihan berat badan tingkat ringan.
- e.  $IMT > 27,0$  = keadaan orang tersebut disebut gemuk dengan kelebihan berat badan tingkat berat.<sup>51</sup>



---

<sup>51</sup> Nur Aini Sri Wahyuningsih. *Skripsi*. "Hubungan Obesitas Dengan Osteoarthritis Lutut Pada Lansia Di Kelurahan Puncangsawit Kecamatan Jebres Surakarta" (Surakarta: Universitas Sebelas Maret, 2009) Halaman 18

## **BAB III**

### **METODOLOGI PENELITIAN**

#### **A. Jenis Penelitian**

Jenis Penelitian yang akan dilakukan dalam penelitian ini adalah penelitian kualitatif. Menurut Dezin dan Lincon menyatakan bahwa penelitian kualitatif merupakan penelitian yang menggambarkan latar alamiah dengan maksud menafsirkan fenomena yang berlangsung serta dilakukan dengan jalur menyertakan bermacam metode yang ada. Ericson pula menyatakan jika penelitian kualitatif berupaya memberi serta menciptakan gambaran naratif aktivitas yang dilakukan serta dampak apa yang ditimbulkan dari hal tersebut.<sup>52</sup> Sehingga bisa menafsirkan sesuatu fenomena dengan peneliti sebagai kunci pengambilan informasi serta dilakukan dengan metode purposive serta snowball, dan hasil penelitian menekankan pada kesimpulan secara umum melalui suatu hal peristiwa dan lain sebagainya.<sup>53</sup>

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan deskriptif. Pendekatan deskriptif merupakan pendekatan yang berusaha mendeskripsikan gejala, peristiwa serta kemudian digambarkan sebagaimana yang terjadi sebenarnya. Data akan diperoleh dari dokumentasi dan berbagai dokumen yang berkaitan dengan tema penelitian.

#### **B. Tempat dan Waktu Penelitian**

##### **1. Tempat Penelitian**

Penelitian ini dilaksanakan di Desa Singasari, Kecamatan Karanglewas, Kabupaten Banyumas. Di Desa Singasari ini adalah termasuk salah satu desa yang maju di kecamatan karanglewas dan lumayan dekat dengan perkotaan sehingga mudah dalam mencari pekerjaan atau bekerja di pusat kota yaitu di Purwokerto. Singasari

---

<sup>52</sup> Albi Anggitol dan Johan Setiawan, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Sukabumi: CV Jejak, 2018) Halaman 7

<sup>53</sup> Albi Anggitol dan Johan Setiawan, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Sukabumi: CV Jejak, 2018) Halaman 8

termasuk desa dengan akses jalan yang mudah, dari ibukota Kecamatan Karanglewas desa singasari berjarak sekitar 7 kilometer arah utara, yang dapat di tempuh dengan angkutan umum dalam 20-30 menit. Sedangkan desa Singasari dari pusat Kabupaten Banyumas berjarak sekitar 10 kilometer. Dengan waktu tempuh menuju ibukota Kabupaten sekitar 30-40 menit.

## 2. Waktu Penelitian

Waktu penelitian terhitung pada bulan Oktober 2021-Juni 2022

### C. Subyek dan Obyek Penelitian

#### 1. Subyek Penelitian

Subyek adalah narasumber atau informan yang bisa memberikan informasi-informasi utama yang dibutuhkan dalam penelitian.<sup>54</sup> Dalam penelitian survey sosial, subyek penelitian ini adalah manusia sedangkan dalam penelitian-penelitian psikologi yang bersifat eksperimental biasanya menggunakan hewan sebagai subyek selain manusia. Dalam proses eksperimen, hewan atau manusia sebagai subyek penelitian ini ada yang berpartisipasi secara aktif dan ada yang berpartisipasi secara pasif.<sup>55</sup> Sehingga subyek dalam penelitian ini adalah yang akan memberikan kesimpulan pada nantinya, subyek ada dua yaitu studi populasi dan studi stempel. Studi populasi dilakukan jika subyeknya terbatas dan sebaliknya studi stempel dilakukan jika subyek diluar batas sumber daya peneliti.<sup>56</sup>

Subyek penelitian ini adalah tiga remaja putra yang mengalami obesitas yang dihitung dengan menggunakan rumus IMT (Indeks Masa Tubuh) dengan latar belakang keluarga yang berbeda, salah satu diantara mereka yaitu AM yang sudah bekerja namun bukan bekerja disebuah perusahaan atau dikantor atau sejenisnya melainkan bekerja meneruskan usaha kakeknya yaitu sebagai pembudidaya ikan tawar dan terkadang

---

<sup>54</sup> Andi Prastowo, *Metode Penelitian Kualitatif dalam Perspektif Rancangan Penelitian*. (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2011), Halaman 195.

<sup>55</sup> Syaifuddin Azwar, *Metode Penelitian* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2011) Halaman 34

<sup>56</sup> Syaifuddin Azwar, *Metode Penelitian* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2011) Halaman 35

mengikuti bisnis ayahnya yaitu wirausaha, subyek yang kedua yaitu IF masih belum bekerja atau masih dalam tahap sulit mendapat pekerjaan. Dan subyek yang terakhir adalah FK masih menjadi mahasiswa.

## 2. Obyek Penelitian

Obyek penelitian menurut Nyoman Kutha Ratna adalah keseluruhan gejala yang ada disekitar kehidupan manusia. Apabila dilihat dari sumbernya, obyek dalam penelitian kualitatif menurut Spradley disebut social situation atau situasi social yang terdiri dari tiga elemen, yaitu tempat (place), pelaku (actors), dan aktivitas (activity) yang berinteraksi secara sinergis. Jadi, obyek penelitian adalah apa yang akan di teliti atau dipelajari dalam penelitian. Namun, sebetulnya obyek penelitian kualitatif juga bukan semata-mata terpatok pada situasi social yang terdiri dari tiga elemen di atas, melainkan juga berupa peristiwa alam, tumbuh-tumbuhan, binatang, kendaraan, dan sejenisnya.<sup>57</sup>

Obyek pada penelitian ini adalah konsep diri remaja putra yang mengalami obesitas di Desa Singasari. Obesitas disini sudah dihitung dengan menggunakan penghitungan IMT (Indeks Masa Tubuh).

## D. Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

### 1. Wawancara

Wawancara merupakan salah satu cara untuk mendapatkan informasi melalui dialog secara tatap muka ataupun secara virtual menggunakan media.<sup>58</sup> Wawancara ini akan dengan terarah kepada remaja putra yang mengalami obesitas di desa singasari. Dilakukan dengan tatap muka secara langsung. Peneliti datang langsung kerumah narasumber serta menggunakan alat perekam supaya dapat

---

<sup>57</sup> Andi Prastowo. *Metode Penelitian Kualitatif dalam Perspektif Rancangan Penelitian*. (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2011), Halaman 199-200

<sup>58</sup> Wiratna Sujarweni. *Metodologi Penelitian* (Yogyakarta: Pustaka Baru Press, 2020)  
Halaman 31

terdokumentasi dengan jelas. Pertanyaan wawancara disusun sebelumnya. Hal ini dimaksudkan supaya hasil wawancara lebih terarah dan maksimal.

Instrumen pertanyaan wawancara ini disusun sesuai kebutuhan data yang ingin diperoleh peneliti. Wawancara penelitian ini adalah wawancara berstruktur. Wawancara dimulai dari isu yang mencakup dalam pedoman wawancara.

## 2. Observasi

Observasi adalah kegiatan yang bertujuan untuk mendapatkan informasi yang diperlukan untuk menyajikan gambaran nyata suatu peristiwa atau kejadian yang digunakan untuk menjawab pertanyaan penelitian. Observasi memiliki beberapa bentuk seperti observasi partisipasi, observasi tidak terstruktur, dan observasi kelompok.<sup>59</sup>

Observasi dalam penelitian ini akan dilakukan dengan menggunakan observasi partisipan, yaitu pengumpulan data yang digunakan untuk menghimpun data kepada remaja putra di Desa Singasari yang mengalami kelebihan berat badan untuk mengetahui bagaimana konsep diri mereka apakah sesuai dengan teori-teori yang sudah dipaparkan di bab sebelumnya.

## 3. Dokumentasi

Dokumen yaitu catatan penting peristiwa yang sudah terjadi. Sedangkan dokumentasi adalah cara pengumpulan data melalui peninggalan tertulis seperti arsip, buku, hukum-hukum, maupun foto yang berhubungan dengan masalah penelitian. Maksud dari pengumpulan data ini untuk memperoleh kejadian nyata tentang situasi sosial dan beberapa faktor yang mempengaruhi subjek. Dalam buku Dedy Mulyana, bahwa dokumen itu seperti otobiografi, berita koran, artikel majalah, dan foto-foto. Saat ini media foto sering digunakan sebagai dokumentasi baik foto yang dihasilkan orang atau peneliti itu sendiri. Metode ini termasuk

---

<sup>59</sup> Wiratna Sujarweni, *Metodologi Penelitian* (Yogyakarta: Pustaka Baru Press, 2020) Halaman. 33

mudah jika dibandingkan dengan metode lain karena tidak akan berubah karena yang diamati adalah benda mati.

### **E. Teknik Analisis Data**

Pada jenis penelitian kualitatif ini, pengolahan data tidak harus dilakukan setelah data terkumpul atau pengolahan data selesai. Namun dalam hal ini data sementara yang terkumpulkan atau data yang sudah ada dapat diolah dan dilakukan analisis data secara bersamaan. Pada saat analisis data, dapat kembali lagi ke lapangan untuk mencari tambahan data yang dianggap perlu untuk ditambahkan dan diolah kembali.

Menurut Suyanto dan Sutinah pengolahan data dalam penelitian kualitatif dilakukan dengan cara mengklasifikasikan atau mengkategorikan data berdasarkan beberapa tema sesuai fokus penelitiannya. Pengolahan data pada penelitian ini terdiri dari:

#### **1. Reduksi data**

Yang dimaksud dengan reduksi data adalah suatu analisis data untuk mempertajam, memilih, memfokuskan, membuang serta menyusun data, kesimpulan akhir dapat digambarkan dan diverifikasikan. Reduksi data adalah proses berfikir sensitif yang memerlukan kecerdasan dan pengetahuan yang luas.<sup>60</sup> Data yang direduksi akan memberikan gambaran yang lebih spesifik dan mempermudah peneliti melakukan pengumpulan data selanjutnya serta mencari data tambahan jika diperlukan. Semakin lama peneliti berada dilapangan maka jumlah data akan semakin banyak, semakin kompleks dan rumit. Oleh karena itu, reduksi data perlu dilakukan sehingga data tidak bertumpuk agar tidak mempersulit analisis selanjutnya.

#### **2. Penyajian data**

Setelah data direduksi, langkah analisis selanjutnya adalah penyajian data. Penyajian data merupakan sebagai sekumpulan informasi

---

<sup>60</sup> Hengki Wijaya. "Analisis Data Kualitatif Ilmu Pendidikan Teologi" (Sulawesi Selatan: Sekolah Tinggi Ilmu Jaffray, 2018) Halaman. 56

tersusun yang memberikan kemungkinan adanya penarikan kesimpulan dan pengambilan tindakan. Penyajian data diarahkan agar data hasil reduksi terorganisaikan, tersusun dalam pola hubungan sehingga makin mudah dipahami. Penyajian data dapat dilakukan dalam bentuk uraian naratif, bagan, hubungan antar kategori serta diagram alur. Penyajian data dalam bentuk tersebut mempermudah peneliti dalam memahami apa yang terjadi. Pada langkah ini, peneliti berusaha menyusun data yang relevan sehingga informasi yang didapat disimpulkan dan memiliki makna tertentu untuk menjawab masalah penelitian. Penyajian data yang baik merupakan satu langkah penting menuju tercapainya analisis kualitatif yang valid dan handal. Dalam melakukan penyajian data tidak semata-mata mendeskripsikan secara naratif, akan tetapi disertai proses analisis yang terus menerus sampai proses penarikan kesimpulan. Penyajian data dilakukan dalam uraian singkat, bagan, hubungan singkat antar kategori flowchart atau sejenisnya. Dengan disajikannya data akan lebih mudah memahami dan menentukan kerja selanjutnya sesuai apa yang telah dipahami.<sup>61</sup> Langkah berikutnya dalam proses analisis data kualitatif adalah menarik kesimpulan berdasarkan temuan dan melakukan verifikasi data.

### 3. Penarikan kesimpulan

Tahap ini merupakan tahap penarikan kesimpulan dari semua data yang telah diperoleh sebagai hasil dari penelitian. Penarikan kesimpulan atau verifikasi adalah usaha untuk mencari atau memahami makna/arti, keteraturan, pola-pola, penjelasan, alur sebab akibat atau proposisi. Sebelum melakukan penarikan kesimpulan terlebih dahulu dilakukan reduksi data, penyajian data serta penarikan kesimpulan atau verifikasi dari kegiatan-kegiatan sebelumnya. Sesuai dengan pendapat Miles dan Huberman, proses analisis tidak sekali jadi, melainkan interaktif, Secara bolak-balik di antara kegiatan reduksi, penyajian dan penarikan

---

<sup>61</sup> Hengki Wijaya. "Analisis Data Kualitatif Ilmu Pendidikan Teologi" (Sulawesi Selatan: Sekolah Tinggi Ilmu Jaffray, 2018) Halaman. 58

kesimpulan atau verifikasi selama waktu penelitian. Setelah melakukan verifikasi maka dapat ditarik kesimpulan berdasarkan hasil penelitian yang disajikan dalam bentuk narasi. Penarikan kesimpulan merupakan tahap akhir dari kegiatan analisis data. Penarikan kesimpulan ini merupakan tahap akhir dari pengolahan data.<sup>62</sup>



---

<sup>62</sup> Albi Anggito dan Johan Setiawan, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Sukabumi: CV Jejak, 2018), Halaman. 249-251.

## **BAB IV**

### **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Deskripsi Data**

##### **1. Gambaran Umum Subyek**

###### **a. Biografi AM**

AM adalah remaja yang dikategorikan sebagai remaja akhir karena saat ini AM berusia 22 tahun. Ayah AM bekerja sebagai wirausaha dan ibunya adalah ibu rumah tangga. AM adalah anak pertama dari dua bersaudara yang berjarak 11 tahun dengan adiknya. AM memiliki orang tua yang masih utuh dalam artian belum bercerai dan juga belum meninggal sehingga kasih sayang dari orang tuanya sangat tercukupi dan orang tua AM adalah tergolong keluarga yang mampu. Saat ini AM sudah bekerja mengikuti bisnis kakeknya yaitu sebagai pembudidaya ikan tawar namun ketika ayahnya sedang ada proyek pekerjaan terkadang AM mengikuti bisnis ayahnya yaitu wirausaha. AM memiliki postur tubuh yang tinggi dan besar yaitu memiliki berat badan 96 kg yang juga disebabkan oleh faktor keturunan yaitu dari ibunya dan tinggi badan 163 cm. Sehingga AM ini tergolong sebagai remaja obesitas tingkat II menurut perhitungan WHO yang dihitung dengan menggunakan rumus IMT. AM memiliki rambut yang lurus, tebal, dan rapih suka memakai parfume dan AM ini sangat mementingkan penampilan dan kenyamanan orang lain.

###### **b. Biografi IR**

Subyek yang kedua adalah IR yaitu remaja yang berusia 20 tahun. Ayah IR bekerja sebagai petani dan ibunya adalah ibu rumah tangga. IR adalah anak satu-satunya atau anak tunggal. IR ini dibesarkan dengan penuh kasih sayang dan sangat dimanjakan oleh kedua orang tuanya sehingga tidak heran jika IR mengalami kelebihan berat badan walaupun dipengaruhi juga oleh faktor keturunan yaitu dari ibunya. Saat ini IR masih dalam tahap mencari pekerjaan belum

menemukan pekerjaan dan masih menjadi remaja pengangguran namun terkadang IR ikut membantu ayahnya mengantar pesanan ikan air tawar dari pelanggan ayahnya. IR memiliki postur tubuh tinggi besar yaitu memiliki tinggi badan 165 cm dan berat badan 73 kg. Sehingga IR ini tergolong sebagai remaja obesitas tingkat I menurut perhitungan WHO yang dihitung dengan menggunakan rumus IMT. IR memiliki rambut sedikit ikal dan lumayan panjang dia sudah memanjangkan rambutnya sekitar 1 tahun. IR ini tidak terlalu mementingkan penampilan yang penting dia nyaman dan bahagia.

c. Biografi FK

Subyek yang terakhir adalah FK, FK saat ini masih menjadi mahasiswa di salah satu universitas di purwokerto. Usianya adalah 22 tahun. Ayahnya bekerja sebagai guru di tingkat madrasah tsanawiyah (MTs) dan ibunya bekerja sebagai guru PAUD. FK adalah anak kedua dari tiga bersaudara dibesarkan oleh kedua orang tua yang lumayan keras dalam pola asuhnya namun peduli terhadap masa depannya. FK memiliki postur tubuh tinggi dan berisi namun tidak dipengaruhi oleh orang tuanya atau tidak ada faktor keturunan. Tinggi badan FK adalah 170 cm dan berat badan FK adalah 80 Sehingga FK ini tergolong sebagai remaja obesitas tingkat I menurut perhitungan WHO yang dihitung dengan menggunakan rumus IMT. FK memiliki rambut keriting pendek dan peduli dengan penampilan.

## 2. Perhitungan Indeks Masa Tubuh (IMT)

$$IMT = \frac{\text{Berat Badan (Kg)}}{\text{Tinggi Badan (m}^2\text{)}}$$

Diperoleh hasil yaitu:

| Inisial Subyek | Rumus IMT           | Kategori Obesitas |
|----------------|---------------------|-------------------|
| AM             | $96/1,68^2 = 34,00$ | Obesitas II       |
| IR             | $73/1,65^2 = 26,00$ | Obesitas I        |
| FK             | $80/2,89 = 27,00$   | Obesitas I        |

Untuk orang Asia, BMI normal rata-rata adalah 18,5 - 23, sedangkan menurut WHO, idealnya adalah 22 - 25.2,7 Jika BMI di atas 25 maka di kategorikan sebagai obesitas.

Setelah itu peneliti melakukan wawancara kepada ketiga informan namun dengan jadwal yang berbeda. Diawali pada hari rabu, 14 Juni 2022 yaitu mewawancarai subyek IR yang dilakukan pada malam hari di salah satu tempat makan yang ada di desa langgongsari dimulai pada pukul 19.15 WIB sampai selesai. Sebelum melakukan wawancara peneliti membuat jadwal pertemuan dengan informan terlebih dahulu setelah menemukan jadwal yang pas kemudian peneliti dan informan berangkat bersama menuju tempat yang telah kita sepakati bersama. Sesampainya disana kemudian kami memesan makanan terlebih dahulu supaya informan merasa enjoy dan nyaman. Pada saat di wawancara informan dalam kondisi tanpa ada paksaan dan dengan senang hati ingin menjadi narasumber. Sehingga raut wajah yang di pancarkan terlihat tanpa ada beban ataupun paksaan.

Kemudian dilanjutkan wawancara pada hari kedua yaitu mewawancarai subyek AM di rumah teman informan yang di mulai pada pukul 19.30 WIB sampai selesai. Sama halnya dengan IR sebelum mewawancarai AM peneliti membuat jadwal pertemuan terlebih dahulu menyesuaikan dengan jadwal informan. Setelah menemukan hari yang tepat yaitu pada tanggal 15 juni 2022 kami memutuskan untuk bertemu untuk peneliti mewawancarai subyek AM dan AM menjadi informan bagi peneliti. Sebelum di wawancara peneliti tidak lupa untuk menyakan kesanggupan dan kesukarelaan untuk subyek menjadi narasumber dan ketika itu AM menjawab “ya sanggup” dan tidak merasa terbebani.

Dan yang terakhir adalah mewawancarai subyek FK, Pada informan yang terakhir ini karena ia adalah seorang mahasiswa sehingga lumayan sulit untuk menentukan jadwal. Akhirnya di temukanlah hari yang cocok yaitu pada hari sabtu tanggal 18 Juni 2022 tempatnya di rumah teman informan pada pagi hari sekitar jam 09.00 sampai selesai. Tidak

lupa peneliti menanyakan kesiapan dan apakah dengan senang hati tanpa ada paksaan? jawaban FK “ya siap tidak ada paksaan dan saya merasa senang bisa membantu”. Peneliti merasakan ketika mewawancarai FK, FK sangat terbuka dan merasa senang bisa berbagi cerita dengan peneliti.

### 3. Komponen Konsep Diri

Komponen konsep diri adalah sebagai suatu sikap individu terhadap dirinya. Dalam penelitian ini adalah bagaimana sikap remaja putra yang mengalami obesitas dalam menghadapi dirinya sendiri dan berinteraksi dengan orang lain dan lingkungannya. Pada penelitian ini peneliti menggunakan komponen dari Suliswati, et al dan kusumawati dan juga Hartono serta menurut Calhoun dan Acocella.

Komponen konsep diri menurut Suliswati, et al dan Kusumawati dan juga Hartono secara umum memiliki 5 komponen yaitu tentang Konsep Tubuh (*body image*), Ideal Diri (*self ideal*), Harga Diri (*self esteem*), Peran (*self role*), dan Identitas (*self identity*).<sup>63</sup>

Dimulai dari konsep tubuh (*body image*) Citra diri adalah bagaimana seseorang memandang, memikirkan dan menilai dirinya sendiri. Citra diri merupakan apa yang seseorang pikirkan tentang dirinya sendiri. Bagaimana gambaran seseorang yang ia temui setiap kali dirinya berkaca di depan cermin, bagaimana seseorang membayangkan dirinya sendiri dan menentukan bagaimana ia akan bertingkah laku dalam situasi tertentu. Seseorang yang akan memperbaiki konsep diri makai a harus memulai dengan memperbaiki citra dirinya. Dalam hal ini yaitu bagaimana cara subyek bersikap tentang pembulyan mengenai tubuhnya saat ini misalnya ketika disebut “gendut” “ndut” dll. Fakta pertama dari informan AM yang pernah merasa di buly dengan jawaban yaitu:

“aku ya tau di buly neng batir kerja sing ora tek kenal cokan di celuk gendut terus kadang di celuk ndut tapi ya aku biasa bae si ora ngrasa sakit hati karna aku sadar nek aku pancen gendut”

---

<sup>63</sup> Peti Pera. *Skripsi*. “Dampak Tren Fashion Hijab Terhadap Konsep Diri Remaja Desa Penandingan Kecamatan Tanjung Sakti Pumi Kabupaten Lahat” (Bengkulu: Institute Agama Islam Negeri, 2021) Halaman. 28-31

(saya pernah di bully dari rekan kerja yang tidak dikenal disebut gendut, terkadang secara tiba-tiba memanggil saya “ndut” tapi saya tidak merasa sakit hati karena saya menyadari kalo saya ya memang gendut)<sup>64</sup>

Jawaban IR mengenai hal tersebut adalah

“aku sering di celuk ndut, tapi ya aku nganggep biasa bae karena ya kue pancen kenyataane trus aku juga ya ngrasa gendut”

(saya sering dipanggil ndut, tapi aku menganggap biasa karena memang itu kenyataannya dan saya memang merasa gendut)<sup>65</sup>

Jawaban FK adalah

“aku urung tau si di celuk ndut gendut apa sing liyane, paling ya kur ana omongan deneng ko siki tambah gendut kaya kue. Terus karna aku juga gendute ora kawit cilik dadine wong-wong ndelengna aku kaget karna siki wis gendutan”

(saya belum pernah si di sebut ndut, gendut atau yang lain, paling hanya sekedar omongan “kok sekarang tambah gendut si” kaya gitu karna saya juga mengalami kegemukan tidak dari kecil sehingga orang-orang melihat aku kaget karna sekarang gendut)<sup>66</sup>

Dari ketiga jawaban informan di atas mereka sebenarnya semuanya mengalami bullying yang secara tidak langsung dan tidak di sadari adalah menjadi hantaman untuk dirinya mengenai kondisi fisik mereka saat ini. Namun, jika dilihat dari ekspresi mereka ketika sedang di wawancara mereka tidak merasa tersakiti atau terganggu dengan ucapan tersebut namun mereka mampu menyadari tentang kondisi tubuh mereka saat ini.

Kemudian yang kedua adalah Ideal Diri (*self ideal*) Ideal diri adalah pikiran seseorang tentang cara mengkonsepkan tiggah lakunya untuk masa depan. Yaitu berkaitan dengan harapan-harapan masa depan yang ingin di capai yang dibentuk melalui ideal diri. Ideal sama hal nya dengan cita-cita masa depan yang dibentuk dari kecil dan dari dorongan orang-orang disekelilingnya untuk dapat berfikir maju di masa depan. Hal tersebut sangat diperlukan bagi individu agar dirinya terdorong untuk meraih sesuatu yang lebih baik atau mencapai tujuan yang diinginkan. Dalam hal ini peneliti menanyakan tentang “apakah kamu merasa

---

<sup>64</sup> Hasil Wawancara dengan AM Tanggal 15 Juni 2022

<sup>65</sup> Hasil Wawancara dengan IR Tanggal 14 Juni 2022

<sup>66</sup> Hasil Wawancara dengan FK Tanggal 18 Juni 2022

mempunyai keistimewaan khusus pada tubuhmu yang membuat kamu nyaman untuk bersikap terhadap orang lain?” Jawaban AM adalah

“Keistimewaan khusus se ya walopun aku gendut tapi aku ngusahakna selalu wangi karena pas aku wangi aku ngrasa nyaman pas ketemu wong liya nek neng pipire wong awake wangi kan mesti dadine ora rikuh. Sing paling gawe aku nyaman maning kuwe bar tes cukur rambut hawane langsung pede terus arep Kandah kambi wong lewih nyaman, selain kuwe aku gampang ngobrol kambi wong sing tembe ketemu tembe kenal”  
(keistimewaan khusus nya ya walopun saya gendut tapi saya berusaha untuk selalu wangi karena ketika saya wangi saya merasa nyaman ketika bertemu dengan orang lain, maksudnya ketika berada di sebelah orang tubuh kita dalam kondisi wangi kan pasti lebih percaya diri. Yang sangat membuat nyaman sekali adalah ketika setelah mencukur rambut tingkat kepedean saya langsung naik dan saya nyaman untuk ngobrol dengan orang lain, selain itu saya mudah mengajak bicara kepada orang lain yang baru dikenal)<sup>67</sup>

Jawaban IR adalah

“Aku ora ngrasa duwe keistimewaan tapi ya nek kon ngomong kambi wong liya ya aku teyeng si”  
(saya tidak merasa punya keistimewaan tapi saya mudah untuk ngobrol dengan orang lain)<sup>68</sup>

Jawaban FK adalah

“Keistimewaan sing aku duwe ya walopun aku gendut tapi Alhamdulillah untunge aku duwur dadine ora keton buntek. dadine ya aku esih pede nek metu ketemu kambi batir-batir”  
(keistimewaan yang saya miliki adalah walaupun saya mengalami kelebihan berat badan tapi Alhamdulillah saya tinggi jadi tidak terlalu terlihat gendut. Jadi ya saya masih pede kalo keluar rumah dan bertemu teman-teman atau yang lainnya)<sup>69</sup>

Dari Jawaban mereka dua informan merasa memiliki keistimewaan dan menyadari bagaimana mereka harus berinteraksi dengan orang lain dengan rasa nyaman serta keistimewaan yang mereka miliki. dan satu informan merasa tidak memiliki keistimewaan di dalam dirinya tapi merasa mampu untuk berinterkasi dengan orang lain.

---

<sup>67</sup> Hasil Wawancara dengan AM Tanggal 15 Juni 2022

<sup>68</sup> Hasil Wawancara dengan IR Tanggal 14 Juni 2022

<sup>69</sup> Hasil Wawancara dengan FK Tanggal 18 Juni 2022

Selanjutnya adalah mengenai Harga Diri (*Self Esteem*). Harga diri adalah menilai dan juga penilaian individu terhadap hasil yang diraih dengan melihat dari sisi ideal dirinya yaitu pandangan dirinya tentang masa depannya yang akan satu persatu di raih. Harga diri akan diperoleh ketika seseorang tersebut mendapat penghargaan dari orang lain yaitu berupa rasa dicinta, disayang dan dihormati. Seseorang yang sering meraih keberhasilan maka ia akan memiliki harga diri yang tinggi begitu juga sebaliknya jika seseorang sering mengalami kegagalan maka harga diri yang ia miliki rendah. Dalam hal ini maka akan timbul bagaimana cara untuk meningkatkan harga diri yaitu dapat dilakukan dengan 1) memberikan peluang untuk meraih keberhasilan bisa dengan cara mempermudah tugas yang diperintah yang kemungkinan akan lebih mudah untuk diselesaikan setelah berhasil berilah pujian atas keberhasilan yang telah diraih. 2) berikan motivasi semangat dan berilah ide-ide inspiratif untuk untuk mengembangkan kemampuannya. 3) selalu mendengarkan pendapat dan aspirasinya agar merasa di terima dan di dengar. Dalam hal ini peneliti menanyakan “apakah kamu merasa di cintai, di sayangi oleh orang lain? Tidak merasa dikucilkan?” AM menjawab

“Ya aku esih ngrasa disayang ora ngrasa dikucilkan si. walopun ya menungsa ya mesti ana sing seneng ana sing ora tapi ya Insyallah esih akeh sing sayang ketimbang sing getting maring aku si”  
(ya saya merasa disayangi dan tidak merasa di kucilkan. Walopun sebagai manusia ya pasti ada saja yang suka dan tidak suka tapi ya Insyallah lebih banyak yang sayang dari pada yang membenci ke saya)<sup>70</sup>

Jawaban IR adalah

“Aku ngarasa di cintai ora ngrasa dikucilkan apa sing liya liyane si”  
(saya merasa dicintai dan tidak merasa di kucilkan atau yang lainnya)<sup>71</sup>

---

<sup>70</sup> Hasil Wawancara dengan AM Tanggal 15 Juni 2022

<sup>71</sup> Hasil Wawancara dengan IR Tanggal 14 Juni 2022

Jawaban FK adalah

“Alhamdulillah krasane aku sih esih, embuh tapi sing neng mburine aku nek neng nengarepe kan mesti apik. Sekrasane aku sih ya biasa bae ya”

(Alhamdulillah yang aku rasa si ya masih, tapi ngga tau yang dibelakang saya kalo didepan saya kan pasti terlihat baik, tapi yang saya rasakan sekarang si ya biasa aja ya)<sup>72</sup>

Dalam kondisi mereka saat ini, mereka masih merasa di cintai dan tidak dikucilkan oleh orang lain berarti mereka memiliki sikap yang baik kepada orang terdekatnya sehingga mereka masih merasa di cintai dan disayangi oleh orang sekitar.

Yang keempat adalah Peran (*self role*) Peran merupakan sikap yang di harapkan oleh masyarakat dalam artian sikap yang dibutuhkan oleh masyarakat untuk bisa berupaya bermanfaat untuk orang lain yang disambungkan dengan tugas individu didalam kelompok sosial. Setiap orang disibukkan oleh beberpa peran yang berhubungan dengan posisi pada setiap waktu selama masa kehidupannya. Harga diri yang tinggi adalah hasil dari peran yang memenuhi kebutuhan serta sesuai dengan ideal diri. Dalam *self role* ini peneliti bertanya “apakah kamu merasa kesulitan dalam bersosialisasi? Apakah kamu memiliki peran dimasyarakat?”

Jawaban AM:

“ya aku ora ngrasa kangelan si, aku teyeng nggabung kambi masyarakat. Angger ditakoni due peran neng masyarakat apa ora ya Alhamdulillah siki aku lagi dadi bendahara Anshor ranting singasari berarti ya otomatis aku terlibat neng masyarakat. Nek bersosialisasi si ya ora angel kur kadang esih bingung kepriwe carane dadi bendahara tapi ya aku anu wani takon maring senior ya aku ora ngrasa kangelan si”

(ya saya tidak merasa kesusahan si, saya masih bisa bergabung dengan masyarakat. Kalo ditanya memiliki peran di masyarakat yaa Alhamdulillah saat ini saya menjabat sebagai bendahara anshor ranting singasari berarti secara tidak langsung saya dilibatkan di masyarakat. Kesulitan bersosialisasi si ya tidak sulit walopun masih bingung bagaimana menjadi bendahara anshor tapi saya tidak malu

---

<sup>72</sup> Hasil Wawancara dengan FK Tanggal 18 Juni 2022

untuk bertanya kepada senior jadi ya saya tidak sulit si untuk bersosialisasi)<sup>73</sup>

Jawaban IR:

“nek pas bersosialisasi kambi wong liya si ya ora ngrasa angel tapi nek melu organisasi aku bebeh. Mungkin udu karna ora ndue peran tapi aku bae sing bebeh melu”

(Ketika bersosialisasi dengan orang lain si saya tidak merasa kesulitan, tapi kalo untuk mengikuti organisasi aku lebih kepada tidak mau terlibat. Mungkin bukan tidak memiliki peran di masyarakat tapi lebih ke saya tidak mau mengikuti organisasi kemasyarakatan)<sup>74</sup>

Jawaban FK:

“aku jarang kandangan kambi tanggane, aku lewih seneng dolan neng purwokerto kambi batir kampus aku jarang ngomong kambi wong ndesa. Dadi ya wis jelas aku ora due peran neng masyarakat”

(saya jarang berinteraksi dengan tetangga di rumah, aku lebih memilih bermain di purwokerto dengan teman kampus dan jarang berinteraksi dengan warga desa. Jadi ya otomatis saya tidak memiliki peran di masyarakat)<sup>75</sup>

Dari ketiga jawaban informan di atas mereka memiliki jawaban yang berbeda-beda. Sehingga faktanya tidak semuanya mampu untuk beradaptasi dengan masyarakat sehingga tidak memiliki peran di masyarakat.

Dan yang terakhir adalah Identitas (*self identity*). Identitas diri yaitu ciri khas individu yang tidak dimiliki oleh orang lain. Ciri khas atau perbedaan itu yang dipancarkan supaya orang lain tertarik untuk selalu berada di sekitarmu. Ciri khas diri itulah yang nantinya akan meningkatkan kualitas diri sehingga akan timbul rasa percaya diri, respek diri, mampu dan menguasai diri, mengatur diri sendiri dan menerima diri. Dalam hal ini peneliti tidak menanyakan apa-apa karena sudah terjawab dalam komponen yang keempat yaitu peran (*self role*) yaitu informan

---

<sup>73</sup> Hasil Wawancara dengan AM Tanggal 15 Juni 2022

<sup>74</sup> Hasil Wawancara dengan IR Tanggal 14 Juni 2022

<sup>75</sup> Hasil Wawancara dengan FK Tanggal 18 Juni 2022

mampu untuk berperan aktif dalam masyarakat, tidak merasa minder dan mampu untuk bersosialisasi.

Sehingga dapat disimpulkan bahwa sikap yang ditunjukkan oleh AM mengenai komponen konsep diri adalah secara umum AM sudah mampu bersikap memahami segala kekurangannya dan mengenali dirinya, mampu beradaptasi dengan orang baru, merasa disayangi oleh orang lain, memiliki peran di masyarakat dan mampu untuk bersosialisasi. Sedangkan IR secara umum mengenai sikap yang ditunjukkannya adalah nyaman dan menyadari kondisi fisiknya dan mampu beradaptasi dan berinteraksi dengan orang lain namun tidak mau untuk berperan di masyarakat dengan alasan “ya malas saja” IR adalah tipikal remaja yang bersosial di balik layar tanpa perlu sebuah jabatan. Dan yang terakhir adalah FK dari ketiga informan FK secara keseluruhan dia yang sangat kurang dalam berinteraksi dengan orang lain khususnya adalah lingkungan terdekatnya yaitu adalah keluarganya sendiri dan tetangganya karena menurut keterangannya ketika di rumah dia pendiam sehingga terbawa ke lingkungannya.

Komponen Konsep Diri menurut Calhoun dan Acocella ada 3 komponen konsep diri yaitu:

- a. *perceptual* atau *physical self-concept* yaitu suatu gambaran pada diri individu yang berkaitan dengan tampilan fisik pada dirinya, bagaimana orang lain memandang dan berpendapat tentang tampilan fisik yang individu tampilkan. Komponen ini disebut juga dengan konsep diri fisik (*Physical self-concept*). Pada komponen ini peneliti menanyakan “bagaimana gambaran fisik remaja putra ideal dan menarik menurut anda?”

Jawaban AM:

“menurutku bocah lanang sing ideal nek dideleng sekang fisike ya ora kelemo si, ya ora lemu tapi berisi. Rambut sing di potong ora terlalu dawa laaa yang sing rapi lah sing keton rapi intine”

(menurut saya remaja laki-laki yang ideal jika dilihat dari segi fisik yang tidak terlalu gendut, tidak gendut tapi ya berisi, rambut di potong sedang tidak terlalu Panjang ya intinya terlihat rapilah)<sup>76</sup>

Jawaban IR:

“ya duwe awak sing duwur abote pas ya sedeng lah rambut tah sing penting nyaman”

(ya memiliki postur tubuh tinggi dan berat badan yang pas ya sedeng lah gitu rambut bebas yang penting nyaman)<sup>77</sup>

Jawaban FK

“nek sekang fisik ya menurutku bocah lanang ideal ya antara duwure kmbi abote seimbang rambut rapi terus maring penampilan peduli”

(kalo dilihat dari fisik menurut saya laki-laki ideal ya antara tinggi badan dan berat badan seimbang rambut rapi dan mementingkan penampilan)<sup>78</sup>

- b. *Conceptual* atau *psychological self-concept* merupakan gambaran yang dimiliki individu yang berkaitan dengan kemampuan atau ketidakmampuan atas dirinya sendiri, bagaimana masa depan yang ingin dicapai, serta berkaitan dengan penyesuaian hidup yang berkualitas, dapat melakukan kejujuran sebagai kebaikan yang dirinya miliki, mempunyai rasa percaya diri tinggi, kebebasan dan juga menjadikan dirinya sendiri sebagai sosok yang berani. Pada komponen ini peneliti bertanya “Menurut anda apakah faktor fisik dan penampilan adalah hal yang sangat penting bagi anda?”

Jawaban AM:

“nek sekang fisik ya menurutku bocah lanang ideal ya antara duwure kmbi abote seimbang rambut rapi terus maring penampilan peduli”

(kalo dilihat dari fisik menurut saya laki-laki ideal ya antara tinggi badan dan berat badan seimbang rambut rapi dan mementingkan penampilan)<sup>79</sup>

Berbeda dengan AM, IR memiliki jawaban sendiri mengenai hal ini yaitu:

<sup>76</sup> Hasil Wawancara dengan AM Tanggal 15 Juni 2022

<sup>77</sup> Hasil Wawancara dengan IR Tanggal 14 Juni 2022

<sup>78</sup> Hasil Wawancara dengan FK Tanggal 18 Juni 2022

<sup>79</sup> Hasil Wawancara dengan AM Tanggal 15 Juni 2022

“penampilan ora penting sing penting adus, wangi ora perlu rapi juga ora sing penting dewek nyaman”  
 (penampilan tidak penting yang penting saya mandi, wangi tidak penting, rapih juga tidak penting yang penting saya nyaman)<sup>80</sup>

Jawaban FK:

“menurutku penampilan penting banget si rambut bae ya nek dawa sepetit be aku wis risih anu rambutku kriting juga si dadi ya aku selalu semene dawane terus nganggo klambi sing warnane ora matching aku ora pede banget”

(menurut saya penampilan sangat penting si rambut saja ya ketika panjang sedikit rasanya risih mungkin karna rambut saya kriting juga ya dan ketika menggunakan baju yang tidak matching warnannya saya kurang PEDE si)<sup>81</sup>

Pertanyaan lain “Pernahkah anda mengalami perlakuan atau menerima perkataan yang tidak menyenangkan berkaitan dengan postur tubuh anda?”

AM menjawab:

“tau, aku paling gela nek diledeki neng bocah cilik, apa maning nek bocah cilike nyanteng aku cok gela si, cokan gledeki “gendut” kekwe tapi angger wong apa batire malah biasa bae tek anggep guyon”

(pernah, saya paling marah ketika mendapat ejekan dari anak kecil si, apalagi anak kecilnya yang nakal saya biasanya merasa jengkel si biasanya mereka menyebut “gendut” begitu tapi ketika diledeki oleh orang yang dewasa atau teman malah biasa saja saya menganggap becanda)<sup>82</sup>

- c. *Attidunial* merupakan perasaan-perasaan yang dimiliki seseorang terhadap dirinya sendiri. Tentang bagaimana seseorang bersikap dengan keberadaannya pada masa sekarang dan masa yang akan datang, sikap seseorang memaknai nilai-nilai yang ada dalam diri, cara mereka menghargai diri sendiri dan memiliki pemahaman bahwa dirinya dapat memberikan kebanggaan dan layak dibanggakan. Pada komponen ini peneliti menanyakan “bagaimana hubungan anda dengan teman-teman sebaya anda?”

<sup>80</sup> Hasil Wawancara dengan IR Tanggal 14 Juni 2022

<sup>81</sup> Hasil Wawancara dengan FK Tanggal 18 Juni 2022

<sup>82</sup> Hasil Wawancara dengan AM Tanggal 15 Juni 2022

Jawaban AM:

“ya aku due akeh batir laa, neng kerjaan due batir, nengumah due batir kuncine ya jane deng awake dewek si angger dewek menengan ya ora due batir tapi nek dewek teyeng membaur ya gampang olih batir”

(ya aku punya banyak teman laa, di tempat kerja punya teman, dirumah punya teman, kuncinya sebenarnya ada pada diri kita sendiri ketika kita diam ya tidak punya teman tapi ketika kita mampu bergabung membaur dengan teman yang lain pasti akan punya banyak teman”<sup>83</sup>

Jawaban IR:

“ya aku jelaslah due batir, akeh koh batir sing gelem dadi batire aku. Aku tah maring batir ora tau etungan ya batir pada seneng maring aku”

(ya jelaslah saya punya teman, banyaklah teman yang mau berteman dengan saya, saya kalo ke teman tidak pernah perhitungan jadi ya teman banyak yang mau berteman dengan saya)<sup>84</sup>

Jawaban FK:

“jujur aku nek negumah jarang interaksi kambi batir sing nengumah nek ketemu ya paling kur nyapa tok, mungkin gara-gara aku sering nengumah bae terus dolan ne neng njaba udu dolan neng sekitar ngumah. Dadi ya perek-perek ke kambi batir kelas neng kampus dolane maring beji pada lah”

Jujur ketika dirumah saya jarang skali interaksi dengan teman dirumah ketika bertemu paling hanya sekedar menyapa saja. Mungkin karna saya seringnya bermain diluar bukan didaerah sekitar rumah sehingga saya punya temen akrab ya temen satu kelas di kampus mainnya ke daerah beji sana lah)<sup>85</sup>

Berdasarkan hasil wawancara mengenai komponen konsep diri menurut Calhoun dan Acocella adalah tentang bagaimana subyek mengetahui tentang remaja putra ideal seperti apa, apakah penampilan penting atau tidak dan bagaimana mereka bersikap dalam bersosialisasi. Hasilnya yaitu antara teori dengan realita ada yang sesuai dan ada juga yang tidak sesuai. Ketiga subyek di atas memiliki kelebihan dan kekurangan tersendiri di masing-masing komponen tersebut di mulai dari

<sup>83</sup> Hasil Wawancara dengan AM Tanggal 15 Juni 2022

<sup>84</sup> Hasil Wawancara dengan IR Tanggal 14 Juni 2022

<sup>85</sup> Hasil Wawancara dengan FK Tanggal 18 Juni 2022

AM dari ketiga komponen diatas AM sangat menguasai ketiganya dia mengetahui bagaimana remaja ideal pada umumnya AM paham betul akan hal itu, kemudian bagaimana dia mengerti tentang pentingnya penampilan. AM bukan tipikal remaja obesitas yang tidak peduli penampilan namun dia masih sangat mementingkan penampilan dan yang terakhir bagaimana dia bersikap di sosialnya cara AM sangat baik ketika berinteraksi dengan keluarganya, teman sebayanya serta lingkungan sekitarnya. Berbeda dengan IR dari komponen pertama kaitanya tentang remaja ideal menurut IR dia menjawab untuk rambut dia memiliki pandangan kriteria tersendiri yaitu “yang penting nyaman” kemudian tentang komponen kedua seperti seberapa penting nya penampilan menurut IR, penampilan menurut IR tidak penting yang penting adalah mandi. Dan yang terakhir mengenai bagaimana IR bersosialisasi dengan keluarga dan masyarakat sebenarnya IR mampu untuk berinteraksi dengan orang lain dan mudah akrab dengan orang lain. Namun, terkadang dia malas untuk membantu atau masuk kedalam sebuah organisasi. IR lebih suka tidak masuk kedalam sebuah organisasi bukan karna tidak berpotensi namun dia sendiri mengaku malas. Dan subyek yang terakhir adalah FK hampir sama dengan AM, FK memahami bagaimana remaja putra yang ideal, dia juga sangat mementingkan penampilan namun kelemahan FK adalah ketika berinteraksi dengan orang lain. FK mengaku sulit untuk berinteraksi dengan orang lain kecuali memang yang benar-benar sudah FK kenal. Namun untuk berinteraksi dengan orang baru FK masih kesulitan.

#### **4. Proses Perkembangan dan Faktor Konsep Diri**

Konsep diri tumbuh setelah individu sudah mengenal “siapa aku” kemudian berlanjut hingga mengenali bahasa menguasai perkataannya sendiri serta perkataan orang lain kepadanya tentang dirinya, sehingga individu mendapatkan data yang lebih banyak lagi. Dan kemudian memahami sekelilingnya dan akan menyadari bahwa setiap individu akan mempunyai proses perkembangan konsep diri masing-masing sesuai dengan apa yang di bangun dan tumbuh yaitu melalui interaksi dengan

keluarga dan masyarakat umum sebagai tempat terdekat seseorang untuk beradaptasi disitulah konsep diri mulai terbentuk. Sedangkan faktor-faktor adalah apa saja yang mempengaruhi perkembangan konsep diri yaitu mulai dari pola asuh orang tua, kegagalan, depresi, stress, kritik internal, peniruan, dan hubungan personal.

a. Proses Perkembangan Konsep Diri

Jika dilihat dari proses perkembangan dan faktor-faktor konsep diri. Awal mula AM mengalami obesitas adalah ketika lulus dari SMK, dia merasa tanpa dia sadari dia mengalami kesulitan dalam beraktivitas mulai cepat lelah dan sesak nafas. Menurut AM ketika lulus SMK beban dia sangat berkurang karena tidak memikirkan stresnya dunia sekolah. Seperti jawabanya ketika ditanya oleh peneliti “sejak kapan anda mengalami obesitas?” AM menjawab:

“emm aku krasa lemu kuwe mbarang tes metu sekang sekolah SMK, kayane si bar lulus sekang SMK karna pas kue aku krasa plong wis ora mumet mikiri pelajaran kayong rasane bebas terus maem me aku dadi tambah doyan sedina bisa ping 4 dan kadang saben maem tanduk maning”

(emm saya merasa kelebihan berat badan itu ketika saya lulus sekolah SMK, kayaknya si setelah lulus SMK karena saya merasa plong dan bebas sudah tidak pusing dengan pelajaran rasanya itu bebas terus nafsu makan saya menjadi tambah sehari bisa makan 4 kali dan terkadang setiap makan nambah nasi lagi)<sup>86</sup>

AM lahir dari orang tua yang sangat sayang kepadanya. Dia tidak memiliki beban hidup dan merasa tidak pernah stress bahkan AM beranggapan jika dia stress bisa jadi tidak akan mengalami obesitas karena menurut AM ketika banyak pikiran dia akan kurus. Dalam hal ini penenliti bertanya apakah kamu pernah menghadapi masalah yang berat ketika berada di lingkungan keluarga?

---

<sup>86</sup> Hasil Wawancara dengan AM Tanggal 15 Juni 2022

AM menjawab:

“ora sih, aku kayong ora ngrasakna banget masalah nek ana masalah ya ora patia tek pikir terus mungkin karna aku terlalu ayem apayaa, aku nek due masalah sing abot kayane aku malah gering udu malah lemu”

(tidak sih, saya malah seperti tidak merasa punya masalah ya kalopun ada masalah ya tidak terlalu saya pikirkan saya terlalu santai sepertinya. kalo saya punya masalah yang berat sepertinya saya akan kurus bukan malah obesitas)<sup>87</sup>

Berbeda cerita dengan IR, cerita awal bagaimana dia mengalami obesitas adalah diawali sejak dia duduk di kelas empat MI, IR mengalami kecelakaan cukup parah saat itu sehingga aktivitas dia hanya tidur, makan, nonton tv hingga tanpa disadari tubuhnya membesar. Pola asuh orang tuanya ketika itu sangat memanjakannya dan memenuhi segala kebutuhannya terutama soal makanan.

Ungkapan IR ketika awal mula mengalami obesitas:

“aku awal lemu ganu pas kelas papat tes kecelakaan madan parah, aku kan kur turu, madang, nonton tv tok, bar kuwe awakku kayong nggedeni”

(awal mula saya mengalami kegemukan sepertinya dulu ketika kelas empat MI setelah mengalami kecelakaan lumayan parah, kegiatan saya waktu itu kan hanya tidur, makan, nonton tv, dan semenjak itu saya merasa tubuh saya membesar)<sup>88</sup>

Sedangkan FK awal mula mengalami obesitas adalah ketika masa pandemic corona dimulai yaitu pada tahun 2020 awal. Menurut ungkapan FK pada waktu itu dia merasa tidak terlalu memiliki beban perkuliahan selain itu jarang beraktivitas di luar rumah sehingga aktifitas dirumah hanya makan tidur kuliah pun bisa sambil tidur. Begini Ungkapan FK:

“aku awal kayong krassa awake abot kuwe pas mulai ana pandemic, aku rasane ayem uripe kuliah online, aktifitas akeeh nengumah dadine kegiatane ya maem, turu, kuliah be kadang tek sambu merem hehehehe”

(awal mula aku merasa tubuhku mulai berat adalah ketika awal pandemic, saya merasa hidupnya tentram kuliah online,

---

<sup>87</sup> Hasil Wawancara dengan AM Tanggal 15 Juni 2022

<sup>88</sup> Hasil Wawancara dengan IR Tanggal 14 Juni 2022

aktifitas kebanyakan dirumah sehingga kegiatan saya paling makan, tidur, kuliah juga biasanya sambil tidur hehehe)<sup>89</sup>

Kemudian peneliti bertanya bagaimana mengenai kritikan dari orang lain mengenai tubuhmu? AM menjawab:

“mayoritas wong ngomong maring aku kon aku nggeringi aja kelemon, kadang ya tetangga ana sing ngomong maring biyube aku “kae si anam wis kelemon kon di kurangi lah” terus biyungku nyampekna maring aku. ya aku pengen gering tapi aku kayong ngrasa esih bisa menikmati awake aku sing kaya kie dadi ya aku ora patia musingna omongan wong ya aku biasa bae lah”

(mayoritas orang bilang ke saya untuk menurunkan berat badan, terkadang ada tetangga yang ngomong ke ibu saya “itu si anam udah terlalu gendut bilang supaya di kecilin tubuhnya” terus ibu saya menyampaikan hal itu ke saya, saya ya ingin terlihat ideal tapi saya merasa masih bisa menikmati tubuh yang seperti ini jadi ya tidak terlalu memusingkan omongan orang lain dan ya biasa saja)<sup>90</sup>

Sehingga dapat disimpulkan bahwa AM dalam proses perkembangan dan faktor konsep diri di atas AM tidak mengalami kesulitan atau masalah di dalam keluarganya.

Peneliti tertarik untuk bertanya mengenai “Bagaimana cara orang tuamu menerapkan pola makan apakah bebas atau ada aturan khusus?

Jawaban AM:

“oranana aturan, bebas-bebas bae si. Malah kadang aku rikuh dewek nek wengi-wengi mbukak krembeng, biasane nek kencot tengah wengi aku mbukak krembenge alonan ben ora pada krungu hehehe”

(Tidak ada aturan, bebas saja si. Tapi malah biasanya saya yang malu sendiri ketika lapar dimalam hari, biasanya ketika saya lapar malam-malam membuka tudung saji nya pelan-pelan supaya tidak kedengeran hehehe)<sup>91</sup>

Begitu juga dengan IR, tidak ada aturan khusus mengenai pola makan.

Ungkapan IR:

---

<sup>89</sup> Hasil Wawancara dengan FK Tanggal 18 Juni 2022

<sup>90</sup> Hasil Wawancara dengan AM Tanggal 15 Juni 2022

<sup>91</sup> Hasil Wawancara dengan AM Tanggal 15 Juni 2022

“ya oranana aturan si malah nek maem jane aku sepetit sedina ping telu tapi paling mung 3-5 sendok pas maem”  
 (ya tidak ada aturan si malah saya kalo makan sebenarnya sedikit, maksudnya ya tetep makan tiga kali sehari tapi sekali makan paling hanya 3-5 sendok)<sup>92</sup>

Jawaban FK:

“oranana aturan si, tapi pas aku mulai krasa lemu pas ana pandemi kae kan aku bener bener jarang aktifitas neng njaba nah biyungku kadang cok ngomong kon aja keseringen gole maem wis kelemon, terus kon ngurangi maem mie instan”  
 (tidak ada aturan si, tapi setelah saya mengalami obesitas yang dimulai pada masa pandemi ketika itu kan aktifitas saya jarang di luar rumah nah terkadang ibu saya mengingatkan untuk jangan berlebihan saat makan kemudian mengurangi makan mie instan)<sup>93</sup>

Selain mengenai pola makan peneliti juga menanyakan mengenai “apakah obesitas anda ada faktor keturunan?”

AM menjawab:

“iya faktor keturunan sekang keluarga biyungku”  
 (iya ada faktor keturunan dari keluarga ibu saya”

Jawaban IR:

“ya sekang biyungku keturunane”  
 (iya dari ibu saya keturunannya)

Jawaban FK:

“ora nana faktor keturunan si, biyungku lemu tes lahiran asline ya anu ora lemu”  
 (tidak ada faktor keturunan si, ibuku terlihat gendut setelah melahirkan sebenarnya ya sebelum melahirkan tidak gendut)

Satu diantara tiga subyek ada yang tidak disebabkan oleh faktor keturunan tentang kondisi obesitasnya saat ini.

Pada proses perkembangan konsep diri remaja yang mengalami obesitas memiliki beberapa faktor selain faktor penyebab obesitas yaitu mengenai pola makan seperti yang telah dijawab oleh informan

<sup>92</sup> Hasil Wawancara dengan IR Tanggal 14 Juni 2022

<sup>93</sup> Hasil Wawancara dengan FK Tanggal 18 Juni 2022

diatas adalah mengenai bagaimana pola asuh dari orang tua sebagai *significant other* (orang terdekat) subyek.

Menurut George Herbert Mead mengatakan bahwa konsep diri dibangun serta tumbuh melalui komunikasi Individu menginternalisasikan pesan yang diterima dengan 2 jenis perspektif yang disampaikan pada individu ialah:

1) Orang terdekat (*significant others*)

Orang yang pertama kali mempengaruhi diri individu (*significant others*) serta membentuk konsep diri pada individu yaitu melakukan interaksi dengan orang terdekat yang memiliki kedekatan secara emosional pada individu. Seperti yang dikatakan oleh Lau & Pun bahwa aktivitas pada diri manusia tidak lepas dari peran pembentukan identitas diri atau konsep diri yang dimulai dari keluarga kemudian meluas ke interaksi dengan individu lain dilingkungan luar selain lingkungan keluarga.<sup>94</sup>

Orang yang paling dekat dengan individu dan interaksi pertama yang terjadi dalam kehidupannya. Orang terdekat adalah keluarga inti dimana dalam sebuah keluarga adalah tokoh-tokoh yang berperan utama dalam diri seseorang. Komunikasi dengan keluarga harus terjalin dengan baik supaya mudah untuk berinteraksi dengan orang lain di lingkungan selain lingkungan keluarganya.

Dalam hal ini pembentukan konsep diri yang dipengaruhi oleh keluarganya yaitu tentang “bagaimana komunikasi subyek dengan keluarganya?” jawaban subyek dua diantara tiga memiliki keluarga yang bisa berkomunikasi baik dengan subyek. Seperti yang di ungkapkan oleh AM :

“ya aku kambi keluarga sering komunikasi si sering cerita-cerita juga tentang gawean apa tentang percintaan”

---

<sup>94</sup> Aprilita Sekar Ayuning Tyas. “Pembentukam Konsep Diri Mahasiswa Luar Jawa” *Naskah Publikasi* (Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta, 2016) Halaman. 4-5

(ya saya dengan keluarga sangat sering berkomunikasi dan bercerita tentang pekerjaan ataupun masalah percintaan”<sup>95</sup>

Begitu pula dengan IR :

“ya aku nek ana masalah mesti ya crita maring wong tua ku. aku juga anak siji-siji ne ya dadi sering di perhatikna”  
(ya saya ketika ada masalah pasti akan cerita dengan orang tua karna ya saya juga anak satu-satunya jadi ya selalu di perhatikan)<sup>96</sup>

Berbeda dengan FK, FK adalah subyek yang tidak bisa berkomunikasi baik dengan keluarganya FK jarang sekali berkomunikasi apalagi bercerita ataupun berkeluh kesah tentang masalahnya. FK lebih suka memendam masalah sendiri dibanding menceritakan kepada keluarganya. Begini ungkapan FK mengenai komunikasinya denga keluarga

“aku nek nengumah jarang banget ngomong kmbi bapak apa biyungku. Ngomong ya paling kur seperlune tok. Nek pas ana masalah aku lewih sering tek pendem dewek karo nek pas kesuh ya paling mlebu kamar ngurung neng kamar”  
(saya ketika dirumah jarang sekali berbicara dengan ayah atau ibu saya, bicara ya paling hanya seperlunya saja. Ketika ada masalah ya saya pendam sendiri dan ketika marahpun saya paling masuk ke kamar mengurung diri di kamar)<sup>97</sup>

Kesimpulannya satu diantara tiga subyek yaitu FK memiliki proses perkembangan yang kurang baik di dalam keluarganya yaitu orang terdekat (*significant others*) karena menurut Mead komunikasi dengan keluarga adalah yang menentukan bisa atau tidaknya berinteraksi dengan lingkungan luar. Jika dari keluarga saja tidak bisa berinteraksi maka kemungkinan kecil untuk bisa leluasa berinterkasi dengan lingkungan luar.

---

<sup>95</sup> Hasil Wawancara dengan AM Tanggal 15 Juni 2022

<sup>96</sup> Hasil Wawancara dengan IR Tanggal 14 Juni 2022

<sup>97</sup> Hasil Wawancara dengan FK Tanggal 18 Juni 2022

## 2) Masyarakat umum

Perspektif mengenai masyarakat umum atau disebut dengan (*generalized others*) juga dapat mempengaruhi pembentukan individu. Dimana konsep diri dipengaruhi oleh pandangan orang lain secara umum didalam kelompok sosial. Kelompok sosial yang mendominasi dilingkungan yang ditinggali individu akan mempengaruhi.<sup>98</sup>

Komunikasi kedua adalah dari masyarakat umum yang di maksud masyarakat umum disini adalah tetangga terdekat atau kelompok sosial terdekat karena yang sangat menentukan sekali konsep diri itu terbangun pada subyek.

Menurut Mead komunikasi kedua adalah dari masyarakat umum (*generalized others*) yang di maksud masyarakat umum disini adalah tetangga terdekat atau kelompok sosial terdekat karena yang sangat menentukan sekali konsep diri itu terbangun pada subyek.

Seperti halnya pada perspektif yang pertama pada perspektif yang kedua subyek FK lah yang sangat kesulitan dalam berinterkasi dengan orang lain. Seperti yang di ungkapkan FK berikut ini:

“aku kambi tetangga jarang banget komunikasi mungkin karna didikan nengumah jarang ngomong dadi nggo komunikasi kambi tetangga dadi angel”

(saya dengan tetangga jarang sekali berkomunikasi apalagi karena didikan dirumah jarang berbicara jadi saya sangat pendiam dan akhirnya untuk berkomunikasi dengan tetangga pun saya jadi gagap)<sup>99</sup>

FK jarang sekali berkomunikasi dengan tetangganya apalagi berperan di masyarakat FK ini lebih suka bermain dengan orang luar atau teman sekampusnya dan jawaban lainnya adalah

---

<sup>98</sup> Aprilita Sekar Ayuning Tyas. “Pembentukam Konsep Diri Mahasiswa Luar Jawa” Naskah Publikasi (Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta, 2016) Halaman. 4-5

<sup>99</sup> Hasil Wawancara dengan FK Tanggal 18 Juni 2022

FK ini tidak memiliki teman sebaya di rumahnya. Seperti ungapannya berikut ini:

“aku ngumah duwe batir taori jarang banget ketemu terus kawit cilik juga aku neng bapake kadang co kora olih metu ngumah angel banget ganu nek arep dolan kambi batire akhire ngasi butul siki aku ora akrab kambi batir umah”  
(saya dirumah punya teman tapi jarang sekali bertemu dan dari kecil saya dididik oleh ayah saya untuk tidak keluar rumah saya dulu sulit bermain denga teman-teman hingga berlanjut sampai umur segini saya tidak akrab dengan teman rumah)<sup>100</sup>

Jadi dapat ditarik kesimpulan dari ketiga subyek terdapat yang sangat susah dalam berkomunikasi seperti yang dikemukakan oleh George Herbert Mead adalah subyek FK karena keluarga FK tidak menerapkan pola komunikasi yang baik di keluarganya sehingga sangat berpengaruh kepada FK dalam berinteraksi dengan tetangga terdekat. Namun untuk AM dan IR dalam bersosialisasi keduanya mampu dalam artian komunikasi dengan keluarga baik dan dengan masyarakat umum juga baik.

## 5. Penggolongan konsep diri

Konsep diri menurut Calhoun dan Acocella di bagi menjadi dua golongan yaitu konsep diri positif dan konsep diri negatif. Yang di maksud dengan Konsep diri positif adalah penerimaan seseorang terhadap diri. Maksudnya adalah seseorang yang memiliki konsep diri positif dia akan lebih paham tentang dirinya sendiri, menerima segala kekurangan dan kelebihan yang ada didalam dirinya, dapat mengevaluasi tingkah lakunya untuk kemudian diperbaiki menjadi lebih baik dan yang terakhir adalah dapat menerima keberadaan orang lain. Seseorang yang memiliki konsep diri positif dia memiliki pandangan tentang masa depannya, cita-cita yang sekiranya ia mampu untuk meraihnya, dan siap menghadapi masa depannya serta menganggap bahwa hidup adalah suatu proses

---

<sup>100</sup> Hasil Wawancara dengan FK Tanggal 18 Juni 2022

penemuan.<sup>101</sup> Sedangkan konsep diri negative Calhoun dan acocella membagi menjadi dua tipe konsep diri negative yaitu yang pertama adalah pandangan individu tentang dirinya yang sama sekali tidak mengenali dirinya tidak mengetahui mana yang mampu ia lakukan dan mana yang tidak mampu dilakukan atau bagaimana seseorang itu mengetahui kelemahan dan kekurangan yang ada didalam dirinya. Kemudian yang kedua adalah pandangan individu tentang bagaimana seseorang itu memiliki sikap yang sangat teratur yang bisa jadi disebabkan oleh didikan orang tua yang terlalu keras sehingga munculah sikap yang tidak bisa melakukan kesalahan sekecil apapun karena itu akan merubah pemikirannya yang berfikiran bahwa jika menyimpang itu adalah cara hidup tidak tepat.<sup>102</sup>

Menurut Brooks dan Emmart seseorang yang mempunyai konsep diri positif menunjukkan ciri-ciri sebagai berikut:<sup>103</sup>

- a. Dirinya merasa memiliki kemampuan untuk menyelesaikan masalah. Individu dapat memahami kemampuan subjektif untuk menyelesaikan permasalahan-permasalahan objektif yang sedang dihadapinya. Dalam hal ini peneliti menanyakan “apakah anda mampu mengatasi masalah?” semua subyek menjawab mampu menghadapi masalah dan mampu menyelesaikannya meskipun dengan halangan dan cobaan masing-masing. Informan merasa banyak masalah yang mereka hadapi namun mereka masih mampu untuk menyelesaikan dan tidak putus asa.
- b. Individu memiliki keyakinan bahwa dirinya setara atau sama dengan orang lain. Seseorang memahami bahwa semua manusia ketika dilahirkan tidak membawa apapun. Baik pengetahuan ataupun

---

<sup>101</sup> Hasrian, Rudi Setiawan dan Widya Masitah. “Pengaruh Konsep Diri, Minat, Dan Intelegensi Terhadap Hasil Belajar Mahasiswa Pada Mata Kuliah Metode Pengembangan Kemampuan Bahasa Anak” *Journal article* (Sumatera Utara: Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara, 2017) Halaman. 23

<sup>102</sup>Ibid. Halaman. 23

<sup>103</sup> Yulianti, Tunjung Sri, dkk., “Hubungan Antara Tingkat Obesitas Dengan Konsep Diri Pada Remaja Putri Kedunggupit Sidoharjo Wonogiri” *Jurnal Keperawatan Intan Husada Volume 2 Nomor 1* (Surakarta: AKPER Insan Husada, 2015) Halaman. 23

kekayaan yang dimiliki. Pada karakteristik yang kedua peneliti menanyakan “Apakah anda bersyukur dengan keadaanmu yang sekarang?” semua subyek menjawab bersyukur dan tidak menyalahkan siapapun baik diri sendiri maupun orang lain dan sudah merasa terbiasa dengan kondisi mereka. Dalam hal ini subyek sudah mampu untuk menerima segala perkataan orang lain dan berusaha untuk menjadi manusia normal pada umumnya yang mampu menikmati hidup dan tidak merasa di beda-bedakan

- c. Menerima sanjungan atau pujian tanpa adanya perasaan malu. Memahami bahwa penghargaan atau perkataan yang bersifat pujian pantas diberikan kepada setiap individu ketika mereka menghasilkan segala sesuatu atas apa yang telah dilakukan atau diusahakan sebelumnya. Disini peneliti menanyakan “bagaimana sika panda ketika di puji oleh orang lain” pada karakteristik yang ketiga ini mereka juga menjawab dengan jawaban sama yaitu mereka malu ketika di puji oleh orang lain apalagi ketika pujian itu mengenai suatu hal kebaikan. Pujian terkadang membuat seseorang merasa tersanjung dengan memberikan sikap yang berbeda-beda terkadang ada yang spontan menunjukkan sikap sombong dan merasa dirinya terbaik namunada pula yang merasa malu bahkan rasanya marah apabila di sanjung. Menurut Brooks dan emmart jika seseorang ketika di puji dia malum aka dia memiliki konsep diri positif.
- d. Memiliki keyakinan untuk dapat memperbaiki diri salah satunya dengan melakukan proses refleksi atau usaha untuk lebih mengenal diri sendiri dan mengupayakan untuk memperbaiki segala hal yang dianggap kurang tepat atau tidak memberikan manfaat yang baik bagi dirinya. Pada karakteristik yang terakhir ini peneliti menanyakan “apakah ketika anda melakukan kesalahan anda mampu memperbaiki?” semua informan menjawab mampu. Permasalahan terkadang membuat seseorang putus asa dan bisa jadi membuat orang bunuh diri. Orang yang mampu menyelesaikan masalah dengan baik

dan tidak merasa seolah-olah didunia ini hanya dia yang merasa kesusahannya adalah tergolong individu yang memiliki konsep diri positif.

Sedangkan orang yang memiliki konsep diri yang negative menurut Brooks dan Emmart menunjukkan ciri-ciri sebagai berikut:<sup>104</sup>

- a. Peka terhadap kritik (mudah marah, tersinggung, kritik dianggap sebagai sikap yang menjatuhkan harga dirinya sehingga kelihatan rendah dihadapan orang lain). Pada karakteristik yang pertama peneliti menanyakan “apakah anda merasa cepat tersinggung ketika mendapat kritik dari orang lain?” dari ketiga informan hanya FK yang merasa mudah tersinggung. Seperti ungkapannya berikut ini:

“jujur bae aku bocaeh baperan banget nek ana wong si kritik aku kadang aku cepet banget tersinggung apamaning nek lagi ora mood mesti aku langsung meneng bae”  
(jujur saja aku orangnya baperan sekali dan ketika orang mengkritik aku terkadang mudah sekali tersinggung apalagi ketika mood saya sedang tidak baik pasti saya akan langsung diam)<sup>105</sup>

Untuk subyek AM dan IR mereka merasa menyadari tentang kondisi fisiknya dan karena sudah terbiasa dengan omongan orang sehingga ketika di kritik mereka berdua merasa biasa saja. Kritik di bagi menjadi dua ada kritik membangun dan ada kritik yang menyakitkan. Dalam konteks ini adalah kritik yang menyakitkan yang biasanya tanpa sengaja orang lain memberi kritik tersebut tanpa disadari oleh orang tersebut kepada individu lain. Apabila seseorang yang mudah sekali tersindir dengan kritikan tersebut atau anak-anak zaman sekarang menyebutnya dengan kata “laaah baperaaan” itu berarti dia memiliki konsep diri negative. karena sesungguhnya kritik itu harus bisa kita saring terlebih dahulu baru bisa kita simpulkan untuk diri kita.

- b. Responsif sekali terhadap pujian. Pada karakteristik yang kedua peneliti menanyakan “apakah ketika mencapai suatu keberhasilan

---

<sup>104</sup> Yulianti, Tunjung Sri, dkk., “Hubungan Antara Tingkat Obesitas Dengan Konsep Diri Pada Remaja Putri Kedunggupit Sidoharjo Wonogiri” *Jurnal Keperawatan Intan Husada Volume 2 Nomor 1* (Surakarta: AKPER Insan Husada, 2015) Halaman. 23

<sup>105</sup> Hasil wawancara dengan FK pada tanggal 18 Juni 2022

ingin mendapat penghargaan atau dipuji” ketiga informan menjawab mereka tidak haus akan pujian. Sebagai manusia biasa pasti ada saja orang yang haus akan pujian karena ketika di puji pasti akan membuat bahagia namun setiap orang memiliki respon sendiri-sendiri terhadap perlakuan orang lain. Nah disini apabila seseorang merasa apabila dipuji dia akan langsung tersanjung dan setiap apa yang dilakukannya dia ingin selalu dipuji maka seseorang tersebut memiliki konsep diri negative.

- c. Perasa seolah-olah banyak yang membenci dirinya. Pada karakteristik yang ketiga peneliti menanyakan “apakah kamu merasa seolah-olah di benci oleh orang lain?” dari ketiga jawaban IR dan FK yang merasa seolah-olah ada yang membenci seperti ungkapan IR berikut:

“ya akhir-akhir kiye aku cok ngrasa ana sing getting maring aku, dan aku cok krasaan banget nek ana sing geting”  
(ya saya akhir-akhir ini merasa ada yang membenci saya, dan saya sangat merasa kebencian tersebut)<sup>106</sup>

Ungkapan FK:

“ya aku cok ngrasa ana batirku sing lagi kesuh maring aku, tapi cok pura-pura apik nengarepku”  
(ya saya merasa terkadang ketika berkomunikasi dengan teman saya dia posisi sedang marah ke saya atau benci ke saya tapi pura-pura baik didepan saya)<sup>107</sup>

Manusia adalah makhluk sosial pasti tentu saja akan berhubungan dengan orang banyak. Hasil dari bersosialisasi biasanya akan menimbulkan yang Namanya respon. Nah respon disini adalah sikap orang lain terhadap kita setelah mengetahui sikap kita ada yang benar ataupun keliru. Dalam hal ini, apabila seseorang merasa seolah-olah berfikir bahwa ada orang yang membenci maka disebut memiliki konsep diri yang negative

- d. Mempunyai sikap hiperkritik. Suka melakukan kritik negatif secara berlebihan terhadap orang lain. Pada karakteristik ke empat peneliti

<sup>106</sup> Hasil wawancara dengan IR pada tanggal 14 Juni 2022

<sup>107</sup> Hasil wawancara dengan FK pada tanggal 18 Juni 2022

menanyakan “apakah anda suka mengkritik orang lain?” dari ketiga jawaban informan FK yang merasa sering mengkritik orang lain seperti ungapannya berikut ini:

“aku kadang sering kritik wong sing asal nyeplos”  
(saya terkadang sering mengkritik orang lain tanpa saya sadari sering keceplosan)<sup>108</sup>

- e. Mengalami hambatan dalam interaksi dengan lingkungannya. Merasa kurang mampu dalam berinteraksi dengan orang-orang lain. Pada karakteristik yang terakhir peneliti menanyakan “apakah kamu merasa kurang mampu untuk berinteraksi dengan orang lain?” seperti pada komponen dan proses perkembangan serta faktor konsep diri diatas pada karakteristik ini FK jugalah yang merasa dirinya kesulitan berinteraksi dengan orang lain seperti ungapannya berikut ini

“aku neng kampus njukut jurusan komunikasi tapi jujur butul siki aku ngrasa kangelan nek ngomong kambi wong liya, nggo ngawali kandahan kuwe kadang aku ngrasa ora pede”  
(saya dikampus mengambil jurusan komunikasi tapi jujur sampai saat ini saya merasa kesulitan untuk berkomunikasi dengan orang lain, untuk memulai komunikasi terlebih dahulu saya belum bisa karena saya kurang pede)<sup>109</sup>

Sebagai makhluk sosial tentunya kita wajib dan harus bisa untuk berinteraksi dengan orang lain. Jika seseorang mengalami kesulitan dalam berinteraksi dengan orang lain maka seseorang tersebut juga masuk kedalam golongan konsep diri negative.

- f. Belum berkompetisi sudah merasa pesimis  
g. Mudah menyerah sebelum mencoba dan kegagalan itu cenderung menyalahkan orang lain.

Sehingga dapat disimpulkan bahwa dari ketiga subyek yang memiliki konsep diri negative adalah subyek FK karena dari karakteristik konsep negative menurut Brooks dan Emmart FK banyak memiliki kecocokan dengan teori tersebut.

---

<sup>108</sup> Hasil wawancara dengan FK pada tanggal 18 Juni 2022

<sup>109</sup> Hasil wawancara dengan FK pada tanggal 18 Juni 2022

## **B. Analisis data**

Analisis dilakukan setelah data diperoleh. Peneliti melakukan analisis mengenai data dan mencoba mencocokkan dengan teori yang ada pada bab sebelumnya dengan hasil penelitian yang dilakukan.

### **1. Analisis konsep diri AM**

Berdasarkan hasil wawancara dengan AM mengenai bagaimana dia mengkonsepkan dirinya yang dilihat dari beberapa elemen penting di dalam konsep diri seseorang yaitu mengenai komponen konsep diri, proses perkembangan dan faktor konsep diri, dan yang terakhir adalah mengenai penggolongan konsep diri. Konsep diri menurut Hurlock adalah selaku persepsi, kepercayaan perasaan ataupun perilaku seseorang tentang dirinya sendiri, kualitas penyikapan orang tentang dirinya sendiri serta suatu system pemaknaan orang tentang dirinya sendiri serta pemikiran orang lain tentang dirinya.<sup>110</sup> AM adalah tergolong remaja yang mampu memahami dirinya, memiliki banyak teman sebaya dan sudah mengenali dirinya serta lingkungannya, Mudah untuk bersosialisasi, memiliki banyak teman sebaya, ikut berperan di masyarakat dan memiliki keluarga yang harmonis dan penuh kebahagiaan. Pandangan orang lain mengenai dirinya pun tidak mengganggu dirinya. Sudah memiliki pekerjaan sesuai dengan kemampuan yang ia miliki. Sehingga dapat disimpulkan jika AM ini dari ketiga subyek memiliki konsep diri paling positif. Selain itu AM tidak memiliki kendala dalam proses perkembangan konsep diri dan dari semua faktor yang mempengaruhi konsep diri yaitu menurut Calhoun dan Acocella yaitu mulai dari pola asuh orang tua, teman sebaya, masyarakat dan belajar. AM tidak merasa memiliki kendala. Sehingga dalam penggolongan konsep diri AM ini termasuk kedalam konsep diri positif.

### **2. Analisis konsep diri IR**

Hasil wawancara dengan IR mengenai komponen konsep diri, proses perkembangan dan faktor konsep diri, dan yang terakhir adalah

---

<sup>110</sup> Hurloc. "Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan". Terjemahan oleh Meitasari Tjandrasa & Mukhlisa Zarkasih (Jakarta: Erlangga, 1976) Halaman. 22

mengenai penggolongan konsep diri. Seperti yang diungkapkan Budi Anna Keliat bahwa “konsep diri adalah semua ide, pikiran, kepercayaan dan pendirian yang diketahui individu tentang dirinya dan mempengaruhi individu dalam berhubungan dengan orang lain.”<sup>111</sup> Sama halnya dengan AM, IR adalah termasuk remaja yang cukup mampu memahami dirinya serta lingkungannya memiliki banyak teman sebaya dan mampu berinteraksi dengan orang baru. Namun, IR kurang berperan didalam masyarakat dalam hal ini bukan karena tidak mampu atau tidak di butuhkan oleh masyarakat namun menurut ungkapan IR dia malas dan tidak ingin bergabung dengan organisasi kemasyarakatan. Namun disisi lain IR memiliki keluarga yang sangat menyayanginya dan memperhatikan segala keperluannya, IR ini termasuk remaja yang memiliki pola asuh sangat dimanjakan sejak kecil dan kurang ada penegasan terhadap perilakunya, sehingga dia tumbuh menjadi remaja yang kurang memiliki sikap yang baik di sisi moralnya.

Selanjutnya berkaitan dengan penampilan yang di sebutkan oleh Calhoun dan Acocella yaitu memiliki tiga komponen penting di dalam konsep diri yaitu Perceptual, Conceptual, dan Attitudinal. Dalam hal ini, IR dalam komponen perceptual yaitu bagaimana IR memandang dirinya sendiri dari segi penampilan IR termasuk remaja obesitas yang tidak terlalu mepedulikan penampilan, sesuai dengan ungkapannya:

“penampilan tidak penting yang penting saya mandi, wangi tidak penting, rapih juga tidak penting yang penting saya nyaman”<sup>112</sup>

Hal ini dibuktikan dari ciri fisik dari IR sendiri dia memiliki postur tubuh yang besar dan lumayan tinggi, dia sedang memanjangkan rambutnya yang sudah berjalan sekitar 1 tahun sehingga terkesan kurang rapih, dan tidak terlalu mepedulikan fashion.

---

<sup>111</sup> Petrus Karle. *Thesis*. “Hubungan Antara Konsep Diri, Efikasi Diri, dan Sikap Ilmiah Dengan Prestasi Belajar Mahasiswa Semester VI Program Studi Bimbingan dan Konseling FKIP UNISRI Surakarta Tahun Akademik 2009/2010.” (Surakarta: Universitas Negeri Sebelas Maret Surakarta, 2011) Halaman. 20

<sup>112</sup> Hasil Wawancara dengan IR Tanggal 14 Juni 2022

Kemudian pandangan IR mengenai omongan orang lain terutama mengenai fisiknya IR termasuk remaja obesitas yang bodoamat dan tidak terlalu mempusingkan omongan orang lain karena menurutnya dia sudah sangat memahami kondisi fisiknya sehingga omongan orang lain tidak terlalu dia dengarkan.

Dan yang terakhir adalah mengenai penggolongan konsep diri yang disebutkan oleh Calhoun dan Acocella memiliki dua penggolongan konsep diri yaitu konsep diri positif dan konsep diri negative dalam hal ini, IR termasuk golongan konsep diri positif karena menurut hasil wawancara mengenai seperti apa ciri-ciri seseorang yang memiliki konsep diri positif yaitu yang disebutkan oleh Brooks dan Emmart IR dari ciri-ciri konsep diri positif dan dan ciri-ciri konsep diri negative IR paling banyak cocok dengan ciri-ciri konsep diri positif sehingga masuk kedalam golongan individu yang mempunyai konsep diri positif sebagai remaja yang mengalami obesitas yang di buktikan dengan sikap mampu berinteraksi dengan orang lain, mampu menyelesaikan masalah, dapat berkomunikasi dengan baik kepada keluarga intinya, mensyukuri segala kondisinya saat ini, percaya diri, dan mampu mengakui kesalahan dan memperbaiki kesalahan tersebut.

### **3. Analisis konsep diri FK**

Menurut Darmawan, konsep diri ialah anggapan diri sendiri tentang aspek fisik, social serta psikologi yang diperoleh individu lewat pengalaman serta interaksinya dengan orang lain.<sup>113</sup> Dalam konsep diri FK dan dari ketiga subyek dalam penelitian ini FK lah yang memiliki konsep diri negative. Dalam hal ini di mulai dari komponen konsep diri yaitu bagaimana sikap FK dalam menghadapi dirinya FK belum begitu memahami dirinya dan kondisi fisiknya saat ini, karena menurut ungapannya dia ketika mendapat kritik dari orang lain dia sering merasa sakit hati dan mudah sekali tersinggung. Namun, dia mengakui juga jika

---

<sup>113</sup> Indra Darmawan. "Kiat jitu Taklukkan Psikotest" (Jogjakarta: Buku Kita, 2009) Halaman. 50

dirinya suka mengkritik orang lain yang tanpa disadari oleh nya atau tanpa sengaja dia tiba-tiba mengatakan sesuatu yang kemungkinan membuat orang lain sakit hati. Dari segi ini sudah terlihat jika FK memiliki konsep diri yang negative. selanjutnya adalah mengenai lingkungannya FK dalam teori yang disebutkan oleh George Herbert Mead yaitu mengenai proses perkembangan konsep diri salah satunya adalah komunikasi atau interaksi dengan masyarakat terdekat (*generalized others*) yaitu tetangga disekitar rumah. Menurut ungkapan FK dia dengan tetangga jarang sekali berkomunikasi selain karna faktor jarak antar rumah berjauhan juga karna pola asuh dari orang tuanya terutama adalah ayahnya, FK di didik sejak kecil jarang diperbolehkan untuk keluar rumah sehigga terbawa hingga usiannya sekarang dia lebih banyak di luar rumah namun bukan di sekitar rumahnya tetapi dia bermain di kampusnya. Selanjutnya adalah mengenai keluarganya (*Significant others*) FK mengungkapkan jika dia dengan keluarganya seperti orang asing jarang sekali berkomunikasi dan berinteraksi, lebih banyak diam dan sibuk dengan kegiatan masing-masing. Sehingga terbawa hingga usianya saat ini dia merasa kesulitan untuk berkomunikasi dengan orang lain karena menurutnya dia dirumah lebih banyak diam dan ketika memiliki masalah dia memilih untuk memendamnya sendiri dibanding menceritakan kepada keluarganya. Dan yang terakhir adalah mengenai teman sebaya yang dimaksud teman sebaya disini adalah teman sebaya disekitar rumahnya yaitu teman sejak kecil. Menurut ungkapan FK dia di rumah memiliki teman sebaya namun jarang sekali berkomunikasi. Dia sejak kecil sudah sering mengalami perlakuan keras dari ayahnya yaitu banyak peraturan yang seharusnya tidak perlu untuk dilakukan oleh orang ayahnya yaitu terlalu banyak mengekang aktivitas bermain nya dengan teman sebayanya. Namun, untung saja untuk saat ini FK memiliki teman sebaya di kampusnya sehingga tidak terlalu menjadi pribadi yang individualis.

Menurut Brooks dan Emmart mengenai ciri-ciri konsep diri positif dan negative setelah peneliti mewawancarai subyek dengan memberikan

pertanyaan mengenai ciri-ciri konsep diri yang berpaku dengan ciri-ciri yang disebutkan oleh Brooks dan Emmart FK ini lebih sesuai dengan ciri-ciri konsep diri negative. yang dibuktikan dengan ciri-ciri mudah tersinggung dengan kritik orang lain, suka mengkritik orang lain dan merasa kurang mampu berinterkasi dengan orang lain. Seperti ungkapanya yang sudah peneliti jelaskan pada analisis di atas.



## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis mengenai konsep diri remaja putra yang mengalami obesitas di Desa Singasari Kecamatan Karanglewas Kabupaten Banyumas. Diperoleh hasil sebagai berikut:

##### **1. Komponen Konsep Diri**

Pada komponen konsep diri di peroleh hasil bahwa dari ketiga subyek kaitanya dengan sikap dari masing-masing subyek dalam menghadapi fisiknya dalam hal ini adalah sikap terhadap dirinya sendiri ketiga subyek mampu menerima dan menyadari tentang kondisi fisiknya saat ini.

##### **2. Proses Perkembangan dan Faktor-faktor Konsep Diri**

Kemudian pada proses perkembangan konsep diri dan faktor-faktor perkembangan konsep diri yaitu dipengaruhi oleh pola asuh orang tua, teman sebaya, masyarakat, dan belajar. Dalam hal ini dua diantara tiga subyek pada empat elemen tersebut kedua subyek memiliki pola asuh yang baik dari orang tua, memiliki banyak teman sebaya, mampu berinteraksi dengan masyarakat dan mampu memahami lingkungan dengan menerima segala kekurangan yang ada pada dirinya. Sedangkan satu subyek lainnya dari empat elemen tersebut dia memiliki pola asuh yang kurang baik dari orang tuanya, tidak memiliki teman sebaya di sekitar rumahnya, tidak bisa berinteraksi dengan masyarakat dan kurang mampu mempelajari lingkungan sekitarnya.

##### **3. Penggolongan Konsep Diri**

Dan yang terakhir adalah penggolongan konsep diri positif dan konsep diri negative. Dalam hal ini ada tiga subyek, dua diantara tiga subyek masuk ke dalam golongan konsep diri positif dan satu lainnya masuk ke dalam golongan konsep diri negatif. Hal ini dapat dilihat dari ciri-ciri konsep diri menurut Brooks dan Emmart yaitu bagaimana subyek mampu menerima segala kondisi fisiknya, yang kedua bagaimana subyek

dalam berkomunikasi dengan keluarganya, yang ketiga bagaimana sikap yang di tunjukan ketika mendapat perkataan yang tidak mengenakan dari orang lain, dan yang terakhir bagaimana subyek mampu berperan didalam masyarakat. Hasil yang di peroleh adalah sikap yang di tunjukan oleh dua remaja putra yang masuk kedalam golongan konsep diri positif dia menunjukkan sikap mampu menerima segala kekurangan dan kelebihan yang ada di tubuhnya yaitu dengan menunjukkan sikap percaya diri dan mampu beradaptasi, berinteraksi, dan berkomunikasi dengan orang baru. mampu mengenali dirinya tidak mudah tersinggung dengan ucapan orang lain karena subyek sudah terbiasa dan sudah memahami kenyataan mengenai kondisi tubuhnya, mampu berkomunikasi dengan keluarganya dengan dibuktikan tidak timbul masalah yang berarti dan mampu bersosialisasi dan berinteraksi dengan orang lain dengan di tunjukan mampu berperan didalam masyarakat. Hal ini selaras dengan ciri-ciri yang di sebutkan oleh Brooks dan Emmart. Sehingga kedua subyek ini masuk ke dalam konsep diri positif. Sedangkan satu subyek yang masuk ke dalam golongan negative adalah karena sikap yang ditunjukan oleh subyek tersebut tidak bisa memahami kondisi dirinya saat ini dengan menunjukkan sikap tidak percaya diri dan mudah tersinggung dengan omongan orang lain mengenai kondisi fisiknya, tidak terbiasa berkomunikasi dengan keluarga di rumah dan merasa tidak mampu berinteraksi dengan orang baru.

## **B. Saran**

Berdasarkan penelitian yang penulis lakukan, maka peneliti dapat menyampaikan saran sebagai berikut:

1. Diharapkan bagi remaja-remaja putra yang mengalami obesitas dapat memahami diri sendiri terlebih dahulu supaya dapat menempatkan sikap yang baik sehingga akan memiliki konsep diri positif dan menjalani kehidupan dengan bahagia.
2. Penulis berharap kepada peneliti selanjutnya dapat menghasilkan serta menggali informasi yang lebih luas dan terbaru dan lebih kekinian

3. Diharapkan bagi masyarakat dapat memberikan dukungan kepada remaja yang mengalami obesitas sehingga mereka dapat membentuk konsep diri yang baik.



## DAFTAR PUSTAKA

- Abudu, Komaria Ode. Tesis “Analisis Jalur Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Obesitas Pada Remaja Usia 12-18 Tahun Di Kota Yogyakarta” (Semarang: Universitas Negeri Semarang) Hlm. 10
- Ali, Widianti, dkk., 2017 “Perbedaan Anak Usia Remaja Yang Obesitas Dan tidak Obesitas Terhadap Kualitas Tidur Di SMP Negeri 8 Manado”, *e-Journal Keperawatan Vol. 5 No.1* (Manado: Universitas Sam Ratulangi)
- Andi, Syahraeni. 2020 “Pembentukan Konsep Diri Remaja” *Jurnal Bimbingan Penyuluhan Islam Volume 7, Nomor 1* (Makassar: UIN Alauddin) Halaman: 64
- Anggitol, Albi dan Johan Setiawan, 2018 *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Sukabumi: CV Jejak) Halaman. 7
- Arywibowo, Dhody Munandaris, dkk., 2009 “Penurunan Berat Badan Pada Obesitas Melalui Pengaturan Diri” *Jurnal Penelitian Humaniora, Vol. 10, No. 2* (Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta) Halaman. 200
- Aulia, Rahim Mia, dkk., 2018 “Oishi (Obesity Home Care Intervention) Sebagai Inovasi Rumah Rawat Mandiri Obesitas Untuk Meningkatkan Kualitas Hidup Anak Penderita Obesitas”. *Tinjauan Pustaka, Volume 6 Nomor 2* (Sumatera Barat: Universitas Andalas) Halaman. 9
- Azwar, Syaifuddin. 2011. *Metode Penelitian* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar) Halaman. 34
- Calhoun J. F dan Acocella, J. R,” Psikologi tentang Penyesuaian dan Hubungan Kemanusiaan” Edisi Terjemahan, (Semarang: IKIP Semarang Press, 1999) Halaman: 224
- Claudia, Windy. 2016 “Konsep Diri Remaja Putri Obesitas”, *JO FISIP Volume 3 Nomor 2*. (Pekanbaru: Universitas Riau Pekanbaru) Halaman. 6
- Darmawan, Indra. 2009 ”Kiat jitu Taklukkan Psikotest” (Jogjakarta : Buku Kita) Halaman. 50
- Ermawati, Erli dkk, 2011 “Hubungan Antara Konsep Diri Dengan Perilaku Konsumtif Pada Remaja Di SMP N 1 Piyungan”, *Jurnal Spirits Vol. 2 No. 1* (Yogyakarta: Universitas Sarjanawiyata Tamansiswa) Halaman. 4-5
- Halida. 2014 “Analisis konsep diri manusia pada program studi PG-PAUD FKIP UNTAN Pontianak” *Jurnal Pendidikan Usia Dini Volume 8 Nomor 1* (Pontianak: PG-PAUD FKIP UNTAN) Halaman. 39
- Hariyadi, Ahmad, dkk., 2019 “Prestasi dan motivasi belajar dengan konsep diri” Prosiding seminar nasional (Kudus: Universitas Muria Kudus) Halaman. 283

- Hasrian, Rudi Setiawan dan Widya Masitah, 2017 “Pengaruh Konsep Diri, Minat, Dan Intelegensi Terhadap Hasil Belajar Mahasiswa Pada Mata Kuliah Metode Pengembangan Kemampuan Bahasa Anak” *Journal article* (Sumatera Utara: Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara) Halaman. 23
- Hidayati, Wiji dan Purnami Sri. 2008 *Psikologi Perkembangan*. (Yogyakarta: Teras).
- Hurloc. 1976 “Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan”. Terjemahan oleh Meitasari Tjandrasa & Mukhlisa Zarkasih (Jakarta: Erlangga) Halaman. 22
- Husnah. 2012 “Tatalaksana Obesitas” *Jurnal Kedokteran Syiah Kuala Vol.12, No. 02* (Aceh: Universitas Syiah Kuala Banda Aceh) Halaman. 100
- Indarjo, Sofwan. 2009 “Kesehatan Jiwa Remaja”. *Jurnal Kesehatan Masyarakat* (Semarang: Universitas Negeri Semarang) Halaman. 50
- Karle, Petrus. *Thesis*. 2011 “Hubungan Antara Konsep Diri, Efikasi Diri, dan Sikap Ilmiah Dengan Prestasi Belajar Mahasiswa Semester VI Program Studi Bimbingan dan Konseling FKIP UNISRI Surakarta Tahun Akademik 2009/2010.” (Surakarta: Universitas Negeri Sebelas Maret Surakarta) Halaman. 20
- Kiling, Beatriks Novianti, dkk., 2015 “Tinjauan Konsep Diri Dan Dimensinya Pada Anak Dalam Masa Kanak-Kanak Akhir” *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Konseling Volume Nomor 2* (Universitas Nusa Cendana) Halaman 117
- Nazlatul, Ain Thayyibah. “Jamu Lifestyle; Warisan ‘Clean Eating’ Nusantara sebagai Gaya Hidup Sehat Berdasarkan Al-quran” (Surabaya: UIN Sunan Ampel)
- Pera, Peti. *Skripsi*. 2021 “Dampak Tren Fashion Hijab Terhadap Konsep Diri Remaja Desa Penandingan Kecamatan Tanjung Sakti Pumi Kabupaten Lahat” (Bengkulu: Institute Agama Islam Negeri) Halaman. 28-31
- Prastowo, Andi. 2011 *Metode Penelitian Kualitatif dalam Perspektif Rancangan Penelitian*. (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media) Halaman. 195.
- Rahim, Mia Aulia, dkk., 2018 “OISHI (OBESITY HOME CARE INTERVENTION) Sebagai Inovasi Rumah Rawat Mandiri Obesitas Untuk Meningkatkan Kualitas Hidup Anak Penderita Obesitas”. *BIMIKI* (Sumatera Barat: Universitas Andalas) Halaman. 9
- Respati, Winanti Siwi, dkk., 2006 “Perbedaan Konsep Diri Antara Remaja Akhir Yang Mempersepsi Pola Asuh Orang Tua Authoritarian, Permissive, dan Authoritative” *Jurnal Psikologi Volume 4 Nomor 2* (Jakarta: Universitas Indonusa Esa Unggul) Halaman. 125

- Salam, Abdul. 2010 “Faktor Risiko Kejadian Obesitas Pada Remaja” *Jurnal MKMI Vol. 6 No. 3.* (Makassar: Unhas) Halaman. 185
- Santrock J.W, “Life Span Development” (Jakarta: Erlangga, 2003) Halaman. 56
- Sekar. Ayuning Tyas, Aprilita. 2016 “Pembentukam Konsep Diri Mahasiswa Luar Jawa” Naskah Publikasi (Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta) Halaman. 4-5
- Sujarweni, Wiratna. 2020 *Metodologi Penelitian* (Yogyakarta: Pustaka Baru Press) Halaman. 31
- Surya, Hendra. 2007 “Percaya Diriiitu Penting, Peran Orangtua dalam Menumbuhkan Percaya Diri Anak” (Jakarta: Elex Media Komputindo) Halaman. 50
- Tarigan, Novriani. 2017 “Pengetahuan Gizi Seimbang, Aktivitas Fisik Dan Obesitas Sentral Peserta Senam Aerobik Di Tama GYM Komplek Riviera Medan”, *Wahana Inovasi Vol. 6 No. 1.* (Medan: Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan) Halaman. 27
- Trafena, Talika Febi “Manfaat Internet Sebagai Media Komunikasi Bagi Remaja Di Desa Air Mangga Kecamatan Laiwui Kabupaten Halmahera Selatan”. *E. journal Vol. 5 No.1*
- Wahyu, Widiarti Pratiwi. 2017 “Konsep Diri (Self Concept) Dan Komunikasi Interpersonal Dalam Pendampingan Pada Siswa SMP Se Kota Yogyakarta”, *Jurnal Ilmu Komunikasi, Vol. 47 No. 1* (Yogyakarta: Universitas Yogyakarta) Halaman. 136-137
- Wahyuningsih, Nur Aini Sri. *Skripsi* 2009 “Hubungan Obesitas Dengan Osteoarthritis Lutut Pada Lansia Di Kelurahan Puncangsawit Kecamatan Jebres Surakarta” (Surakarta: Universitas Sebelas Maret) Halaman. 15
- Wijaya, Hengki. 2018 “Analisis Data Kualitatif Ilmu Pendidikan Teologi”, (Sulawesi Selatan: Sekolah Tinggi Ilmu Jaffray) Halaman. 56
- Yulianti, Tunjung Sri, dkk., 2015 “Hubungan Antara Tingkat Obesitas Dengan Konsep Diri Pada Remaja Putri Kedunggupit Sidoharjo Wonogiri” *Jurnal Keperawatan Intan Husada Volume 2 Nomor 1* (Surakarta: AKPER Insan Husada) Halaman. 23
- Yuni, Riniwati Manurung. *Skripsi.* 2021 “Gambaran Konsep Diri Mahasiswa Program Profesi Ners Stiker Santa Elisabeth Medan” (Medan: STIKes Santa Elisabeth) Halaman. 9
- Zarkasih Putro, Khamim. 2017 “Memahami Ciri dan Tugas Perkembangan Masa Remaja”. *Jurnal Aplikasi Ilmu-ilmu Agama, Volume 17 Nomor 1* (Yogyakarta: FTIK UINSuKa) Halaman. 25

## Lampiran 1

### **Wawancara terhadap subyek Anam Argo Prasetyo (22 tahun) di rumah teman AM pada tanggal 15 Juni 2022 pukul 19.30-22.00 WIB.**

Sebelum memulai wawancara peneliti pendekatan terlebih dahulu kepada narasumber sebelum masuk pada pertanyaan-pertanyaan inti.

P : Apakah kamu pernah di bully nam dengan kondisimu yang seperti ini?

AM : ya ngga si

P : di bully itu apasi nam?

AM : ya di jelek jelekkan kan?

P : ya seperti misalnya kamu disebut gendut atau apa yang lain

AM : ooh disebut gendut ya pernah lah

P : kamu merasa sakit hati apa tidak nam?

AM : ya ngga si biasa aja

P : kamu menyadari dengan bully an tersebut?

AM : ya iya ya menyadari dong

P : bully an itu dari teman sebaya atau lingkungan atau siapa nam?

AM : teman, teman kerja ya rekan kerja lah

P : mereka segaja memanggil ndut begitu nam?

AM : ya kalo yang baru di kenal

P : tapi kamu tidak sakit hati nam?

AM : ya tidaklah kan saya memang gendut si

P : kalo saya yang manggil kamu ndut kamu marah?

AM : ya tidak biasa aja lah

P : dengan kondisimu yang seperti ini kamu memiliki keistimewaan yang ada pada dirimu tidak? Yang membuat kamu pede, nyaman

AM : yang membuat aku nyaman ketika setelah mencukur rambut si hahah, terus wangi itu juga membuat saya pede jika bertemu orang lain

P : kamu merasa disayangi dicintai oleh orang lain apa tidak nam?

AM : ya merasa, ya manusia pasti ada yang benci dan ada yang sayang tapi saya merasa lebih banyak yang sayang si dari pada yang benci

P : kamu merasa kesulitan bersosialisasi apa tidak nam?

AM : ya tidak si, ya bisa. Saya tidak pendiam jadi saya bisalah berkomunikasi dengan orang lain

P : bagaimana gambaran fisik putra ideal menurutmu?

AM : kalo dari segi fisik ya tubuhnya tidak terlihat gendut, tidak kurus tapi ya berisi lah, rambut rapi dilihat bagus lah

P : menurut anda tubuhmu yang sekarang sangat berpengaruh di hidupmu tidak nam?

AM : ya berpengaruh si, jadi ngapa ngapin susah

P : bagaimana pandangan orang lain mengenai tubuhmu yang sekarang nam?

AM : mayoritas orang bilang supaya aku mengecilkan tubuh

P : pernahkah anda mengalami perlakuan atau perkataan yang tidak menyenangkan berkaitan dengan postur tubuhmu?

AM : pernah si sama anak kecil, kadang suka sakit hati ketika di ejek sama anak kecil

P : bagaimana hubungan kamu dengan teman-teman sebaya?

AM : ya baik, saya masih merasa punya banyak teman

P : sejak kapan anda merasa tubuh anda mengalami kegemukan?

AM : sejak lulus SMK si saya merasa tubuh saya berat

P : apakah ada faktor keturunan berkaitan dengan obesitasmu nam?

AM : ada, keturunan dari keluarga ibu

P : bagaimana cara orang tua anda menerapkan pola makan?

AM : membebaskan si

P : apakah kamu sudah bisa memahami lingkunganmu?

AM : ya bisa si, karna saya ya baik-baik saja dengan tetangga tidak ada permasalahan

P : apakah kamu mampu menyelesaikan masalah?

AM : ya mampu si, malah sepertinya saya tidak terlalu mempermasalahkan masalah

P : apakah anda bersyukur dengan keadaan anda yang sekarang?  
AM : ya bersyukur dan menerima si  
P : apakah ketika anda melakukan kesalahan mampu untuk memperbaiki?  
AM : mampu  
P : apakah kamu mudah tersinggung?  
AM : ya ngga si biasa aja tergantung juga tapi saya lebih ke bodoamat  
P : apakah anda merasa seolah-olah di benci oleh orang lain?  
AM : tidak si  
P : apakah anda suka mengkritik orang lain?  
AM : ya kadang suka mengkritik  
P : harapan kedepan berkaitan dengan tubuhmu?  
AM : ya saya ingin kurus si, ingin mengecilkan tubuh

**Wawancara terhadap subyek Irfan Nur Fajri (20 tahun) di rumah makan di desa langgongsari pada tanggal 14 Juni 2022 pukul 19.30-22.00 WIB.**

Sebelum memulai wawancara peneliti pendekatan terlebih dahulu kepada narasumber sebelum masuk pada pertanyaan-pertanyaan inti.

P : Kamu pernah di bully apa ngga fan dengan kondisimu yang seperti ini?  
IR : ya tidak  
P : pernah disebut ndut atau gendut tidak?  
IR : Pernah si  
P : kamu merasa sakit hati ngga fan?  
IR : ya ngga si biasa aja karna memang saya gendut  
P : oke baik  
P : kamu merasa memiliki keistimewaan khusus yang ada pada dirimu ngga?  
IR : saya tidak merasa memiliki keistimewaan. Dulu saya suka sekali menyapa orang, mudah berinteraksi dengan orang lain, dulu saya bisa tapi sekarang sudah ngga bisa karena ada orang yang ngomong ke saya

ingin menjadi seperti saya yang mudah sekali berinteraksi dengan orang tapi itu malah membuat saya menjadi pendiam sekarang

P : berarti kamu dulu sangat mudah berinteraksi dengan orang lain sekarang sudah menjadi pendiam karna ada faktor orang lain yang menginginkan menjadi sepertimu begitu ya

IR : iya

P : oke

P : dengan kondisimu yang sekarang kamu merasa disayangi dicintai oleh orang lain apa ngga fan?

IR : ya merasa

P : apakah kamu merasa kesulitan dalam bersosialisasi?

IR : sedikit sulit si

P : bagaimana gambaran fisik remaja putra ideal menurutmu?

IR : tinggi, postur tubuh pas

P : menurut irfan penampilan fisik tubuhmu itu penting tidak?

IR : ya ngga terlalu si yang penting mandi

P : apasi daya tarik yang kamu miliki?

IR : saya orangnya mudah didekati dan saya suka berteman dengan siapa saja

P : bagaimana pandangan orang lain mengenai tubuhmu yang sekarang?

IR : orang lain melihat saya risih karna rambut saya panjang. Banyak yang bilang menyuruh saya mencukur rambut hehe

P : pernahkah anda mengalami perlakuan atau perkataan yang tidak menyenangkan berkaitan dengan postur tubuhmu?

IR : ngga pernah si

P : bagaimana hubungan kamu dengan teman-teman sebaya?

IR : ya baik, saya tidak merasa kesulitan dalam berteman si

P : sejak kapan anda merasa tubuh anda mengalami kegemukan?

IR : dari kelas 4 MI dan parah-parah itu ketika mau SMK celana saya sampe sobek

P : apakah ada faktor keturunan berkaitan dengan obesitasmu nam?

IR : ada, keturunan dari keluarga ibu

P : bagaimana cara orang tua anda menerapkan pola makan?

IR : bebas si, saya itu makannya sebenarnya ngga banyak paling satu hari 3 kali makan tapi sekali makan paling 4 sendok 5 sendok sudah cukup

P : ooh berarti sebenarnya bukan dari makan ya penyebabnya

IR : saya juga dulu sempat diet hanya makan telur satu minggu tidak makan apa-apa selain telur bisa turun 3 kg

P : waaahh

P : apakah kamu sudah bisa memahami lingkunganmu?

IR : saya kadang merasa sering mengganggu tetangga karna sering membuat kebisingan dirumah, sebenarnya saya tau itu salah tapi tetangga saya sudah mampu memahami saya mungkin ya jadi saya dan teman-teman brisik tidak menjadi permasalahan.

P : berarti pada dasarnya kamu belum memahami lingkungan tapi lingkungan yang berusaha memahami dirimu begitu ya

IR : iya begitulah hehe

P : apakah kamu mampu mengatasi masalah?

IR : ya tidak semua mampu si, kadang saya masih kesulitan untuk mengatasi masalah butuh proses lama untuk menyelesaikan

P : apakah anda bersyukur dengan keadaan anda yang sekarang?

IR : ya bersyukur saya sudah menikmati dan terbiasa

P : apakah ketika anda melakukan kesalahan mampu untuk memperbaiki?

IR : saya gengsian, saya sulit meminta maaf

P : apakah kamu mudah tersinggung ketika di kritik oleh orang lain?

IR : tidak si biasa aja, saya itu sebenarnya paling tidak suka kalo tidak dihargai

P : contohnya?

IR : ya misalnya ketika sedang tongkrongan ada yang sibuk main hp itu saya ngga suka banget

P : apakah kamu merasa seolah-olah di benci oleh orang lain?

IR : pernah si merasa banget

P : apakah kamu suka mengkritik orang lain?

IR : tidak si kalo serius tapi kalo becandaan si sering

P : harapan kedepan berkaitan dengan tubuhmu?

IR : ya saya ingin kurus si

**Wawancara terhadap subyek Muhammad Fikri Khoeri (22 tahun) di rumah teman peneliti pada tanggal 18 Juni 2022 pukul 09.30-12.00 WIB.**

Sebelum memulai wawancara peneliti pendekatan terlebih dahulu kepada narasumber sebelum masuk pada pertanyaan-pertanyaan inti.

P : Ketika kamu mulai atau merasa mengalami kegemukan apakah kamu pernah di bully fik?

FK : seringnya si di becandain ya, tapi aku tau kalo itu lebih dari becanda hehe

P : pernah dipanggil ndut atau gendut apa ngga fik?

FK : ngga si, paling tiba-tiba ada yang ngomong kok sekarang kamu gedut si kaya gitu

P : kamu merasa sakit hati fik?

FK : ya ngga si biasa aja

P : oke baik

P : dengan kondisimu yang seperti ini kamu ada kurang pede apa ngga si fik?

FK : ya ada si, sekarang aku ngga pede an banget

P : kamu merasa memiliki keistimewaan khusus yang ada di dirimu ngga si fik?

FK : aku merasa aku gendut tapi alhamdulillah aku tinggi jadi tidak terlalu terlihat buntek itu si paling yang membuat aku punya keistimewaan

P : kamu ketika berinteraksi dengan orang lain merasa kesulitan apa ngga si fik?

FK : jujur saya masih kesulitan, saya ngga pedean untuk berinteraksi terlebih dahulu kalo ada yang ngajak ngomong dulu baru saya bisa mengikuti obrolan, tapi kalo ngga ada yang memulai dulu ya saya lebih pendiam si

P : ooh begitu, jadi sebenarnya kamu harus dipancing terlebih dahulu ya untuk berkomunikasi

FK : iya padahal aku anak komunikasi semester 6 tapi aku belum bisa berkomunikasi dengan baik

P : kalo mendekati perempuan kamu merasa kesulitan apa ngga fik?

FK : susah si, aku canggung orangnya ngga pede banget

P : dengan kondisimu yang sekarang kamu merasa disayangi dicintai oleh orang lain apa ngga fik?

FK : ya untuk saat ini si aku merasa banyak yang sayang tapi ngga tau orang-orang yang dibelakang aku seperti apa. Mungkin didepan aku baik tapi dibelakang sering membicarakan aku ya ngga tau

P : oke baik

P : apakah kamu merasa kesulitan dalam bersosialisasi?

FK : aku merasa kesulitan mungkin juga karna bawaan dari rumah, aku kalo dirumah anaknya diam jarang ngomong dengan orang tua dengan keluarga intinya lah sampe mungkin efeknya dalam bersosial jadi susah

P : ooh begitu fik, apakah memang keluargamu juga pendiam atau memang kamu yang ngga suka ngomong?

FK : ya keluargaku emang pendiam ngomong ya kalo ada perlu aja, ngga yang sering ngobrol bareng itu ngga. Aku kalo punya masalah juga aku pendam sendiri ngga pernah aku cerita kesiapa-siapa

P : oke baik, bagaimana si pola asuh orang tuamu fik?

FK : orang tuaku mendidik aku keras si, khususnya ayahku dia sangat disiplin, mungkin karna aku anak laki-laki satu-satunya jadi aku di didik keras. Aku waktu kecil banyak dikekang main sama temen sering ngga diboletin

P : ooh begitu. Kalo untuk saat ini gimana fik apakah masih ketat?

FK : ngga si, paling dengan omongan-omongan yang menyakiti hati kadang. Intinya aku tertutup lah ke keluarga. Ketika aku ada masalah ya keluarga ngga ada yang tau

P : emm tertutup kamu ya fik

P : bagaimana gambaran fisik remaja putra ideal menurutmu?

FK : ya pas si antara tinggi badan dan berat badan, rambut rapih, wangi, memikirkan penampilan

P : menurut kamu penampilan fisik tubuhmu itu penting ngga?

FK : ya penting si, kalo baju warnanya ngga cocok aku risih banget, rambut udah nempel kuping pasti aku langsung potong rambut, ya intinya penampilan penting

P : apasi daya tarik yang kamu miliki?

FK : kalo dari pandangan teman mungkin aku orangnya bisa di ajak kerjasama si

P : bagaimana pandangan orang lain mengenai tubuhmu yang sekarang?

FK : banyak orang yang mengomentari fisikku si, kadang tiba-tiba ada yang ngomong makanya joring dan masih banyak omongan-omongan lain

P : pernahkah kamu mengalami perlakuan atau perkataan yang tidak menyenangkan berkaitan dengan postur tubuhmu?

FK : ya itu dari omongan-omongan orang yang ngga aku kenal mengomentari fisikku itu si paing

P : bagaimana hubungan kamu dengan teman-teman sebaya?

FK : kalo teman sebaya dirumah jujur saya ngga dekat dengan teman-teman disekitar rumah, jarang saling sapa, jarang berinteraksi, jarang ngobrol lah intinya. Karna aku seringnya dirumah dan main ke purwokerto bukan disekitar rumah jadi teman sebaya paling teman kelas di kampus.

P : sejak kapan anda merasa tubuh anda mengalami kegemukan?

FK : dari mulai masa pandemi corona berarti sekitar awal tahun 2020

P : ooh begiru, itu penyebabnya apasi fik?

FK : mungkin karna aku kurang beraktifitas, masa pandemi kan bener-bener semua aktifitas dirumah terus kayanya tidak terlalu ada beban kuliah karna tugas-tugas dilakukan dirumah, kuliah juga online jadi ya mungkin itulah aktifitas makaan, tidur main hp

P : apakah ada faktor keturunan berkaitan dengan obesitasmu fik?

FK : ngga si

P : bagaimana cara orang tua anda menerapkan pola makan?

FK : bebas si, makan mie paling aku kadang dilarang kebanyakan makan mi

P : apakah kamu sudah bisa memahami lingkunganmu?

FK : kayanya belum si, tetanggaku kadang terlalu banyak omongan jadi aku males untuk bergabung dengan mereka. aku jarang sekali berinteraksi dengan lingkungan, aku jarang berkumpul-kumpul dengan tetangga

P : berarti pada dasarnya kamu belum memahami lingkungan ya

FK : iya begitu

P : apakah kamu mampu mengatasi masalah?

FK : ya mampu, tapi butuh waktu lama untuk menyelesaikan

P : apakah anda bersyukur dengan keadaan anda yang sekarang?

FK : ya bersyukur si sudah menikmati laah

P : apakah ketika anda melakukan kesalahan mampu untuk memperbaiki?

FK : bisa

P : apakah kamu mudah tersinggung ketika di kritik oleh orang lain?

FK : ya saya tersinggung banget si, mood aku juga sering ngga bagus

P : apakah kamu merasa seolah-olah di benci oleh orang lain?

FK : iya aku perasa

P : apakah kamu suka mengkritik orang lain?

FK : iya suka

P : contohnya

FK : sering keceplosan ngomong yang membuat orang lain sakit hati si mungkin

P : harapan kedepan berkaitan dengan tubuhmu?

FK : ya saya ingin kurus, saya cape gendut aktifitas jadi lebih mudah cape

## Lampiran 2

### PEDOMAN WAWANCARA

#### 1. Komponen-komponen konsep diri

##### a. Komponen konsep diri secara umum

- 1) Apakah anda pernah dibully?
- 2) Apakah anda merasa mempunyai keistimewaan khusus di tubuh anda?
- 3) Apakah anda merasa dicintai, disayangi oleh orang lain?
- 4) Apakah anda kesulitan dalam bersosialisasi?
- 5) Apakah sudah mengenali diri anda untuk berinteraksi dengan orang lain?

##### b. Komponen konsep diri menurut Hurlock

- 1) Perceptual
  - a) Bagaimana gambaran fisik remaja putra yang ideal dan menarik menurut anda?
  - b) Menurut anda apakah faktor fisik dan penampilan adalah hal yang penting ?
  - c) Daya tarik apa yang anda miliki?
- 2) Conceptual
  - a) Bagaimana pandangan orang lain terhadap tubuh yang anda miliki?
  - b) Pernahkan anda mengalami perlakuan atau menerima perkataan yang tidak menyenangkan berkaitan dengan postur tubuh anda?
- 3) Attitudinal
  - a) Bagaimana hubungan anda dengan teman-teman sebaya?

#### 2. Proses perkembangan dan faktor yang mempengaruhi konsep diri

##### a. Dari keluarga khususnya orang tua

- 1) Sejak kapan anda mengalami obesitas?
- 2) Apakah ada faktor keturunan?

- 3) Bagaimana cara orang tua menerapkan pola makan, apakah dibebaskan atau aturan khusus?
- b. Dari masyarakat umum
- 1) Apakah anda sudah bisa memahami lingkungan di sekitar rumah anda?

### **3. Penggolongan konsep diri**

- a. Konsep diri positif
- 1) Apakah anda mampu mengatasi masalah?
  - 2) Apakah anda bersyukur dengan keadaan yang sekarang mengenai kondisi fisik anda?
  - 3) Apakah ketika anda dipuji merasa malu?
  - 4) Apakah ketika anda melakukan kesalahan anda bisa mengatasinya?
- b. Konsep diri negatif
- 1) Apakah anda merasa cepat tersinggung ketika menerima kritik dari orang lain?
  - 2) Apakah anda ketika mencapai suatu keberhasilan ingin mendapat penghargaan atau pujian?
  - 3) Apakah anda merasa seolah-olah dibenci oleh orang lain?
  - 4) Apakah anda suka mengkritik orang lain?
  - 5) Apakah anda merasa kurang mampu untuk berinteraksi dengan orang lain?

## Dokumentasi



Wawancara dengan AM



Wawancara dengan IR



Wawancara dengan FK

### Waktu dan Tempat Wawancara

| No | Nama | Tanggal dan Waktu               | Tempat                       |
|----|------|---------------------------------|------------------------------|
| 1  | AM   | 15 Juni 2022, 19.30 – 22.00 WIB | Rumah teman AM               |
| 2  | IR   | 14 Juni 2022, 19.30 – 21.00 WIB | Tempat makan<br>Langgongsari |
| 3  | FK   | 18 Juni 2022, 09.30 – 12.00 WIB | Rumah teman peneliti         |



## DAFTAR RIWAYAT HIDUP

### A. Identitas Diri

1. Nama : Nosi Nur Fadilah
2. NIM : 1717101074
3. Tempat/Tgl. Lahir : Banyumas, 13 November 1999
4. Alamat Rumah : Singasari RT 001/006 Karanglewas, Banyumas.
5. Nama Ayah : Rahmat
6. Nama Ibu : Siti Ma'rifah
7. No. Hp : 085712079149
8. E-mail : [nfnosi@gmail.com](mailto:nfnosi@gmail.com)

### B. Riwayat Pendidikan

1. MI Ma'arif NU Singasari (2005-2011)
2. MTs Ma'arif NU 1 Karanglewas (2011-2014)
3. SMA Ma'arif NU 1 Kemranjen (2014-2017)
4. Universitas Islam Negeri Prof.K.H. Saifuddin Zuhri

Purwokerto, 14 Juli 2022



Nosi Nur Fadilah