

---

***SELF CONCEPT IN ADOLESCENTS WITH OBESITY (QUALITATIVE STUDY) AT ABDI  
WACANA HIGH SCHOOL PONTIANAK***

Petrus Kanisius Tri Putra Mulya<sup>1</sup>, Stefanus Andang Ides<sup>2</sup>, Fulgensius Suriyanto<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Alumni S1 STIK Sint Carolus, <sup>2</sup>Dosen STIK Sint Carolus

<sup>3</sup>Dosen STIK Sint Carolus

---

Abstrak

Konsep diri merupakan cara individu memandang diri menyangkut semua ide, pikiran, kepercayaan dan pendirian dan memengaruhi individu dalam berhubungan dengan orang lain. Remaja dengan obesitas memiliki respon yang berbeda-beda terkait konsep diri. Tujuan penelitian ini adalah mengidentifikasi pengalaman konsep diri pada remaja dengan obesitas. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi deskriptif, jumlah partisipan 6 remaja dan mengalami obesitas. Data diperoleh dengan wawancara mendalam dan dianalisa dengan metode Collaizi. Hasil pengolahan data penelitian mendapatkan lima komponen konsep diri yaitu gambaran diri remaja obesitas dengan sub tema perasaan mengenai penampilan sendiri, pandangan terhadap tubuh sendiri, dan pandangan orang lain terhadap penampilan. Ideal diri dengan sub tema harapan yang ingin dicapai, dan kepuasan terhadap harapan yang tercapai. Harga diri dengan sub tema perasaan mengenai kondisi diri yang obesitas, perlakuan yang tidak menyenangkan dari orang lain, dan respon terhadap perlakuan yang tidak menyenangkan. Peran diri dengan sub tema hambatan dalam melakukan aktivitas sehari-hari, hubungan dengan sebaya, dan hubungan di lingkungan masyarakat. Identitas diri dengan sub tema gambaran positif terhadap diri sendiri. Penelitian ini memberikan gambaran konsep diri pada remaja dengan obesitas. Remaja dengan obesitas memiliki respon yang berbeda beda terkait konsep diri.

Kata Kunci: Konsep Diri, Remaja, Obesitas

*Abstract*

*Self-concept is the way individuals see themselves regarding all ideas, thoughts, beliefs and convictions and influence individuals in dealing with others. Obese adolescents have different responses related to self-concept. The purpose of this study is to identify self-concept experiences in obese adolescents. This study used a qualitative method with descriptive phenomenology approach, the number of participants were 6 adolescents and were obese. Data were obtained by in-depth interviews and analyzed by the Collaizi method. The results of research data processing get five components of self-concept, namely self-image of obese adolescents with sub-themes of feelings about their own appearance, views on their own body, and other people's views on appearance. Ideal yourself with sub themes of hopes to be achieved, and satisfaction with expectations achieved. Self-esteem with sub-themes of feelings about the condition of oneself who are obese, unpleasant treatment from others, and responses to unpleasant treatment. The role of self with sub themes is obstacles in carrying out daily activities, peer relations, and relationships in the community. Self-identity with a sub-theme of a positive picture of yourself. This study provides an overview of self-concept in obese adolescents. Obese adolescents have different responses related to self-concept.*

*Keyword : Self-Concept, Adolescents, Obesity*

---

Corresponding author:

Petrus Kanisius

Alamat email -

Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan, Vol 11 No 1, Juni 2019

## PENDAHULUAN

Konsep diri adalah semua ide, pikiran, kepercayaan dan pendirian yang diketahui individu tentang dirinya dan memengaruhi individu dalam berhubungan dengan orang lain (Stuart, 2016). Konsep diri merupakan cara individu memandang dirinya secara utuh, menyangkut fisik, emosi, intelektual, sosial dan spiritual (Sunaryo, 2017). Konsep diri memiliki lima komponen, yaitu gambaran diri (*body image*), ideal diri (*self Ideal*), harga diri (*self esteem*), peran diri (*self role*), dan identitas diri (*self identity*) (Stuart, 2016).

Konsep diri dapat dipelajari melalui pengalaman dan interaksi dengan orang lain. Konsep diri berkembang secara bertahap yang diawali pada waktu bayi mulai mengenal dan membedakan dirinya dengan orang lain (Suhron, 2017). Konsep diri yang positif ditandai dengan kemampuan intelektual dan penguasaan lingkungan. Konsep diri positif dihasilkan dari pengalaman positif yang mengarah ke kompetensi yang dirasakan dan diterima oleh orang lain yang berbeda dari diri sendiri (Keliat & Pasaribu, 2013).

*World Health Organization* (WHO) mendefinisikan kegemukan dan obesitas sebagai akumulasi lemak abnormal atau berlebihan yang menghadirkan risiko terhadap kesehatan. Secara Global, obesitas telah mencapai proporsi epidemi setidaknya 2,8 juta

orang meninggal setiap tahun akibat kelebihan berat badan atau obesitas. Di wilayah Asia Tenggara, 300.000 meninggal dunia karena kelebihan berat badan atau obesitas. (WHO, 2017). Indonesia menempati peringkat ke 163 negara obesitas dengan 6,9% dari 191 negara (procon.org, 2016).

Menurut Riskesdas (2018) di Indonesia Prevalensi obesitas usia >18 tahun mengalami peningkatan dari tahun 2007 sampai 2018. Pada tahun 2007 obesitas pada dewasa sebanyak 10.5 %, pada tahun 2018 mengalami peningkatan menjadi 21.8 %. Sedangkan obesitas sentral usia  $\geq 15$  tahun juga mengalami peningkatan. Pada tahun 2007 sebanyak 18.8 %, dan pada tahun 2018 menjadi 31 %.

Perkembangan dan pengelolaan konsep diri dan harga diri dimulai diusia muda dan terus berlangsung sepanjang masa kehidupan. Umumnya anak muda cenderung menempatkan dirinya lebih dari anak lain, agar mereka dipandang lebih meningkat secara positif. Remaja biasanya mengalami masa kritis ketika banyak variabel yang memengaruhi konsep dan harga dirinya (Keliat & Pasaribu, 2013).

Menurut Claudia (2016) konsep diri remaja putri yang mengalami obesitas pada penelitian

ini memiliki konsep diri positif dan negatif, remaja putri dengan konsep diri positif

sebanyak 1 (satu) orang, sedangkan dengan konsep diri negatif sebanyak 4 (empat) orang. Dalam konsep diri terdiri dari beberapa aspek yaitu, gambaran diri, ideal diri, harga diri, peran dan identitas diri. Faktor gangguan konsep diri remaja putri obesitas antara lain adalah tekanan dari teman sebaya dan lingkungannya yang memandang seorang remaja mengalami obesitas sebagai sesuatu hal yang aneh, gangguan konsep diri banyak terjadi pada remaja, karena pada fase remaja berada dalam tahap masa krisis identitas, yaitu mencari jati diri dengan cara mewujudkan keinginannya agar menjadi seseorang yang sempurna secara intelektual, kepribadian, serta dalam hal penampilan, namun remaja tersebut tidak mampu mewujudkannya karena keadaan tubuhnya yang mengalami obesitas, sehingga keadaan inilah yang menjadi konsep diri remaja yang obesitas mengalami konsep diri yang negatif.

Dalam Penelitian Junior,*et.al.* (2015) Kelompok obesitas lebih cenderung menghadirkan ketidakseimbangan dalam perilaku dan konteks emosional dibandingkan dengan kelompok berat badan normal, terlepas dari usia, warna kulit dan jenis kelamin. Hasilnya menunjukkan dampak negatif pada persepsi konsep diri secara keseluruhan dan adanya perbedaan antara anak laki-laki dan

perempuan disebabkan oleh obesitas. Hasil ini menunjukkan bahwa besarnya efek yang

disebabkan oleh obesitas, terutama pada masa remaja.

Remaja dengan obesitas beresiko mengalami stres dan kehilangan rasa percaya diri. Remaja dengan obesitas juga mengalami kesulitan dalam beraktivitas karena gerak tubuh menjadi lebih terbatas. Selain itu remaja dengan obesitas mungkin mengalami kesulitan dalam bergaul, karena belum tentu semua teman-teman sebayanya menerima keberadaannya. Dalam kondisi tertentu remaja dengan obesitas menjadi bahan olokan teman-temannya karena tidak mampu melakukan kegiatan yang umumnya dilakukan oleh teman sebayanya. Apabila perasaan tersebut berlangsung terus menerus, remaja bisa menarik diri dari pergaulan dan hanya ingin tinggal di rumah bersama keluarga yang jelas bisa menerima keadaannya apa adanya (Nurrachman & Bachtiar, 2011). Dalam penelitian Tyrrel, et al., (2018) menyatakan juga bahwa obesitas dapat meningkatkan resiko terjadinya depresi.

Seseorang dengan konsep diri yang lemah atau negatif yang tidak yakin dengan dirinya sendiri cenderung mengalami persepsi yang sempit dan menyimpang. Tingkat ansietas akan meningkat dengan cepat dan akan sibuk membela diri karena merasa terancam. Sementara itu, seseorang dengan konsep diri

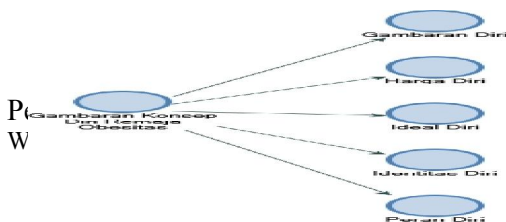
Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan, Vol 11 No 1, Juni 2019/ page 1-66  
 yang positif dapat menjelajahi dunia secara  
 terbuka dan jujur karena memiliki latar

belakang pendukung penerimaan dan keberhasilan (Stuart, 2016). Berdasarkan

gambaran diatas peneliti tertarik untuk melihat gambaran konsep diri pada remaja dengan obesitas.

**METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan desain fenomenologi deskriptif untuk melihat gambaran konsep diri pada remaja dengan obesitas. siswa yang bersedia menjadi partisipan, dan memiliki berat badan obesitas. Pada penelitian ini partisipan sebanyak 6 orang, hal ini terjadi karena data yang diperoleh menunjukkan kesamaan dan tidak mengalami perubahan yang signifikan. Penelitian ini menggunakan metode wawancara semi terstruktur yang termasuk dalam kategori *indepth interview* (wawancara mendalam) dengan peneliti menyediakan beberapa pertanyaan pengarah. Penelitian dilakukan di SMA Kristen Abdi Wacana Pontianak, Kalimantan Barat pada bulan Agustus 2018 hingga Februari 2019. Teknik pengolahan data pada penelitian ini menggunakan aplikasi NVivo. Pada penelitian ini peneliti menganalisa data menggunakan metode Colaizzi.



**HASIL DAN PEMBAHASAN**

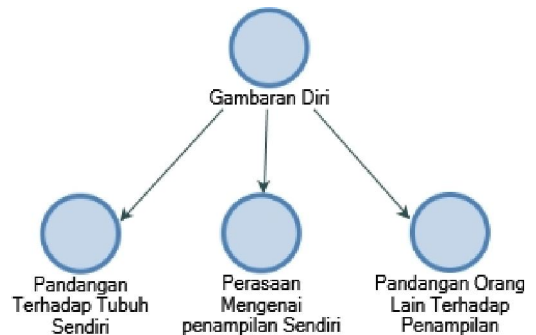
Pada bagian ini, peneliti membahas tentang gambaran konsep diri pada remaja dengan obesitas. Berdasarkan temuan lapangan didapatkan lima tema utama terkait konsep diri pada remaja, yakni gambaran diri, ideal diri, harga diri, peran diri, dan identitas diri. Kelima tema tersebut dapat divisualisasikan dan dijelaskan sebagai berikut.

Sumber: Olahan Data NVivo

Gambar 5.1 Model NVivo Tentang Konsep Diri Remaja Obesitas

**Gambaran Diri**

Gambaran diri dapat dipahami sebagai sikap



seseorang terhadap tubuhnya sendiri, yang meliputi penampilan, potensi tubuh, fungsi tubuh, maupun persepsi dan perasaan tentang ukuran dan bentuk tubuhnya. Penelitian ini menemukan bahwa gambaran diri pada remaja dengan obesitas mencakup pandangan terhadap tubuh sendiri, perasaan tentang penampilan, dan pandangan orang lain terhadap penampilan. Unsur-unsur gambaran diri pada remaja yang obesitas dapat dilihat pada model dan penjelasan berikut.

Sumber: Olahan Data *NVivo*.  
 Gambar 5.2 Model *NVivo*  
 Tentang Gambaran Diri

### **Pandangan Terhadap Tubuh Sendiri**

Remaja dengan obesitas mempunyai pandangan tersendiri terhadap tubuhnya. Pada penelitian ini ditemukan bahwa remaja dengan obesitas melihat bentuk tubuhnya gemuk. Hal itu sebagaimana yang diungkapkan partisipan, "*Kalau aku sih kadang kalau lihat dicerminkan sering bilang kayak gini kok aku makin gendut ya*" (No, Desember 2018). Hal itu dinyatakan sama oleh partisipan, "*Saya lihat badan saya tu gemuk jadi malu gitu masa kok badan saya gemuk sekali gitu*" (R, Desember 2018). Dengan demikian remaja dengan obesitas menilai tubuhnya gemuk.

### **Perasaan Mengenai Penampilan Sendiri**

Pada remaja dengan obesitas memiliki perasaan yang sulit terkait penampilan dirinya. Secara detail, penelitian ini menemukan bahwa remaja dengan obesitas mengalami kesulitan dalam memilih pakaian yang cocok untuk digunakan. Hal itu terjadi karena bentuk tubuh yang besar sehingga kesulitan dalam mencari ukuran yang sesuai. Hal itu diungkapkan oleh salah seorang partisipan, "*Kadang merasa masih kurang puas gitu karena kan kalau gendut itu jarang ada baju yang kita mau kadang tu muat*" (H, Desember 2018). Hal yang sama juga dinyatakan seorang

partisipan lainnya merasa tidak puas dengan penampilannya karena pakainnya tidak ada

ukuran yang sesuai. Selain itu, partisipan yang obesitas merasa malu dengan penampilannya, sebagaimana diungkapkan partisipan, "*kadang-kadang merasa kurang percaya diri*" (Y, Desember 2018). Perasaan yang sama juga dirasakan oleh partisipan lainnya yang mengungkapkan, "*Saya juga merasa malu karena badan saya yang tadi tu besar sehingga saya tu kalau mencari baju tu ukuran yang besar sesuai ukuran saya*" (R, Desember 2018). Dengan demikian perasaan yang sering muncul mengenai penampilan adalah merasa kurang puas dan tidak percaya diri.

### **Pandangan Orang Lain Terhadap Penampilan**

Orang-orang memandang remaja dengan obesitas sebagai pribadi yang biasa-biasa saja atau sama dengan yang lainnya. Pada penelitian ini orang-orang memandang partisipan sebagai pribadi yang sama dengan yang lainnya hal itu sebagaimana yang diungkapkan oleh partisipan, "*Orang-orang memandang saya biasa biasa saja, akrab-akrab aja gitu*" (C, Desember 2018). Hal yang sama juga di rasakan oleh partisipan lainnya, "*Biasa aja sih mungkin karena udah biasa lihat gendut atau gimana*" (Na, Desember 2018). Dengan demikian orang lain memandang

remaja dengan obesitas sama dengan yang lainnya.

Gambaran diri merupakan sikap individu terhadap tubuhnya baik secara sadar maupun tidak sadar terkait dengan penampilan, potensi, fungsi, perasaan tentang ukuran, dan bentuk tubuhnya (Sunaryo, 2017). Persepsi dan perasaan terhadap bentuk tubuh berdampak pada gambaran diri remaja. Perubahan fisik pada remaja akan berpengaruh terhadap citra dirinya. Seseorang yang menerima tubuhnya mungkin memiliki harga diri yang tinggi daripada orang yang tidak menyukai tubuhnya.

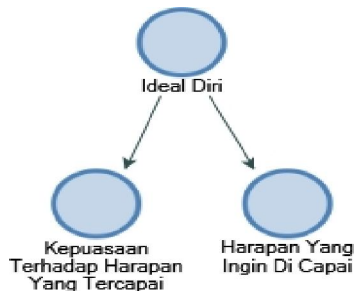
Hal penting terkait gambaran diri yakni fokus individu terhadap fisik lebih menonjol pada masa remaja. Hal tersebut terlihat dari pernyataan partisipan yang mengungkapkan bahwa partisipan melihat bentuk tubuhnya berbeda dari orang lain, mereka memandang bahwa tubuhnya besar. Partisipan juga mengatakan kesulitan dalam memilih pakaian yang tepat karena bentuk tubuhnya yang besar. Hal tersebut membuat partisipan merasa tidak percaya diri dengan penampilannya. Menurut Stuart (2016), seseorang yang mampu menerima tubuhnya mungkin memiliki harga diri yang tinggi dari pada orang yang tidak menyukai tubuhnya. Dengan demikian, remaja dengan obesitas menilai gambaran diri secara negatif.

Pandangan orang lain terhadap remaja dengan obesitas juga berdampak terhadap gambaran dirinya bagaimana mereka menilai penampilannya. Dalam penelitian ini didapatkan bahwa orang lain tidak mempermasalahkan dengan bentuk tubuh remaja dengan obesitas. Mereka menilai bahwa remaja dengan obesitas memiliki bentuk tubuh yang sama dengan orang lainnya. Hal tersebut menjadikan remaja dengan obesitas tetap dapat menerima dirinya apa adanya.

Respon remaja dengan obesitas yang berbeda-beda mengenai gambaran diri tersebut sejalan dengan penelitian Marerie (2017), yang menyatakan partisipan dengan obesitas memiliki respon yang berbeda-beda dalam persepsi dan hal yang dirasakan oleh diri sendiri mengenai obesitas.

### **Ideal Diri**

Seseorang akan merasa ideal apabila cita-cita, harapan, maupun keinginannya sesuai kemampuan dan masih dapat dicapai. Pada penelitian ini didapatkan ideal diri remaja dengan obesitas mencakup harapan yang ingin dicapai dan kepuasan terhadap harapan yang tercapai. Unsur-unsur ideal diri pada remaja yang obesitas dapat dilihat pada model dan penjelasan berikut.



Sumber: Olahan Data NVivo.

Gambar 5.3 Model NVivo Tentang Ideal Diri

### **Kepuasan Terhadap Harapan Yang Tercapai.**

Remaja dengan obesitas merasa belum puas terhadap harapan yang mereka capai terutama mengenai berat badan ideal. Dalam penelitian ini peneliti menemukan remaja obesitas belum puas dengan yang mereka capai dikarenakan belum sesuai dengan apa yang mereka targetkan. Hal ini sebagaimana dinyatakan oleh partisipan Y, *"Saya belum apa, dapatkan apa yang saya inginkan karena belum mencapai berat badan yang ideal"*. Hal yang sama juga diungkapkan partisipan Na yang mengatakan, *"Belum sih, karena juga pengen diet, pengen kurus gitu"*. Dengan demikian remaja dengan obesitas merasa belum puas dengan harapan untuk mencapai tubuh ideal.

### **Harapan Yang Ingin Di Capai**

Remaja dengan obesitas memiliki tujuan yang ingin dicapai dalam hidupnya. Penelitian ini menemukan bahwa tujuan yang ingin dicapai

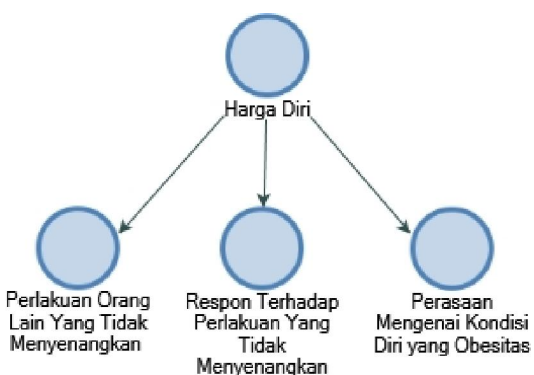
remaja dengan obesitas adalah ingin tubuhnya ideal. Hal ini sebagaimana diungkapkan salah

seorang partisipan, *"Yang paling utama kalau soal berat badan yang pastinya pengen kurus, ideal."* (No, desembr 2018). Hal tersebut juga sama diungkapkan oleh partisipan lainnya, *"Saya ingin kurus apa mendapatkan tubuh yang ideal agar lebih sehat"* (Y, Desember 2018). Harapan yang ingin capai remaja dengan obesitas ingin tubuhnya ideal.

Ideal diri menimbulkan harapan diri berdasarkan norma-norma yang ada di masyarakat untuk menyesuaikan diri yang dicobanya (Keliat & Pasaribu, 2016). Remaja dengan obesitas mempunyai tujuan untuk mencapai ukuran tubuh yang ideal. Dengan tujuan yang mereka tetapkan tersebut pada kenyataannya mereka belum merasa puas, karena harapan yang mereka tetapkan belum tercapai. Menurut Izzun, (2018) semakin positif penilaian terhadap diri maka akan merasa puas terhadap dirinya. Perasaan belum puas teradap diri sendiri tersebut menyebabkan mereka merasa tidak ideal dengan obesitas yang dialami sekarang. Perasaan tidak ideal terjadi karena menetapkan standar yang lebih tinggi dari kemampuan sendiri (Sunaryo, 2017).

## Harga Diri

seseorang akan merasa hidupnya berharga jika hidupnya diakui dan diterima orang lain serta mampu menjalani kehidupan dan mengontrol dirinya. Penelitian ini menemukan bahwa harga diri remaja dengan obesitas mencakup perasaan mengenai kondisi diri yang obesitas, perlakuan orang lain yang tidak menyenangkan, dan respon terhadap perlakuan yang tidak menyenangkan. Unsur-unsur harga diri pada remaja yang obesitas dapat dilihat



pada model dan penjelasan berikut.

Sumber: Olahan Data NVivo.

Gambar 5.4 Model NVivo Tentang Harga Diri

## Perlakuan orang lain yang Tidak Menyenangkan

Remaja dengan obesitas menyatakan pernah mengalami perlakuan yang tidak menyenangkan dari orang lain. Penelitian ini menemukan bahwa dengan kondisi diri yang obesitas remaja sering menerima ejekan dari orang lain, sebagaimana yang disampaikan oleh partisipan, " *Pernah sih soalnya kan badan saya kan agak besar dari kawan-kawan jadi sering diolok gendut-gendut gitu jadi ya malu juga sih*" (R, Desember 2018).

Hal yang sama juga diungkapkan oleh partisipan

lainnya yang menyatakan, " *Pernah waktu smp saya sering dibilang gendut*" (Y, Desember 2018).

Dengan demikian remaja dengan obesitas pernah mengalami perlakuan yang tidak menyenangkan dari orang lain. Perlakuan yang mereka terima berupa ejekan dengan menyebut gendut.

## Respon Terhadap Perlakuan orang lain Yang Tidak Menyenangkan

Remaja dengan obesitas memiliki respon yang baik terhadap perlakuan yang tidak menyenangkan dari orang lain. Dalam penelitian ini menemukan remaja dengan obesitas mereka tidak merasa dendam dan mereka tidak menghiraukan perlakuan tidak menyenangkan yang mereka terima sebagaimana yang diungkapkan oleh partisipan, " *Saya sih mungkin agak gimana ya kalau mendengar kayak gitu tu agak cuek dan gak peduli gitu, jadi ndak ada masuk dalam hati atau apapun*" (H, Desember 2018).

Hal yang sama juga diungkapkan oleh partisipan lainnya, " *Tanggapan saya sih sama kawan-kawan gitu biasa-biasa saja, saya tidak ambil hati*" (R, Desember 2018).

Remaja dengan obesitas merespon merasa tidak dendam dan tidak menghiraukan perlakuan yang tidak menyenangkan dari orang lain.

## Perasaan mengenai kondisi diri yang obesitas

Remaja dengan kondisi diri yang obesitas sebagian menyatakan merasa malu dengan kondisi dirinya, dan sebagian lagi merasa bahwa obesitas yang dialaminya tidak berpengaruh terhadap dirinya.



Penelitian ini menemukan bahwa remaja dengan obesitas merasa malu dengan kondisi dirinya saat

ini sebagaimana yang diungkapkan oleh partisipan, ” *Merasa kurang percaya diri aja dengan penampilan sekarang*” (No, Desember 2018). Hal yang sama juga diungkapkan oleh partisipan lainnya, ” *Saya merasa agak malu sih soalnya bentuk badan saya ni kan besar ndak kayak teman-teman saya kurus gitu*” (R, Desember 2018). Selain itu hal yang berbeda dirasakan oleh partisipan lainnya yang merasa nyaman dengan kondisinya saat ini, ” *Kalau dengan keadaan sekarang saya nyaman-nyaman aja*” (C, Desember 2018). Hal yang sama juga diungkapkan oleh partisipan lainnya, ” *Biasa aja sih, minder juga endak soalnya tu banyak juga kawan-kawan yang kek gitu*” (Na, Desember 2018). Dengan demikian perasaan remaja mengenai kondisi dirinya yang obesitas merasa malu dengan kondisi dirinya, dan sebagian merasa nyaman-nyaman saja dengan obesitas yang dialami.

Seseorang dengan harga diri tinggi akan memiliki perasaan penerimaan diri tanpa syarat, meskipun salah, kalah dan gagal, sebagai pembawaan yang berharga dan penting (Keliat & Pasaribu, 2016). Remaja dengan obesitas pada penelitian ini sebagian merasa malu dan kurang percaya diri mengenai obesitas yang dialaminya saat ini. Sebagiannya lagi merasa nyaman dengan obesitas yang dialaminya. Perasaan berbeda yang dirasakan individu dengan obesitas tergantung dari hubungan dengan orang lain dan diri sendiri (sunaryo, 2017).

Remaja dengan obesitas juga pernah mengalami perlakuan yang tidak menyenangkan dari orang

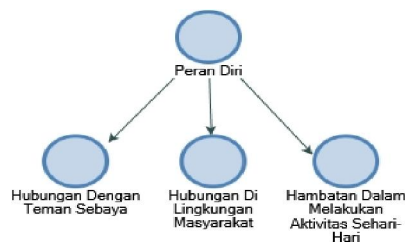
lain. Perlakuan yang tidak menyenangkan dari orang lain mereka menganggap bahwa hal tersebut bukan suatu masalah yang menjadi beban dalam

kehidupannya. Mereka merasa mampu menghadapi dan mengontrol dirinya (Stuart,2016).

Perasaan yang dialami partisipan sejalan dengan pernyataan Stuart (2016) harga diri tinggi merupakan perasaan penerimaan diri, tanpa syarat, sebagai pembawaan yang berharga dan penting.

### Peran Diri

Peran diri erat kaitannya dengan berbagai peran yang sesuai dengan posisinya dimasyarakat pada masa hidupnya. Pada penelitian ini didapatkan bahwa peran diri remaja dengan obesitas mencakup hubungan dengan teman sebaya, hubungan dilingkungan masyarakat, dan hambatan dalam melakukan aktivitas sehari-hari. Unsur-unsur peran diri pada remaja yang obesitas dapat dilihat pada model dan penjelasan berikut.



Sumber: Olahan Data NVivo.

Gambar 5.5 Model NVivo Tentang Peran Diri

### Hubungan Dengan Teman Sebaya

Remaja dengan obesitas merasakan bahwa hubungannya dengan teman-teman sebayanya baik-baik saja. Dalam penelitian ini didapatkan hubungan remaja obesitas dengan teman sebaya tidak ada kendala hal tersebut

sebagaimana disampaikan oleh partisipan, ” Kalau dengan teman sebaya, Saya engga ada kendala apa-apa sih , saya akrab-akrab aja dengan teman-teman biasa” (C, Desember 2018). Hal yang sama juga diungkapkan oleh partisipan lainnya, ” Kalau dengan teman sekolah apa sih baik-baik aja sih soalnya mereka pun gak ada yang gak suka “ (No, Desember 2018). Dengan demikian hubungan remaja dengan obesitas dengan teman-teman sebayanya tidak ada kendala.

#### **Hubungan Dilingkungan Masyarakat**

Remaja dengan obesitas merasa sosialisasinya dilingkungan masyarakat baik, ada kegiatan di lingkungan mereka juga ikut serta berpartisipasi. Penelitian ini menemukan hubungan remaja dengan obesitas dapat bersosialisasi dengan baik dilingkungan masyarakat hal tersebut sebagaimana diungkapkan oleh partisipan, ”Baik-baik aja sih, misalnya ada gotong royong kadang-kadang bantu” (H, Desember 2018). Hal yang sama juga diungkapkan oleh partisipan, ” Kalau dilingkungan masyarakat saya biasa-biasa aja juga, saya diterima dimasyarakat seperti kalau ada kerja bakti dikomplek itu saya juga ikut dalam mengerjakan kerja

bakti” (C, Desember 2018). Selain itu remaja dengan obesitas merasakan kalau bersosialisasi di lingkungan masyarakat, masyarakat menerima mereka dengan baik tidak ada yang menghina hal tersebut sebagaimana yang disampaikan oleh

partisipan, ” Enggak sih saya biasa aja soalnya dilingkungan dekat rumah dan tempat lain tu mereka gak ada sih menghina atau apa” (No, Desember 2018). Hal yang sama juga disampaikan oleh partisipan, ” Ya biasa-biasa ja, ya ngobrol-ngobrol biasa” (Y, Desember 2018). Dengan demikian hubungan remaja dengan obesitas dengan masyarakat dilingkungannya baik.

#### **Hambatan dalam melakukan aktivitas Sehari-Hari**

Remaja dengan obesitas merasakan cepat lelah dalam melakukan aktivitas terutama ketika melakukan olahraga. Penelitian ini menemukan bahwa hambatan remaja dengan obesitas dalam melakukan aktivitas sehari-hari yaitu merasa cepat capek, dan sesak. Hal tersebut sebagaimana diungkapkan oleh partisipan, ” Kadang tu mengangguh kayak olahraga, latihan nari soalnya kan saya suka nari sedikit kadang suka sesak napas, Bergeraknya susah enggak luwes (No, Desember 2018). Hal yang sama juga diungkapkan oleh partisipan, ” Kadang terganggu kalau kayak olahraga ambil nilai itu jadi cepat capek” (Na, Desember 2018).

Dengan demikian hambatan remaja dengan obesitas merasa cepat lelah dalam melakukan aktivitas terutama berolahraga.

Peran merupakan cara individu melakukan peran yang berarti. Remaja dengan obesitas tidak memiliki masalah dalam perannya sebagai seorang remaja. Akan tetapi dalam menjalankan aktivitasnya terutama dalam melakukan olah raga remaja dengan obesitas cepat merasa lelah. hal tersebut sejalan dengan penelitian Putra & Rizqi, (2018) yang menyatakan bahwa Index massa tubuh (IMT) mempengaruhi aktivitas remaja.

Remaja dengan obesitas juga memiliki hubungan yang baik dengan teman-teman sebaya. Mereka dapat bergaul dengan baik dengan teman-temannya. Dalam lingkungan masyarakat remaja dengan obesitas dapat bersosialisasi dengan baik. Dengan demikian remaja dengan obesitas dapat membina hubungan interpersonal dengan teman sebaya dan dilingkungan masyarakat. kemampuan remaja obesitas dalam membina hubungan interpersonal tersebut sejalan dengan penelitian Yuhar, (2014) yang menyatakan remaja dengan obesitas memiliki serangkaian kemampuan dalam membina hubungan



interpersonal, diantaranya remaja dengan

obesitas percaya diri untuk berkomunikasi dengan siapapun dan sangat menyayangi teman-teman dekatnya.

### Identitas Diri

Seseorang dengan identitas yang positif akan melihat dirinya sebagai pribadi yang unik dan berharga dari orang lain. Penelitian ini mendapatkan bahwa indentitas diri remaja dengan obesitas yaitu gambaran positif terhadap diri sendiri. Unsur identitas diri pada remaja yang obesitas dapat dilihat pada model dan penjelasan berikut.

Sumber: Olahan Data *NVivo*.

Gambar 5.6 Model *NVivo* Tentang Identitas Diri

### Gambaran Positif Terhadap Diri Sendiri

Remaja dengan obesitas memiliki pandangan positif terhadap dirinya.

Dalam penelitian ini ditemukan bahwa gambran positif remaja dengan obesitas menilai diri sebagai pribadi yang sopan, cantik, humoris hal tersebut sebagaimana disampaikan oleh partisipan, " *Saya orangnya hmm pendengar yang baik, suka buat ketawa, cantik*" (Y, Desember 2018). Hal yang sama juga diungkapkan oleh partisipan, " *Mungkin humoris, habis tu mungkin agak pintar lah dan apa ya mungkin sopan dh itu aja sih*" (R, Desember 2018).

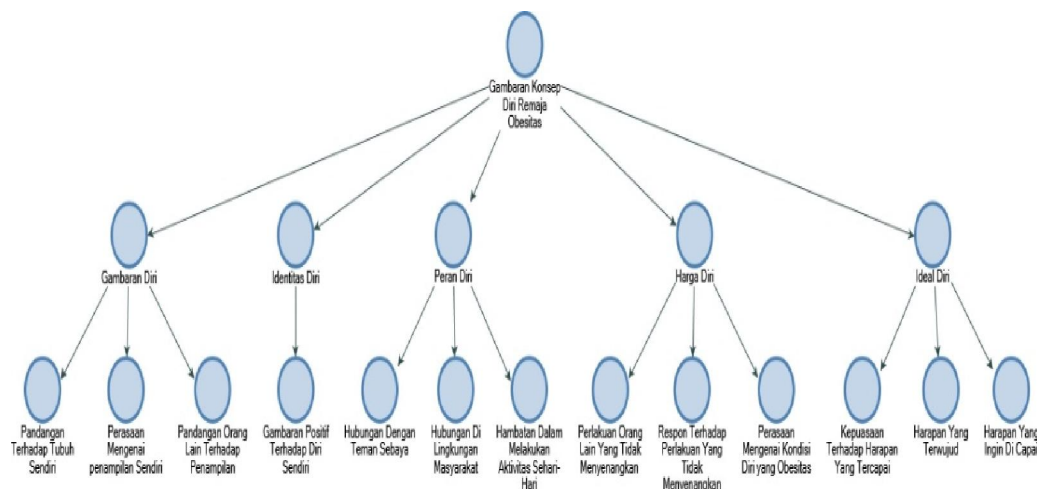
Identitas merupakan kesadaran diri yang didasarkan pada observasi dan penilaian diri.

Orang dengan identitas positif melihat dirinya sebagai individu yang unik dan berharga (Stuart, 2016). Remaja dengan obesitas setiap individunya menilai diri mereka memiliki berbeda-beda antara satu dan yang lainnya, dan mereka menyadari bahwa mereka memiliki hal positif dalam dirinya.

Secara ringkas mengenai temuan tentang gambaran konsep diri pada remaja dengan obesitas dapat dilihat pada visualisasi NVivo berikut.

Sumber: Olahan Data Penelitian.

Gambar 5.7 Model NVivo Tentang



pada remaja dengan obesitas didapatkan tema yaitu gambaran diri dengan sub tema perasaan mengenai penampilan sendiri, pandangan terhadap tubuh sendiri, dan pandangan orang

lain terhadap penampilan. Ideal diri dengan sub tema harapan yang ingin dicapai, dan kepuasan terhadap harapan yang tercapai. Harga diri dengan sub tema perasaan mengenai kondisi diri yang obesitas, perlakuan yang tidak menyenangkan dari orang lain, dan respon terhadap perlakuan yang tidak menyenangkan. Peran diri dengan sub tema hambatan dalam melakukan aktivitas sehari-hari, hubungan dengan sebaya, dan hubungan di lingkungan masyarakat. Identitas diri

dengan sub tema gambaran positif terhadap diri sendiri.

## DAFTAR PUSTAKA

### Konsep Diri

Penelitian ini memberikan gambaran konsep diri pada remaja dengan obesitas. Remaja dengan obesitas memiliki respon yang berbeda-beda terkait konsep diri. Hasil olahan data penelitian tentang gambaran konsep diri

Petrus Kanisius - SELF CONCEPT IN ADOLESCENTS WITH OBESITY (QUALITATIVE STUDY) AT ABDI WACANA HIGH SCHOOL PONTIANAK

Claudia, W. (2016). Konsep Diri Remaja Putri Obesitas. *JO Fisip*, 1.

Izzun, N. (2018). Hubungan antara body image dengan kepuasan hidup pada remaja yang mengalami obesitas di Komunitas KAGUMI (Ikatan Wanita Gemuk Indonesia). *Electronic These*.

Kementerian Kesehatan Badan Penelitian dan Pengemb. (2018). *Riset Kesehatan Dasar*. Jakarta: Departemen Kesehatan. Retrieved Januari Kamis, 2019, from

<http://www.depkes.go.id/resources/download/info-terkini/hasil-risikesdas-2018.pdf>

Marerie, F. (2017). Gambaran Diri Remaja Putri Yang Mengalami Obesitas. *Jurnal Penelitian Psikologi*.

Nurrachman, N., & Bachtiar, I. (2011). *Psikologi Perempuan: Pendekatan Kontekstual Indonesia*. Jakarta: Universitas Atma Jaya.

Procorn.Org. (2016). *Global Obesity Levels*. Retrieved Agustus Senin, 2018, from <https://obesity.procon.org/view.resource.php?resourceID=006032&print=true>

Putra, Y. W., & Rizqi, A. S. (2018). Index massa tubuh mempengaruhi aktivitas remaja putri SMP N 1 Sumberlawang. *GASTER*.

Stuart, G. W. (2016). *Prinsip dan Praktik Keperawatan Kesehatan Jiwa Stuart*. (B. A. Keliat, & J. Pasaribu, Eds.) Singapore: ELSEVIER.

Suhron, M. (2017). *Asuhan Keperawatan Jiwa Self Esteem*. Jakarta: Mitra Wacana Media.

Sunaryo. (2017). *Psikologi Untuk Keperawatan*. Jakarta: EGC.

Tyrrel, J., Mulugeta, A., Wood, A. R., Zhou, A., Beumont, R. N., Tuke, M. A., . . . Hypponen, E. (2018). Using genetics to understand the causal influence of higher BMI on depression. *International Journal of Epidemiology*.

WHO. (2018, Juli 7,). *Obesity and overweight*. Retrieved from World Health Organization:<http://www.who.int/en/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>