

# MAKNA DIRI WANITA OBESITAS DI UNIVERSITAS RIAU

Oleh : Aurora Agustin

Pembimbing : Genny Gustina Sari, M.Sc, M.I.Kom

Jurusan Ilmu Komunikasi – Konsentrasi Manajemen Komunikasi

Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik

Universitas Riau

Kampus Bina Widya Jl. H.R. Soebrantas Km. 12,5 Simpang Baru – Pekanbaru, 28293,

Telp/Fax. 0761 – 632777

## Abstract

*Obesity is a condition where body fat is in an excessive amount of condition. Being overweight is a scary thing for some individuals, besides being harmful to health it also makes a person unattractive from a physical point of view. Being over weight will cause a buildup of fat in the body that is very high if the condition occurs in a long period of time, there will be things are very contradictory. People who are obese tend to be more sensitive in interacting with people who are not obese. Obese women certainly have their own meaning on the body. The purpose of this study is to find out the meaning of obese women.*

*This study uses qualitative research methods using symbolic interaction theory. The informants in this study were 4 female students from the University of Riau who had an obese body chosen purposively. Data collection techniques used are through in-depth interviews, observation and documentation.*

*The self-meaning of obese women at Riau University is teasing, disliked by the opposite sex, troublesome, discriminatory, eating, less nimble, lazy, not fashionable, unhealthy, and fat. This is in accordance with the theory of symbolik interaction where obese women make the body of obesity as an object so that the object will interact and bring meaning.*

## PENDAHULUAN

Manusia sebagai makhluk ciptaan Tuhan Yang Maha Esa memiliki ciri khas dan keunikan tersendiri disetiap individunya. Ada yang di karunia akal yang cerdas, pandai bergaul dan memiliki ukuran tubuh yang ideal namun memiliki sisi lain yang tidak sempurna. Dan sebaliknya ada yang memiliki tubuh yang tidak ideal namun mereka memiliki kecerdasan dan keunikan yang tidak bisa dimiliki oleh orang lain. Postur tubuh ideal merupakan impian bagi setiap orang. Berkaitan dengan pertumbuhan fisik tersebut, bentuk tubuh yang ideal dan wajah yang menarik merupakan hal yang diidam-idamkan oleh hampir semua orang.

Berat badan yang berlebihan merupakan hal yang menakutkan bagi sebagian individu, selain berbahaya bagi kesehatan juga membuat seseorang tidak menarik dari segi fisik. Kelebihan berat badan akan memunculkan penumpukan lemak di dalam tubuh yang sangat tinggi, apabila kondisi tersebut terjadi dalam kurun waktu yang lama, maka akan terjadi obesitas, yaitu kondisi tubuh yang memiliki kondisi kronis berat badan berlebih akibat penumpukan lemak yang tinggi

(<https://alodokter.com/obesitas/penyakit/d-1126525267/obesitas>).

Kebanyakan orang awam mendefinisikan obesitas dan kegemukan adalah dua hal yang sama, akan tetapi kedua hal tersebut sangatlah bertolak belakang.

Menurut dr. Titis Prawitasari Sp(K), kegemukan akan biasa disebut kelebihan berat badan keadaan dimana berat badan seseorang melebihi berat badan normal, sedangkan obesitas adalah kondisi dimana lemak tubuh berada dalam jumlah yang berlebih. Mereka yang gemuk belum tentu obesitas, tetapi mereka yang obesitas sudah pasti gemuk. (<http://health.detik.com/penyakit/d-1164539/obesitas>)

Menurut Schacter (Sarafino, 1998) orang yang mengalami obesitas cenderung lebih sensitif dalam berinteraksi dengan orang yang tidak mengalami obesitas. Penelitian Bray, 1999, Brownell, 1998 menghasilkan bahwa orang yang mengalami obesitas mempunyai dampak yang buruk pada kesehatan dan interaksi sosial berlangsung selama rentang usia anak-anak hingga dewasa (Sarafino, 1998). Hal umum secara Psikologi muncul bersama dengan obesitas adalah *Body Image Dispragment* yaitu seseorang obesitas merasa bahwa tubuhnya aneh sekali dan tidak disukai sehingga orang lain memandangnya dengan jijik dan permusuhan ( Stunkard & Medelson, 1990 ) keadaan ini memberikan anggapan bahwa dunia memandang orang gemuk dengan penghinaan. Konsekuensinya, seseorang dengan keadaan tersebut cenderung untuk menarik diri, malu dan secara sosial tidak dewasa (dalam Wirman, 2016:13).

Hal umum yang terjadi pada penderita obesitas secara psikologis muncul bersama dengan obesitas adalah *Body Image Dispragment* yaitu seorang obesitas merasa bahwa tubuhnya aneh sekali dan tidak disukai sehingga orang lain memandangnya dengan jijik dan permusuhan ( Stunkard & Medelson, 1990 ). Hal ini lah yang menjadi landasan penulis untuk meneliti bagaimana wanita obesitas memaknai tubuhnya, apakah sama dengan wanita obesitas yang ada dilingkungan. Makna sendiri adalah setiap individu akan memberikan makna baik sosial maupun personal pada objek yang ditemuinya kemudian sesuai dengan penelitian terdahulu mengenai konsep diri remaja obesitas yang memengaruhi pemahaman tubuh ideal memiliki definisi yang beragam dilingkungan remaja obesitas (Yuslihun Nisa Lailatullah, 2018). Makna pada objek akan mengalami perubahan sesuai dengan kemampuan individu membangun makna tersebut, termasuk didalamnya pengetahuan dan pengalaman yang dimilikinya.

## TINJAUAN PUSTAKA

Menurut Welly Wirman dalam bukunya *Pengalaman Komunikasi dan Konsep Diri Wanita Gemuk* adalah pengalaman komunikasi yang berhubungan dengan wanita yang kelebihan berat badan termasuk obesitas, pengalaman komunikasi yang menyenangkan, dan pengalaman komunikasi yang tidak menyenangkan. Ini adalah hasil interaksi dengan keluarga, pendidikan lingkungan, pekerjaan dan lawan jenis. Peserta yang memiliki kelebihan berat badan pada usia anak-anak hingga remaja memiliki konsep diri yang lebih positif. Sebaliknya bagi orang dewasa mereka cenderung memiliki konsep diri yang negatif. Ada tiga kategori konsep diri wanita gemuk 1) pandangan positif tentang diri, secara fisik, psikologis dan sosial; 2) pandangan negatif tentang diri secara fisik dan psikologis, tetapi secara sosial positif; 3) pandangan negatif tentang diri secara fisik, psikologis dan sosial. Banyak wanita gemuk mencoba menurunkan berat badan mereka, itu dimotivasi oleh alasan fitness untuk hidup sehat, dan alasan segar untuk penampilan tubuh. Sumber motivasi untuk menurunkan berat badan beberapa peserta berasal dari motif pribadi dan yang lain dari motif sosial.

Menurut George Herbert Mead (1863-1931). Namun, Herbert Blummer yang merupakan seorang mahasiswa Mead yang mengukuhkan teori interaksi simbolik sebagai suatu kajian tentang berbagai aspek subjektif manusia dalam kehidupan sosial (Kuswarno, 2009:113).

Sehingga, interaksi simbolik berasumsi bahwa manusia dapat mengerti berbagai hal dengan belajar dari pengalaman. Persepsi seseorang selalu diterjemahkan dalam simbol-simbol. Sebuah makna dipelajari melalui interaksi diantara orang-orang, makna tersebut muncul karena adanya pertukaran simbol-simbol dalam kelompok sosial. (Kuswanto, 2009:114).

Teori interaksi simbolik adalah hubungan antara simbol dan interaksi. Menurut Mead, orang bertindak berdasarkan makna simbolik yang muncul dalam sebuah situasi tertentu. Sedangkan simbol adalah representasi dari sebuah fenomena, dimana simbol sebelumnya sudah disepakati bersama dalam sebuah kelompok dan digunakan untuk mencapai sebuah kesamaan makna bersama.

Mead menjelaskan tiga konsep dasar teori interaksi simbolik, yaitu:

### a. Pikiran (*Mind*)

Yaitu kemampuan untuk menggunakan simbol yang mempunyai makna sosial yang sama, dimana setiap manusia harus mengembangkan pemikiran dan perasaan yang dimiliki bersama melalui interaksi dengan orang lain. Terkait erat dengan pikiran ialah pemikiran (*Thought*), yang dinyatakan sebagai percakapan di dalam diri seseorang. Salah satu aktivitas yang dapat diselesaikan melalui pemikiran ialah pengambilan peran (*Role-taking*) atau kemampuan untuk menempatkan diri seseorang di posisi orang lain. Sehingga, seseorang akan menghentikan perspektifnya sendiri mengenai suatu pengalaman dan membayangkannya dari perspektif orang lain (Turner, 2009:105).

### b. Diri (*self*)

Mead mendefinisikan diri (*self*) sebagai kemampuan untuk merefleksikan diri kita sendiri dari perspektif orang lain. Dimana, diri berkembang dari cara seseorang membayangkan dirinya dilihat dari orang lain atau disebut sebagai cermin dari (*looking glass self*). Konsep ini merupakan hasil pemikiran dari Charles Horton Cooley (Turner, 2009:106). Menurut Cooley, menggunakan orang lain sebagai cermin untuk menunjukkan siapa kita

dengan membayangkan bagaimana pandangan orang terhadap bagaimana mereka menilai kita, dan penampilan serta penilaian keputusan ini menjadi gambaran tentang diri kita. Sehingga kita melihat diri kita sendiri dalam pantulan dari pandangan orang lain.

Menurut Mead melalui bahasa, orang mempunyai kemampuan untuk menjadi subjek dan objek bagi dirinya sendiri. Sebagai subjek ("I" atau "AKU") kita bertindak, bersifat spontan, impulsif, serta kreatif, dan sebagai objek ("ME" atau "Daku"), kita mengamati diri kita sendiri bertindak, bersifat reflektif dan lebih peka secara sosial (Turner, 2009:106-107).

c. Masyarakat (*society*)

Mead beragumen bahwa interaksi mengambil tempat didalam sebuah struktur sosial yang dinamis-budaya, masyarakat, dan sebagainya. Individu-individu lahir ke dalam konteks sosial yang sudah ada. Mead mendefinisikan masyarakat sebagai sebuah jejaring hubungan sosial yang di ciptakan manusia. Individu-individu terlibat didalam masyarakat melalui perilaku yang mereka pilih secara katif dan sukarela. Masyarakat terdiri dari individu-individu yang mempengaruhi perilaku, pikiran, dan diri, yaitu orang lain secara khusus atau orang-orang yang dianggap penting, seperti orang tua, kakak, atau adik, teman serta koleganya (Turner, 2009:107-108); dan kelompok rujukan (*reference group*), yaitu kelompok yang secara emosional mengikat kita, misalnya: RT, Ikatan Serjana Komunikasi, dan lain sebagainya. Dimana, pandangan diri anda tentang keseluruhan pandangan orang lain terhadap anda disebut *generalized others* (Rakhmat, 2008:104).

Interaksi simbolik merupakan suatu aktivitas yang merupakan ciri khas manusia, yakni komunikasi atau pertukaran simbol yang diberi makna. Blumer menyatukan gagasan-gagasan dari Jhon

Dewey, Wiliam I. Thomas, dan Charles H. Cooley (Mulyana, 2001 : 68).

Esensi interaksi simbolik adalah suatu aktivitas yang merupakan ciri khas manusia, yakni komunikasi atau pertukaran simbol yang diberi makna. Interaksi simbolik juga telah mengilhami perspektif-perspektif lain, seperti "teori Penjulukan" (*Labeling theory*) dalam study tentang penyimpangan perilaku (*deviance*), perspektif dramaturgis dari Erving Goffman, dan etnometologi dari Harold Garfinkel. Perspektif interaksi simbolik berusaha memahami perilaku manusia dari sudut pandang subjek (Mulyana, 2001 : 76).

Dalam pandangan interaksi simbolik, sebagaimana ditegaskan Blumer, proses sosial dalam kehidupan kelompoklah yang menciptakan dan menegakan kehidupan kelompok. Menurut teoritis interaksi simbolik, kehidupan sosial pada dasarnya adalah "Interaksi manusia dengan menggunakan simbol-simbol". Mereka tertarik pada cara manusia menggunakan simbol-simbol yang mempresentasikan apa yang mereka maksudkan untuk berkomunikasi dengan sesamanya, dan juga pengaruh yang ditimbulkan penafsiran atas simbol-simbol ini terhadap perilaku pihak-pihak yang terlibat dalam interaksi sosial (Mulyana, 2001 : 82).

Pengeran makna menurut Brown dalam Sobur (2009:256) mendefinisikan makna sebagai kecenderungan (disposisi) total untuk menggunakan atau berinteraksi terhadap suatu bentuk bahasa. Para ahli mengakui istilah makna (*meaning*) memang merupakan kata dan istilah yang membingungkan terdapat banyak komponen dalam makna yang dibangkitkan suatu kata atau kalimat.

Setiap kata memiliki makna masing-masing dimana setiap individu

melakukan proses dalam memberikan makna terhadap suatu kata tersebut. Memberikan makna merupakan upaya lebih menuntut kemampuan integrative manusia: inderawinya, daya pikir dan akal budinya.

Dalam tinjauan mengenai makna, Katsoff, dalam bukunya yang berjudul "*Element of philosophy*" dan diterjemahkan oleh Soejono Soemargono, mengemukakan bahwa terdapat tiga corak makna yang pokok yaitu: corak pragmatis, semantic, dan sintaksis. Makna semantic adalah makna yang dikaji melalui hubungan-hubungan antara tanda dengan objek yang diacu, makna pragmatis adalah makna yang diberikan oleh seseorang terkait dengan apa yang dirasakan atau dialami terhadap suatu hal, mengkaji hubungan antara Bahasa dengan konteks suatu hal. Sedangkan makna sintaksis makna yang terkandung dalam kata, kalimat atau wacana.

Definisi Obesitas, merupakan suatu masalah yang cukup merisaukan di kalangan remaja. Obesitas atau kegemukan terjadi pada saat badan menjadi gemuk (*obese*) yang disebabkan penumpukan jaringan adipose secara berlebihan. Jadi obesitas adalah keadaan dimana seseorang memiliki berat badan idealnya yang disebabkan terjadinya penumpukan lemak ditubuhnya (Proverawati, 2010).

Obesitas biasa disebut dalam bahasa awam sebagai kegemukan atau berat badan yang berlebih sebagai akibat penimbunan lemak ditubuh yang berlebih. Permasalahan ini terjadi hampir diseluruh dunia dengan prevalensi yang semakin meningkat, baik di negara-negara maju maupun negara berkembang, termasuk Indonesia (Depkes Poltekkes, 2010).

Kegemukan tidak terjadi secara instan, tetapi perlahan-lahan berdasarkan jumlah cadangan lemak yang terus bertambah karena cadangan lemak tersebut

tidak digunakan untuk beraktivitas. Pada awalnya, sering tidak disadari bahwa gaya hidup seseorang terutama pola makanlah yang paling memicu terjadinya kegemukan. Ketika konsumsi kalori tersebut tidak seimbang dengan yang dibutuhkan oleh tubuh maka tidak akan menjadi masalah. Namun sebaliknya, jika seseorang mengonsumsi makanan atau minuman dengan jumlah kalori yang lebih besar dari yang dibutuhkan, kalori tersebut akan disimpan dalam tubuh sebagai cadangan energi. Apabila menumpuk dalam jumlah yang berlebih tubuh akan menyebabkan terjadinya kegemukan (Mumpuni & Wulandari, 2010:14).

## METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan peneliti adalah metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Pada penelitian ini penulis menerapkan paradigma konstruktivis, sehingga penulis memandang keadaan sosial sebagai analisis sistematis terhadap "*socially meaningful action*" melalui pengamatan langsung dan terperinci terhadap pelaku sosial dalam *setting* kehidupan sehari-hari yang wajar atau alamiah, agar mampu memahami dan menafsirkan bagaimana pelaku sosial yang bersangkutan menciptakan dan memelihara/mengelola dunia sosial mereka.

Penelitian kualitatif adalah penelitian yang secara holistik bermaksud untuk memahami fenomena tentang apa yang dialami subjek penelitian, baik itu perilakunya, persepsi, motivasi maupun tindakannya, dan secara deskripsi dalam bentuk kata-kata dan bahasa, pada suatu konteks khusus yang alamiah dan dengan memanfaatkan berbagai metode alamiah (Moleong, 2007:6).

Lokasi Penelitian ini dilakukan di Universitas Riau dengan mempertimbangkan keterbatasan kemampuan penulis dalam pengumpulan data, maka penulis hanya mengambil fokus

pada pengguna aktif yang berada disekitar lingkungan terdekat, Yaitu Universitas Riau.

Moleong (2007:132) mendeskripsikan subjek penelitian sebagai informan, yang artinya orang pada latar penelitian yang dimanfaatkan untuk memberikan informasi tentang situasi dan kondisi latar penelitian. Sejalan dengan definisi tersebut, Moeliono (2003:862) mendeskripsikan subjek penelitian sebagai orang yang diamati sebagai sasaran penelitian. Sesuai dengan tujuan dari penelitian ini, maka subjek penelitian dikhususkan pada penggunaan makna dari wanita obesitas di Universitas Riau. Jumlah subjek penelitian ditentukan sebanyak empat orang wanita dengan kriteria mahasiswi Universitas Riau yang obesitas. Adapun yang menjadi subjek dalam penelitian ini sebagai informan yaitu mahasiswi yang memiliki kriteria yang bertubuh obesitas yaitu AR, FI, RDA, dan PSS.

Sugiyono (2002) objek penelitian merupakan variabel penelitian, yaitu sesuatu yang merupakan inti dari problematika penelitian, Dalam penulisan ini yang menjadi objek penelitian adalah sesuatu yang menjadi pemusatan pada kegiatan penelitian, atau dengan kata lain segala sesuatu yang menjadi sasaran penelitian, sehingga objek dalam penelitian ini yaitu makna gemuk bagi wanita di kota pekanbaru. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan observasi, wawancara mendalam dan dokumentasi. Teknik analisis data mengacu pada model interaktif Huberman dan Miles yang menyatakan adanya sifat interaktif antara kolektif data atau pengumpulan data dengan analisis data. Teknik keabsahan data perpanjang keikutsertaan, triangulasi dan kecukupan data.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan penelitian yang telah penulis lakukan mengenai presentasi diri mahasiswi sebagai kriteria wanita obesitas di Universitas Riau, berdasarkan hasil observasi dan wawancara mendalam. Penulis berusaha memahami arti peristiwa terhadap orang-orang yang mengalami situasi tertentu. Hasil penelitian ini mencangkup bagaimana mahasiswa Universitas Riau memaknai wanita obesitas dalam pendekatan interaksi simbolik Herbert Blumer, dimana Blumer mengatakan bahwa interaksi simbolik merujuk pada karakter interaksi khusus yang sedang berlangsung antar manusia. Manusia tidak semata-mata bereaksi terhadap tindakan yang lain tetapi ia menafsirkan dan mendefinisikan setiap tindakan orang lain. respon manusia baik secara langsung maupun tidak langsung, selalu didasarkan atas makna penelitian ini.

Dalam penelitian ini penulis akan menjelaskan bagaimana obesitas merupakan simbol dari tubuh yang tidak ideal, dari simbol tersebut akan terjadi interaksi simbol dimana interaksi simbolik merujuk pada karakter interaksi khusus yang berlangsung pada mahasiswi Universitas Riau dalam memaknai wanita obesitas (Simbol).

Obesitas merupakan kelebihan berat badan sebagai akibat dari penimbunan lemak tubuh yang berlebihan. Obesitas atau kegemukan adalah ketidak seimbangan jumlah makanan yang masuk dibanding dengan pengeluaran energy oleh tubuh. Obesitas dapat menyebabkan penyakit serius dan berpengaruh juga pada penampilan seseorang.

Keberadaan wanita obesitas juga terdapat di kampus Universitas Riau. Dalam penelitian ini penulis mengkaji bagaimana mahasiswi obesitas memaknai dirinya, bagi mahasiswi yang bertubuh ideal sebagai pihak ketiga yang juga bagian dari kehidupan mereka sehingga

ikut mempengaruhi makna yang pelaku berikan terhadap kehidupan mereka. Dari hasil wawancara mendalam yang penulis lakukan terhadap wanita obesitas di Universitas Riau ditemukan beberapa makna yang mereka berikan terhadap kehidupan yang mereka jalani sebagai seorang wanita obesitas.

#### **a. Sebagai Bahan Olokan**

Wanita obesitas ketika bertemu dengan orang banyak seperti dikampus tidak jarang mereka menjadi bahan olokan, terkadang olokan tersebut dapat menurunkan kepercayaan diri mereka namun ada juga bahan olokan tersebut menjadi alat menambah kepercayaan diri mereka.

#### **b. Tidak Disukai Lawan Jenis**

Manusia dirancang untuk tertarik pada sifat-sifat tertentu orang lain dengan melihat aspek tertentu dari tubuh sebagai sesuatu yang atraktif. Karena itu penampilan fisik menjadi penilaian pertama ketika bertemu seseorang. Beberapa faktor seperti kebugaran, awet muda, dan bentuk tubuh yang baik cenderung membuat seseorang lebih diperhatikan.

#### **c. Menyusahkan**

Wanita yang memiliki berat badan berlebih (Obesitas) membuat kita sulit untuk melakukan aktifitas fisik dan cenderung dianggap tidak bisa melakukan sesuatu dengan leluasa layaknya wanita bertubuh ideal. Tentunya mereka yang memiliki berat badan berlebih (obesitas) tergantung dengan keberadaan orang lain. Terkadang orang yang dimintai bantuan belum tentu ikhlas dalam membantu.

#### **d. Diskriminasi**

Diskriminasi merupakan suatu sikap perilaku dan tindakan yang tidak adil atau tidak seimbang yang dilakukan oleh individu atau kelompok terhadap individu atau kelompok lainnya.

#### **e. Tukang Makan**

Tubuh dapat mengalami obesitas jika produksi makanan berlebih yang masuk kedalam tubuh tidak seimbang dengan pembakaran kalori yang dikeluarkan oleh tubuh. Tidak jarang orang yang obesitas dikaitkan dengan orang yang hobi makan.

#### **f. Kurang Gesit**

Menjalani kehidupan sebagai wanita yang memiliki kelebihan berat badan, wanita obesitas memiliki pandangan tersendiri bagi dirinya. Bagi mereka yang penulis wawancarai, mereka menyadari bahwa menjadi wanita obesitas bukanlah hal yang menyenangkan terkadang, mereka merasa sebagai orang yang sering bergantung dengan orang lain.

#### **g. Tidak Modis**

Modis adalah kecenderungan seseorang mengikuti mode atau trend tertentu pada suatu waktu. Tampil trendy, gaul, modis, dan fashionable mungkin dapat dikatakan menjadi impian setiap orang termasuk orang obesitas.

#### **h. Pemalas**

Gaya hidup yang tidak sehat pada orang bertubuh obesitas kerap kali dikaitkan dengan orang pemalas, rasa malas diartikan sebagai keengganan seseorang untuk melakukan sesuatu yang seharusnya dan sebaiknya dilakukan yakni memiliki aktivitas yang berguna seperti aktivitas fisik.

#### **i. Tidak Sehat**

Menurut WHO sehat merupakan suatu kondisi fisik, mental, dan kesejahteraan sosial yang merupakan suatu kesatuan dan bukan hanya bebas dari penyakit atau kecacatan. Obesitas juga merupakan suatu kondisi fisik yang tidak sehat.

#### **j. Orang Gendut**

Baik gemuk maupun obesitas sama-sama mengindikasikan adanya kelebihan kadar lemak dalam tubuh.

Gemuk dan obesitas digunakan untuk mengidentifikasi mereka yang beresiko tinggi untuk mengalami masalah kesehatan yang diakibatkan kelebihan kadar lemak dalam tubuh tetapi jika dihubungkan dengan banyaknya kadar lemak dalam tubuh, maka obesitas sudah pasti lebih berbahaya dibanding dengan kegemukan karena lebih tingginya kadar lemak dalam tubuh.

### **Kesimpulan Dan Saran**

Berdasarkan penelitian yang telah penulis lakukan mengenai Makna Diri Pada Wanita Obesitas di Universitas Riau meliputi bahan olok-an, tidak disukai lawan jenis, menyusahkan, diskriminasi, tukang makan, kurang gesit, pemalas, tidak modis, tidak sehat, dan orang gendut. Hal ini sesuai dengan teori interaksi simbolik dimana wanita obesitas menjadikan tubuh obesitas sebagai objek sehingga dari objek tersebut akan terjadi interaksi dan memunculkan makna.

Bagi wanita obesitas hendaknya mulai memperhatikan pola hidup yang sehat agar tidak memaknai diri mereka dengan hal yang negatif sehingga nantinya dengan pola hidup sehat diharapkan dapat menimbulkan perubahan dalam bentuk fisik dan perubahan dalam kesehatan yang akan menimbulkan kepercayaan diri dan perubahan makna positif. Sedangkan bagi lingkungan disekitarnya sebaiknya memberikan motivasi bagi wanita obesitas untuk menerapkan pola hidup sehat agar mereka lebih positif dalam memaknai diri mereka.

### **DAFTAR PUSTAKA**

Ahmadi, Abu. 2009. *Psikologi Sosial*. Jakarta: Rineka Cipta.

Arikunto, Suharsini. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta

Bungin, Burhan. 2011. *Penelitian Kualitatif*. Jakarta: Kencana.

Creswell, J. W. 1998. *Qualitative Inquiry And Research Design :Choosing Amon Five Tradition* . London: Sage Publication

Effendy, Onong Uchjana. 2007. *Ilmu Komunikasi Teori Dan Praktek*. Remaja Rosdakarya : Bandung

Hasan, Iqbal. 2004. *Pokok-pokok Materi Metodologi Penelitian dan Aplikasinya*. Jakarta: Ghalia Indonesia.

Husein, Umar. 2008. *Metode Penelitian Untuk Skripsi dan Tesis Bisnis*. Jakarta. PT Rajagrafindo Persada.

Kamus Besar Bahasa Indonesia. 2002. Balai Pustaka

Kriyantono, Rachmat. 2010. *Teknik Praktis Riset Komunikasi*. Jakarta: Prenada Media Group.

Kuswarno, Enkus 2009, *metodologi penelitian komunikasi fenomenologi konsepsi, pedoman, dan contoh penelitian fenomena pengemis kota bandung*. Bandung widya padjajaran

L. Tubbs, Stewart & Sylvia Moss. 2006. *Human Communication*. Bandung: Remaja Rosda Karya.

Littlejohn W.Stephen dan Karen A. Foss. 2011. *Teori Komunikasi*. Jakarta: Salemba Humanika..

\_\_\_\_\_. 2010. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.

Mulyana, Deddy. 2010. *Metodologi Penelitian Kualitatif Paradigma Baru Ilmu Komunikasi dan Ilmu Sosial Lainnya*. Bandung: Remaja Rosdakarya.

Putera, Nusa, 2012. *Penelitian Kualitatif: Proses dan Aplikasi*. Jakarta: Permata Puri Media

Proverawati, A. 2010. BBLR (Berat Badan Lahir Rendah). NuhaMedika, Yogyakarta.

Rahmat, Jalaludin. 2012. *Psikologi Komunikasi..* Bandung: Remaja Rosdakarya

Ruslan, Rosady. 2004. *Metode Penelitian Public Relations Dan Komunikasi.* Jakarta: Grafindo Persada.

Schutz, Alfred. 1967. "The Phenomenology Of The Social World". Northwestern: University Press. Sobur, Alex. 2009. *Semiotika Komunikasi.* Bandung: RemajaRosdakarya.

Sobur, Alex. 2009. *Semiotika Komunikasi.* Bandung: PT Remaja Rosdakarya

Sugiyono. 2009. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D.* Bandung ;

Sukandarrumudi. 2004. *Metodologi Penelitian.* Yogyakarta: GadjahMada University Press.

Syah, Muhibbin. 2006. *Psikologi Belajar.* Jakarta: Raja Grafindo Persada

Vardiansyah, Dani. 2004. *Pengantar Ilmu Komunikasi.* Bogor: Ghalia Indonesia.

West, Richard Dan Lynn H. Turner. 2009. *Pengantar Teori Komunikasi: Analisis Dan Aplikasi.* Jakarta: Salemba Humanika.

#### **Jurnal :**

Wirman, Welly. 2016. *Pengalaman Komunikasi dan Konsep Diri Perempuan Gemuk.* Journal of Dialectics IJAD. Vol 2 No 1. Bandung : Pascasarjana Unpad

#### **Skripsi :**

Yuslihun Nisa Lailatullah.2018. Konsep Diri Remaja Obesitas (Ujaran Keluarga Mengenai Tubuh Ideal Pada Remaja Perempuan Obesitas). Surabaya: Universitas Airlangga.

#### **Internet Searching:**

<https://www.liputan6.com/health/read/2639236/berat-badan-anda-normal-atau-obesitas-cek-kategorinya> (diakses tanggal 22 Mei 2019).

([www.alodokter.com/obesitas](http://www.alodokter.com/obesitas)) (diakses tanggal 22 Mei 2019).

<https://hellosehat.com/hidup-sehat/kebugaran/apa-bedanya-gemuk-dan-obesitas/>

(Diakses tanggal 19 Juli 2019).

([www.detikhealth.comhttps://doktersehat.com/obesitas/](http://www.detikhealth.comhttps://doktersehat.com/obesitas/))(Diakses tanggal 19 Juli 2019).