

Lampiran 1

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Sylvia Rakhmania

NIM : 105070300111041

Program Studi : Program Studi Ilmu Gizi

Fakultas Kedokteran Universitas Brawijaya

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa Tugas Akhir yang saya tulis ini benar-benar hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambilan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri. Apabila di kemudian hari dapat dibuktikan bahwa Tugas Akhir ini adalah hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Malang, 5 Februari 2014

Yang membuat pernyataan,

(Sylvia Rakhmania)



Lampiran 2

Lembar Naskah Penjelasan Penelitian

Yang bertanda tangan dibawah ini adalah mahasiswa jurusan Gizi Fakultas Kedokteran Universitas Brawijaya :

Nama : Sylvia Rakhmania

NIM : 105070300111041

akan melakukan penelitian yang berjudul “Faktor Penyebab Mahasiswa Obesitas Tidak Menjalani Program Penurunan Berat Badan: Studi Kualitatif di Fakultas Kedokteran Universitas Brawijaya”. Adapun penjelasan beberapa hal terkait penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui alasan mahasiswa obesitas yang berada pada kondisi tidak sedang menjalani program penurunan berat badan pada saat tersebut (dalam waktu penelitian). Sehingga dalam penelitian ini responden penelitian akan diminta kesediaannya untuk melakukan :

- a. Pengukuran antropometri yakni berat badan, tinggi badan, dan persentase lemak.
- b. Proses wawancara tanya jawab mengenai permasalahan penelitian yang akan dilakukan dengan metode *in-depth-interview* (wawancara mendalam).

2. Manfaat

Adapun manfaat yang bisa didapatkan responden adalah:

- a. Mengetahui status gizi melalui proses pengukuran antropometri
- b. Keikutsertaan responden yang akan memberikan kontribusi sebagai bahan masukan bagi tenaga kesehatan dalam melakukan promosi kesehatan ataupun pemerintah dalam menetapkan program atau kebijakan untuk menurunkan prevalensi obesitas.

3. Resiko

Resiko yang didapat responden berupa tersitanya waktu responden untuk melakukan proses pengukuran dan proses wawancara. Proses wawancara *in depth interview* berjalan dalam waktu \pm 30 menit.

4. Hasil dari pengukuran dan wawancara akan dijaga kerahasiaannya.

Terkait hal diatas, peneliti meminta kesediaan Saudara untuk menjadi responden dalam penelitian ini yang dibuktikan dengan penandatanganan dalam form Pernyataan Kesediaan Menjadi Responden. Adapun jika Saudara kurang berkenan dan tidak bersedia untuk menjadi responden, Saudara diperbolehkan untuk menolak.

Demikian permohonan saya, atas kesediaan dan bantuan serta kerjasama Saudara saya ucapkan terima kasih.

Hormat saya,

(Sylvia Rakhmania)



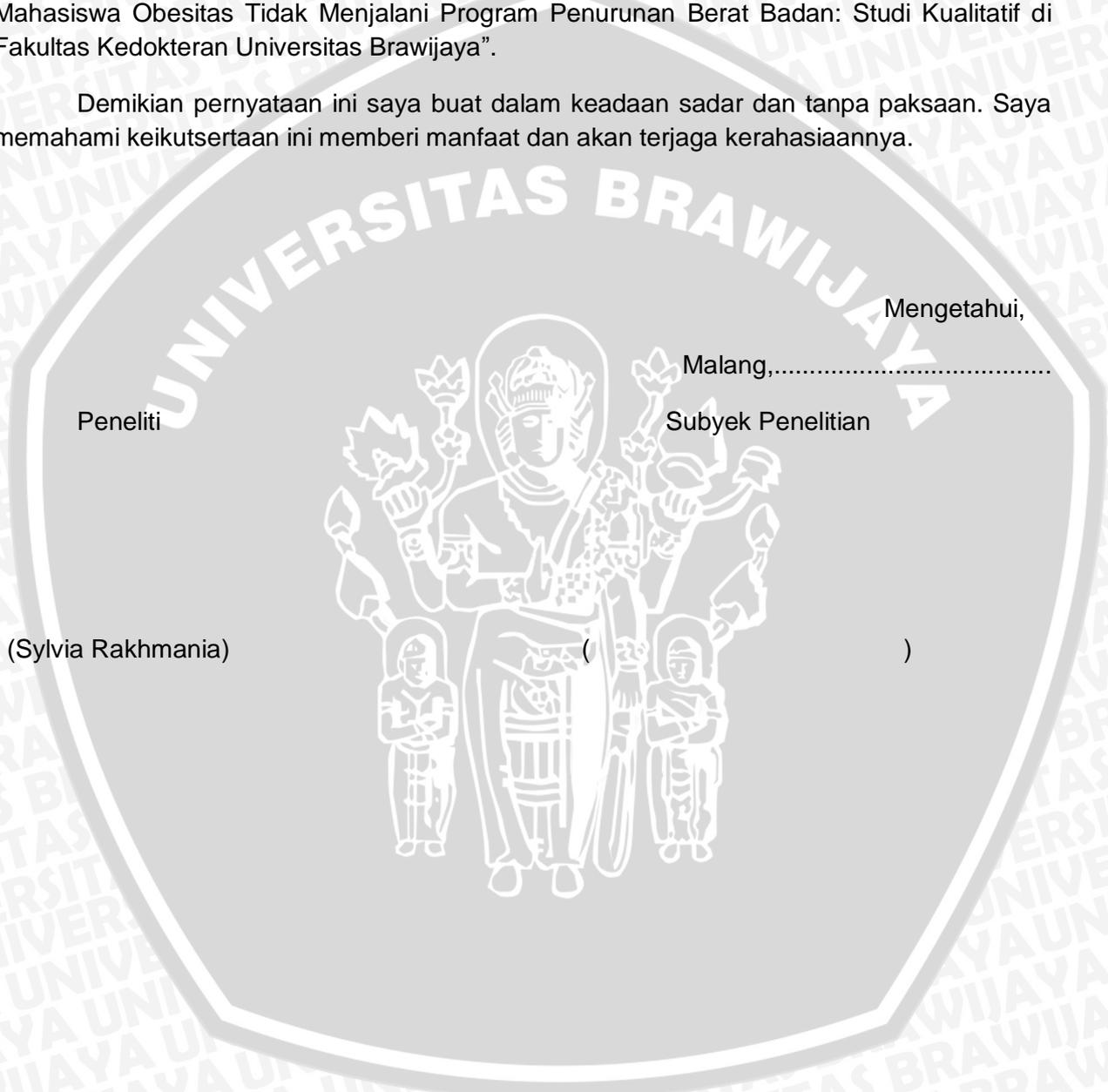
Lampiran 3

Pernyataan Kesiediaan Menjadi Responden

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, setelah mendapat penjelasan, dengan ini saya menyatakan bersedia dan mau berpartisipasi menjadi subyek penelitian ini. Adapun bentuk kesediaan saya adalah :

Bersedia ditemui dan memberikan keterangan yang diperlukan mengenai data diri dan data lain yang berhubungan dengan penelitian yang berjudul “Faktor Penyebab Mahasiswa Obesitas Tidak Menjalani Program Penurunan Berat Badan: Studi Kualitatif di Fakultas Kedokteran Universitas Brawijaya”.

Demikian pernyataan ini saya buat dalam keadaan sadar dan tanpa paksaan. Saya memahami keikutsertaan ini memberi manfaat dan akan terjaga kerahasiaannya.



Peneliti (Sylvia Rakhmania) Mengetahui,
 Malang,.....
 Subyek Penelitian ()

Lampiran 4

Hasil Pengukuran Antropometri

Nama	Jenis kelamin	Usia (th)	BB (kg)	TB (cm)	BMI (kg/m ²)	Lingkar pinggang (mm)	% lemak hasil pengukuran BIA
Tn. TA	laki-laki	20	116,2	164,5	42,94	1225	43,2
Nn. Y	perempuan	19	68	149,7	30,34	860	40,7
Nn. D	perempuan	20	88	157,6	35,43	978	40,9
Nn. N	perempuan	21	79,1	163,4	29,63	877	39,1
Tn. R	laki-laki	20	115,9	162,1	44,11	1225	39,6
Nn. E	perempuan	20	74,2	145,7	34,95	889	43
Nn. A	perempuan	20	74,3	148	33,92	860	39,4
Nn. F	perempuan	22	84	162,3	31,89	850	41,8
Nn. W	laki-laki	19	103,6	171,2	35,35	1045	34,5

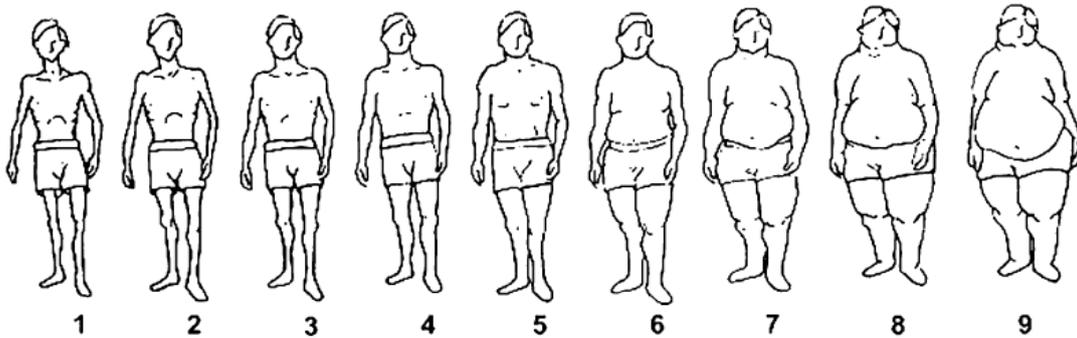


Lampiran 5

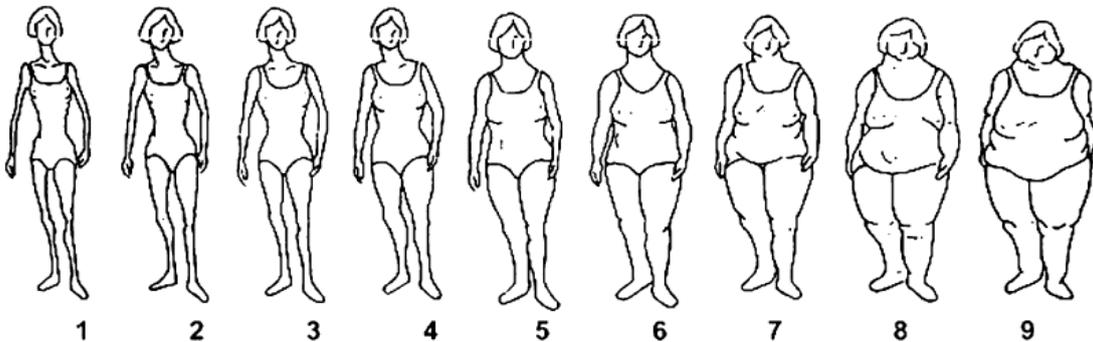
Skala Persepsi Body Size Melalui Gambar

Skala yang digunakan untuk mengukur persepsi informan terhadap ukuran tubuhnya adalah dengan skala Stunkard. Menurut Smith dkk. dan Thompson dan Altabe skala ini terbukti valid dan reliabel. Ukuran tubuh yang mencerminkan status gizi pada skala tersebut adalah *underweight* (gambar 1 dan 2), *normal weight* (gambar 3 dan 4), *overweight* (gambar 5 – 7) dan *obese* (gambar 8 dan 9)

Men



Women



Lampiran 6 GUIDELINE IN DEPTH INTERVIEW

Motivasi diri sendiri

Persepsi diri

1. Bagaimana pendapat Anda bentuk tubuh Anda saat ini?
Puas atau tidak?
Jika tidak, mengapa? Apa upaya Anda untuk menjadikan Anda puas? Apa buktinya?
Jika ya, bagian tubuh mana yang paling Anda sukai? Mengapa?
2. Apakah Anda pernah mengalami masalah kesehatan terkait kondisi tubuh Anda sekarang ini?
Jika iya, apa masalah yang pernah Anda rasakan?
Bagaimana Anda mengatasi masalah tersebut?

Emosi

3. Apakah bentuk tubuh Anda mempengaruhi emosi Anda?
Bahagia/nyamankah Anda saat ini (dengan bentuk tubuh sekarang)?
4. Bagaimana cara Anda membangun rasa percaya diri dengan bentuk tubuh yang Anda miliki sekarang ini?
Jika tidak nyaman, mengapa?
Jika merasa nyaman, apakah hal tersebut berpengaruh terhadap kepercayaan diri Anda?

Faktor sosial

Pengaruh orang terdekat

5. Bagaimana menurut Anda status gizi orang-orang terdekat Anda (ayah, ibu, adik, kakak, saudara, pacar, tetangga)?
(menuliskan status gizi keluarga informan, jika perlu meminta informan menunjukkannya melalui skala stunkard)
Jika ada yang obesitas, menurut Anda apa yang menyebabkan dia menjadi obesitas?
6. Apakah ada yang pernah berkomentar tentang tubuh Anda?
Apakah pernah mendapat komentar negatif?
Apa pendapat Anda?
7. Apakah ada yang pernah menyarankan untuk menaikkan atau menurunkan berat badan?
Apa tanggapan Anda terhadap saran tersebut?

Pengaruh lingkungan

8. Bagaimana pendapat Anda mengenai iklan-iklan penurunan berat badan badan?
Apakah mempengaruhi Anda?
9. Apa pendapat Anda mengenai artis idola?
Apakah mempengaruhi Anda?
10. Siapakah idola Anda?
Deskripsikan secara fisik
11. Bagaimanakah pandangan masyarakat (menurut Anda) terkait obesitas?

Pengetahuan

12. Tahukah Anda tentang obesitas?
Bagaimana kriteria-kriteria obesitas?
Menurut Anda, apakah obesitas memiliki dampak terhadap kesehatan seseorang?

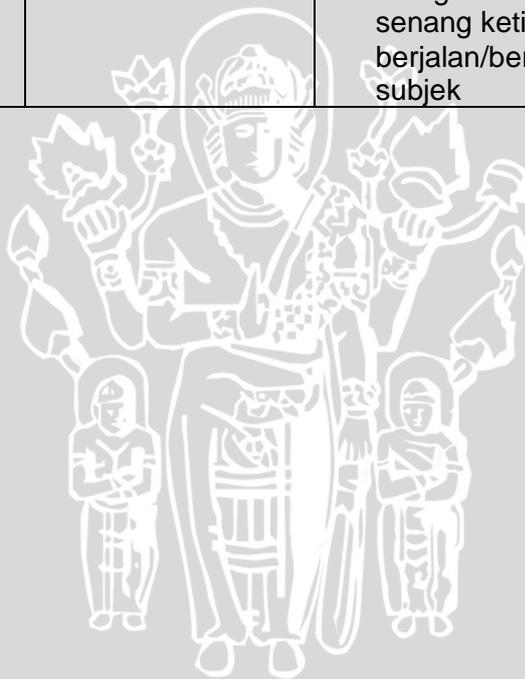
Sikap dan *intention*

13. Apakah Anda sudah pernah mencoba menurunkan berat badan?
Jika iya, turun berapa kilogram?
Bagaimana caranya?
Bagaimana perasaan Anda saat melakukan program tersebut?



Lampiran 7 Kisi-kisi Pedoman Observasi

Variabel	Sub variabel	Indikator	Deskriptor
Motivasi diri sendiri	Persepsi diri	1. Percaya diri	a) Berjalan dengan postur tubuh tegak b) Berjalan dengan postur tubuh tidak tegak
		2. Sikap subjek saat makan	a) Waspada saat makan b) Tenang dan santai saat makan
		3. Sikap dan ekspresi/respon ketika bertemu dengan teman	a) Menunduk b) Biasa c) Tersenyum
Faktor sosial	Pengaruh orang terdekat	Sikap teman subjek terhadap subjek	a) Senang saat berjalan/bersama dengan subjek b) Berusaha menghindar/tidak senang ketika berjalan/bersama subjek



Lampiran 8

Transkrip Hasil Wawancara

Keterangan:

Cetak miring → pertanyaan dari peneliti

Cetak tegak/normal → jawaban dari informan

TRANSKRIP Nn. N (21 tahun Jurusan Gizi semester 7)

Merasa nomor 5

Karakter Nn. N:

- Ramah
- Murah senyum
- Supel
- Suka berkata “ee” dalam setiap percakapan

Proses wawancara dilakukan di Grima FKUB dengan suasana tenang pada pagi hari.

- *Kan mbak berada dalam zona nyaman gitu ya mbak, gak sedang diet, nah itu bagaimana pendapat tubuh mbak dengan kondisi mbak yang sekarang ini?*
Eehhh. Merasa sedikit gak nyaman aja sebenarnya. Cuma overall aku emang sadar aku emang kegemukan dan sudah banyak orang nyuruh “ayo kurusin kurusin” kaya gitu. Eehh tapi yo banyak faktor juga sih, banyak faktor yang ee bikin..apa..“sek nanti aja, dietnya nanti aja wes” gitu, meskipun..ee..efeknya lebih ke arah percaya diri ya jadi..ee..ntar ujung-ujungnya aku jadi gak PD soalnya berat badanku masih lebih cuman sampai sekarang saat ini aku masih merasa..masih..”yo wis sementara ini dulu wes” pelan-pelan nyari motivasi diri untuk ayo diet gitu
- *Oke mbak tadi bilang PD (percaya diri) itu, dengan bentuk tubuh mbak yang sekarang mbak PD nggak mbak?*
Enggak hehe (sambil tertawa)
Puas nggak mbak?
Gak puas se juga sedikit gak PD cuman aku liat banyak orang..maksudnya ya..mungkin ini salah ya tapi aku pernah baca koran itu ada perkumpulan kaya grup gitu orangnya gemuk-gemuk, lebih gemuk dari aku malahan, tapi mereka itu memberikan *deform* itu..ee..kamu itu lho ya udah terima apa adanya diri kamu otomatis kamu bakal PD kayak gitu soalnya orang lain juga sekarang udah pada nerima kaya gitu. Jadi mungkin itu persepsi yang salah ya cuman..ee..di satu hal tertentu aku harus bertingkah seperti itu soalnya aku harus berinteraksi sama orang banyak cuman di satu hal aku juga (berhenti sejenak bicara)..haduh (dengan gelagat penyesalan raut muka dan sedikit menarik diri ke belakang) ayo ta kurus o
- *Kalau boleh tau kapan ni mbak disaat mbak: “oke aku PD” dan “oke, aku nggak PD”* (tertawa) Ee..kalau gak PD e kalau hal PD itu saat ya itu tadi aku bilang saat ngobrol ama temen-temen di luar gizi lebih tepatnya ya, soalnya kalau di temen-temen gizi sendiri kan yo wis sudah kenal kaya gitu. Mungkin kalau di luar itu..jadi..ee..kadang orang kan memandangnya dari penampilan kaya gitu. Nah jadi diluar itu aku harus “yo wis aku harus PD”. Cuman gak PD nya itu lebih ke arah..ee..hehe (tertawa)..saat lihat timbangan (tertawa). Jadi kalau liat timbangan itu..hm uuuu (ekspresi cemberut) gitu, udah mulai ngerasa “aduh kok gemuk banget”. Trus waktu liat di kaca itu..huhuhu (ekspresi sedih)

apa welutku (tertawa)..kaya gitu lah..hehehe (ketawa).

- *Trus ini mbak, tadi kan katanya..disatu sisi memang harus PD disatu sisi enggak PD, kalau boleh tanya puas ndak puas berarti dapat disimpulkan kalau mbak ini? Ndak puas hehehe (meringis).*

- *Trus kalau misal ndak puas sudah pernah berupaya atau upaya apa ni mbak yang ingin atau sudah pernah atau sedang dijalankan?*

Kalau dengan..ee..sebelumnya ya. Itu banyak. Mulai dari aku pernah suntik katanya sih buat bersifat penghancuran lemak tapi memang ternyata harus disertai oleh raga sama makan yang gak boleh gorengan, ya kaya diet normal gitu. Trus pernah juga minum pil-pil an gitu pil-pil an pelangsing atau apa dari apa apa gitu kan..gitu.. habis itu pernah juga fitnes. Coba fitnes tapi ternyata..eh katanya salah jadi katanya tu kalau fitnes tu harusnya saat..apa ya..sudah turun gitu lho..jadi tinggal kulitnya aja untuk ngetatin. Sedangkan kalau misalnya fitnes di saat udah gemuk takutnya ntar malah berubah jadi otot..kaya gitu. Itu sih yang aku terima, jadi sempet berhenti fitnes.Habis gitu pernah ikut senam, itu bertahan cuman hmhm (sambil berpikir) sebulan dua bulan lah hehe (tertawa), habis gitu karena gak ada temennya hehe (tertawa) akhirnya aku keluar hehehe (tertawa lagi). Tapi lebih sering ke.. kalau dulu jamannya SMA ke obat-obatan sih.. jadi obat-obatan terus pakai yang pengsingset gitu pengsingset. Kalau yang sekarang ini ee dulu waktu semester awal-awal, tiga empat termasuk itu, itu....diet biasa sih lebih ke arah aku olahraga tiap pagi misalnya skipping-an habis gitu ee minum air anget trus porsi makan dikurangin kaya gitu. Tapi kalau sekarang ini ee aku nggak olahraga lagi, gak tau kenapa, mungkin belum sempet atau males atau nggak tahu nggak ada motivasi lagi jadi ee gak olah raga, cuman kalau dari porsi makan aku ngurangin, gorengan aku kurangin, kaya gitu se. Jadi lebih pengaturan makan aja kalau sekarang. Kalau nanti ee ini sudah diwanti-wanti sebenarnya sama orang tua hehe (tertawa) harus nurunin berat badan, kalau nggak nanti berefek ke uang saku. Hehehehe (tertawa).

- *Nantinya kapan?*

Nantinya hmhm...belum tau hehehe (tertawa) tapi insya allah secepatnya mungkin karena aku mikirnya aduh puasa gitu lho jadi takutnya ntar drop atau ya apa, makanya e sering aku merasa hipoglikemi kaya gitu lho tiba-tiba keringetan dingin pusing kaya gitu, gak tau gitu itu kenapa

- *Tadi yang pengaturan makan, tadi kan bilang untuk saat ini menjalani pengaturan makan. Pengaturan makannya itu gimana?*

Gak sih gak tertentu. Kalau akau pokoknya harus ada sayur trus nasinya dikurangin.

Oh lebih kepada variasinya

He em variasi

Tapi gak ngurangin yang...

Enggak....misalnya hmhm gak makan nasi sama sekali, nasi diganti kentang, enggak sih nggak sampai segitunya.

- Trus ini mbak, pernah nggak mengalami kesulitan dalam hal tertentu dengan bentuk tubuh mbak sekarang ini? Mungkin lebih tepatnya masalah kesehatan?*

Gak sih. Jadi kalau orang bilang..gak sih. Jadi sampai sekarang itu belum ada yang benar-benar mengganggu gitu lho..ee..bapakku kan orang DM ee jadi aku sering di tes gula darahnya ee sampai sekarang masih normal. Trus kalau dari segi olahraga aku memang suka olahraga jadi ee, katanya orang gemuk kan kalau olah raga kan ngos-ngosan gitu, kalau aku sih. Aku sebenarnya enteng-enteng aja kalau olah raga kaya gitu. Apa ya, mungkin lebih ke arah katanya orang gemuk itu cepet ngantuk ya mungkin itu se hehe (tertawa). Jadi ee mungkin tapi gak tau lagi kalau itu genetik bapakku juga gitu kan, jadi lebih sering ngantuk, itu aja sih.
- Tapi apakah Anda merasa ngantuk termasuk masalah kesehatan?*

Ngantuk termasuk masalah kesehatan gak ya? Hmhm. Mungkin, mungkin disisi lain iya mungkin disisi lain enggak. Jadi seperti yang aku bilang, mungkin karena genetik atau mungkin karena..ee..aku gak tau ya aku gak pernah ngecek juga apakah ngantuk itu masalah kesehatan apa gak, kayak gitu.
- Apakah bentuk tubuh Anda yang sekarang ini mempengaruhi emosi Anda?*

Emosi? Haha (tertawa). Iya sedikit.
- Boleh cerita sedikitnya gimana mbak?*

Mungkin lebih ke arah pertama gemes gitu ya, maksudnya ee orang sering tanya “kamu motivasinya harus kuat”. Aku bingung aku harus motivasi seperti apa gitu lho. Okelah masalah kesehatan gitu kan, aku tau kalau nanti kedepannya kalau banyak lemak yang numpuk kesehatan juga bakal terganggu gitu kan, akhirnya aku juga kedepan, tapi untuk saat ini belum ada motivasi yang bener-bener kuat gitu lho dan aku suka gemes sendiri kadang suka “aduuuh uu” tapi justru karena aduhnya itu “ya wes lah nanti aja” makanya makan lagi hehe (tertawa) ngemil lebih ke arah ya, jadi mungkin lebih ke emosi situ. Trus kalau yang lain mungkin dipengaruhi sama temen-temen. Ee ada temen-temen yang apa namanya istilahnya secara gak langsung menyindir gitu, “gemuk” gitu, jadi yang loro ati gitu, jadi sakit hati tapi ya gimana lagi, aku anggap sebagai guyonan dan pacuan aja kaya gitu. Tapi pacuannya cuma sebentar saat dia ee ngejek tapi ya udah habis gitu angin lalu gitu.
- Ini berdampak kah terhadap interaksi terhadap orang lain, apakah emosi tadi berdampak terhadap interaksi Anda dengan orang lain? Apakah memiliki dampak tertentu?*

Kalau dampak tertentu enggak sih gak ada, soalnya emang dasarnya aku orangnya cuek jadi ee yo wis kamu ngomong apa aku nanggapi saat itu besoknya aku wes lupa kaya gitu. Jadi nggak ada sih, gitu.
- Apakah anda merasa nyaman bahagia dengan bentuk tubuh Anda yang sekarang ini?*

Enggak hehehe (tertawa). Ee mungkin lebih ke arah orang tua ya, jadi lebih sering ditegur orang tua. Mungkin kalau mahasiswa umumnya “IP (Indeks Prestasi) harus tinggi”, “Nila harus turun berat badannya Nila harus turun berat badannya” kaya gitu. Jadi pen-judge-an itu saat aku di rumah itu “aahh maleeees (sambil ekspresi sebal)” jadi aku bertambah males jadi aku nggak termotivasi karena pen-judge-an seperti itu.
- Tadi kalau disebutin orang tua pingin turun berat badan, temen juga, ada tidak pihak yang mendukung? Kan daritadi disebutin yang kontra*

Pihak yang mendukung? Yang mendukung ibu si orang tua sendiri, jadi misalnya ee kalau dari orang yang spesial (sambil mengisyaratkan dengan kedua tangan) gak ada. Cuman kalau dari ibu mesti mendukung, jadi selalu ngingetin lewat sms trus selalu bilang “Ibu itu selalu kasihan kalau kamu itu dimarahin sama bapak” kaya gitu kan hehe (tertawa). He eh hehe (tertawa). “Udah yuk tak bantu”, gitu hehe (tertawa)

<p><i>Oh berarti ibu pro dan bapak kontra?</i></p> <p>Iya.</p>
<ul style="list-style-type: none"> • <i>Trus ini, ee maksudnya, kalau ditanya apakah emosi berdampak terhadap kepercayaan diri, berarti nyambung ke yang tadi ya mbak, kadang PD (percaya diri) kadang-kadang enggak.</i> Kadang-kadang PD kadang-kadang enggak (sambil menganggukkan kepala), ya sedikit ababil mungkin tapi ya itu hehe (tertawa)
<ul style="list-style-type: none"> • <i>Lanjut ni mbak, kalau boleh tau, bapak ibuk adek kakak, saya pingin tau ni mbak, kalau dari gambar ini mbak menggambarkan status gizi nya keluarga mbak atau mungkin sahabat kerabat atau orang terdekat mbak itu seperti apa?</i> Hmhm. Ayah itu, karena beliau DM (diabetes mellitus) sekarang udah agak kurusan sih jadi yang ini (nomor 5), dulu itu agak yang ini (nomor 6). Trus kalau ibu, ibu itu yang mana ya, kalau nggak 5 ya 6, ibu 5 deh Habis itu kakak, kakak perempuan sekarang gemukan yang 4. Habis itu adek, adek laki (laki-laki) yang 4. Yang adek kecil sendiri, masih SD, sama agak gemuk yang 4, sama kayak kakak, enggak sih hampir sama tingginya juga. <i>Teman-teman terdekat, sahabat mungkin, rata-rata badannya seberapa, atau kerabat mungkin?</i> Rata-rata 3 mungkin ya, tapi ada yang 2, antara 2 sama 3.
<ul style="list-style-type: none"> • <i>Menurut Anda status gizi mereka itu gimana? Ya bapak ibuk</i> Yang siapa? Oo, kalau keluarga, bapak aku melihatnya sekarang udah ideal sama tinggi badannya. Kalau ibu masih kegemukan tapi itu karena aku sadar ya pengaruhnya itu hormon, KB kan, KB pil apalagi. Trus kalau mbak, mbak dulu sempet ideal tapi gak tau kenapa sekarang sedikit lebih gemuk, sedikit gitu, tapi mbak ku tuh tipe orang yang bisa nurunin berat badan cepet gitu. Trus adekku yang cewek kegemukan yang cowok udah ideal sih dengan tinggi badannya sekarang. Kalau yang temen-temen ada yang ideal ada yang kurusan. <i>Tapi sebagian besar (dari teman-teman)?</i> Ideal
<ul style="list-style-type: none"> • <i>Trus ini kalau saya nyatet, bapak dulu menurut mbak bapak dulu kegemukan trus sekarang ideal, ibu juga kakak sama adek, itu menurut Anda mengapa mekera bisa menjadi gemuk?</i> Kenapa mereka jadi gemuk? Kalau kakakku, mungkin ee jadi kan sekarang kakakku umurnya sekitar 23 nah kalau setahu ku umur 23 sampai umur 25 atau sebelum umur 30 itu hormon estrogen lagi tinggi-tingginya kaya gitu, jadi istilahnya ngaruh ke berat badan. Ditambah lagi kakakku sekarang gak begitu aktif kerja, beda sama dulu. Dulu itu sebelumnya itu waktu umur 21 22 itu kan dia pagi sampai malem, sekrang lebih ke arah di rumah pergi bentar gitu balik pergi bentar kaya gitu. Trus mungkin lebih ke arah aktifitas. Adekku yang kecil yang cewek itu ee dia suka ngemil ama kurangnya aktifitas sih, tapi padahal dia tekwondo eh karate juga, tapi dia diluar karate itu dia gak begitu suka, kalau anak kecil kan biasa dolen sama temennya, dia nggak suka kaya gitu, jadi dia jarang dolen sama temennya, paling di rumah main hulahop capek selesai, itupun seminggu cuma 1-2 kali an. <i>Kalau ibu tadi?</i> Kalau ibu KB, padahal dulunya kurus banget.

- *Sebelumnya di keluarga, selain ayah? (yang menolak/mengomentari kondisi kelebihan berat badan dan misal ayah memberikan ancaman pemotongan uang saku)?*
Kalau kakak adik fine-fine aja. Saudara sepupu enggak. Maksudnya nggak harus kamu turun gitu, tapi kalau lagi diet ya didukung, tapi kalau nggak ya udah kayak biasanya aja. Cuman kakak ya kadang nyindir dikit-dikit “dek jangan banyak-banyak ngemil” kaya gitu itu.
- *Trus waktu bapak atau temen-temen bilang “jangan banyak gini” atau “nila kurusin dong gini gini gini” gimana tanggapan dari Anda?*
Dari aku? Tanggepanku, haha (tertawa), gimana ya? Kalau bapak kan, mau nggak mau, “nggeh pak, kula usahaken”, maksudnya ya aku tetep harus ngomong iya diusahain diusahain. Kalau misalnya sama temen-temen lebih ke arah “duh gimana ya”. Kadang aku cerita juga “aku lho gini gini gini”, tapi kadang temen-temen juga gak ada jawabannya gitu, jadi ee “yo wis nil coba cari motivasi lagi” kaya gitu kan. Cuma kalau mbak lebih ke arah “lha awakmu lho gak gelem olah raga” kaya gitu misalnya.
- *Ada perasaan khusus gak misalnya jadi gak PD atau ngerasa gimana gitu (saat mendapat uangkapan terkait saran-saran menurunkan BB)? Atau cuek aja pas mereka bilang gitu atau emosinya gimana pas mereka bilang gitu?*
Ada sih saat cuek aja tak anggep angin lalu tapi ada juga “aduh kayaknya aku harus deh” kaya gitu lho. Jadi ee, terutama mbak sih, tiap pulang kan mesti ngomong kaya gitu jadi yang kemarin-kemarin itu “ntar aja deh” kaya gitu. Cuma, nggak tau ya, efek karena kuliah ini kuliah MKP (mata kuliah pilihan) kemarin (maternal nutrition) itu maksudnya sadar “oh iyo ono bener e”. Jadi kadang kalau bapak ngingetin lagi lewat sms gitu “yawes aku tak itu” kayak gitu. Cuman kalau misalnya temen-temen hmhm sama sih kadang tak anggep cuek angin lalu kadang tak “iya” in, jadi naik turun sih semangatnya.
- *Terkait kemarin sudah coba beberapa upaya, selain motivasi ada gak kalau boleh dikatakan (yang menyebabkan) gak berhasil kembali pada kondisi seperti ...*
Motivasi sih kalau aku, memang bener-bener motivasi. Kan waktu yang ... pernah sih cerita mbak kos, dia kan istilahnya yang berhasil turun gitu kan ya, dia emang motivasinya kuat banget ceritanya. Emang motivasi “aku gak pingin mbalik kayak dulu” istilahnya kaya gitu kan. Makanya dia bener-bener berhasil. Nah kalau aku motivasinya naik turun, diluar itu gak ada masalah sih.
- *Lanjut ni tentang pengaruh lingkungan. Kalau misalnya liat iklan di TV (televisi) di jejaring sosial atau dimanapun, gimana sih pendapatnya mbak tentang iklan-iklan penurunan berat badan?*
Iklan-iklan penurunan berat badan ya, hmhm. Iklan-iklan macemnya produk penurunan berat badan gitu kah? Ee hmhm yak apa ya.
Maksudnya ee apakah setelah melihat iklan itu (Anda) membeli atau mencoba atau ya sudah iklan aja?
Tanggapan ya apa ini ya, positifnya atau ikut? Kalau dulu kan sempet juga aku konsumsi salah satu produk itu, produk pelangsing itu, ee tapai bukan karena iklan tapi karena beneran pingin nyoba beneran ta gitu. Soalnya kan di iklan digembar-gemborkan, berarti pengaruh iklan ya hehe (tertawa), trus katanya emang ada yang berhasil katanya “ibu ini berhasil turun sekarang badannya seperti ini”, jadi pengen nyoba aja. Cuma diluar itu ee nggak sih. Jadi kan sebenarnya kalau tips-tips nya untuk dietnya itu kan umum ya sebenarnya saya juga tau cuma emang saya nggak melaksankn itu kaya gitu sih.
Berarti memang sedikit berdampak?
Iya emang sedikit berdampak cuma “lho kok gak berhasil di aku” ya udah gak tak terusin haha (tertawa)
- *Boleh tau gak idola, mungkin seorang yang digemari?*

Kalau gak punya idola? Mungkin macemnya yang kaya, kan tulangku gede tho, tulangku itu besar jadi mungkin orang yang istilahnya dari segi badan idelanya itu semacam artis Tamara Blezensky atau kalau gak Nadine Candrawinata itu kan tulangnya juga gede juga tapi badannya bagus, gitu sih.

Hanya sebatas mengidolakan atau apakah mereka memberi pengaruh khusus kepada Anda?

Iya ke fisik se, tapi kalau idola secara “waaa” (dengan ekspresi mlelotot mengagumi) gitu gak ada. Enggak, nggak ngasih pengaruh khusus sih. Cuma pandangan “ini lho tulangnya besar tapi kok iso badannya bagus” gitu aja se.

- *Gimana pandangan masyarakat menurut Anda terkait obesitas?*

Secara umum sih pasti buruk ya, maksudnya meskipun obesitas penyakit baru, disebut penyakit ya, udah ngerti itu penyakit, pandangannya pasti buruk, cuma kalau menurutku masyarakat udah menilai itu jelek cuma masyarakat seperti yang aku katakan kemarin itu kita ada perkumpulan tersendiri, jadi perkumpulan untuk orang-orang obesitas yang kelebihan berat badan kaya gitu. Jadi ada yang menganggap itu suatu hal yang wajar dan kalau misalnya kita, kalau misalnya mereka percaya diri it's ok asal gak ada penyakit yang saat itu terjadi. Cuma memang, itu menurut pandangan kemolompok itu ya, tapi kalau menurut pandangan orang lain ee obesitas itu jelek terutama dari segi sih, dari segi fisik kelihatan kurang kaya gitu. Trus dari segi misal cari apa cari pakaian mungkin tempat duduk yang nyaman kaya di bis kan kecil takutnya gak cukup atau seperti apa, gitu sih

- *Kan ada masyarakat yang bilang “gemuk tanda bahagia, apakah sedikit memberikan ...*

Mungkin seperti itu. Ada yang “gemuk tanda bahagia” maksudnya nggak lah, setuju sih, bukan setuju juga ya.

Bagaimana menurut Anda, masyarakat itu menilai obesitas itu sebagai hal yang positif atau negatif?

Kalau menurutku, sekarang negatif tapi dulu itu positif. Kenapa aku bilang gitu? Jadi kalau misal dulu itu kan ee kan dulu itu belum ada penelitian-penelitian gitu lho vi, kan kita sebagai mahasiswa sering baca-baca ternyata kalau obesitas itu gak baik apalagi untuk hamilnya. Di berita-berita itu kaya artikel di yahoo, aduh sebut merk hehe, itu kan juga itu, ada tips bahkan untuk menurunkan berat badan itum kalau sekarang. Kalau dulu itu bahkan sampai didukung sama produksi pakaian, kan pakaian jumbo kaya seperti itu burger-burger jumbo nah itu ditujukan untuk orang-orang yang obesitas seperti itu, jadi aku bisa beranggapan seperti itu sih.

- *Apa saja, terkait tadi kan sudah dibahas resiko-resiko kedepannya, selain itu apa yang Anda ketahui tentang obesitas?*

Yang saya ketahui tentang obesitas ya? Jadi hmhm obesitas ya itu tadi. Berat badan badannya sangat amat berlebihan kalau dibandingin ama tinggi badannya. Obesitas itu, biasanya kalau overweight itu kan mungkin ada beberapa faktor mungkin tulangnya yang gede atau masa ototnya banyak kaya gitu. Itu menurut pendapatku. Trus obesitas itu banyak resikonya sih, kan itu lemak nyebar to jadi otomatis ke semua organ kaya gitu.

Trus kriterianya, selain dilihat dari ketidaksesuaian berat badan menurut tinggi badan, lemak, ada lagi mungkin?

Ee, kriterianya itu aja sih sementara.

- *Tadi dikatakan banyak resiko, dampaknya apa aja ni menurut Anda?*

Kalau menurutku dampak dari kesehatan pasti, ngefek pasti. Jadi ngefeknya itu yang pertama DM ya. Jadi DM itu tiga besar lima besar penyakit paling membahayakan di dunia. Trus PJK (penyakit jantung koroner) karena kan memang lemak lokasinya juga di jantung nah kalau ditekan kan bahaya. Trus apa namanya, mungkin bisa juga osteoporosis, kenapa aku bilang osteoporosis soalnya beban tubuh kan besar nah kalau

misalnya tidak didukung dengan tulang yang padat juga bakal jadi kena osteoporosis. Trus stroke, hipertensi bisa semua sih. Jadi semua macam penyakit itu awalnya ee karena kelebihan lemak itu tadi soalnya kan lemak istilahnya gak digunakan kalau memang cadangan yang lain belum habis jadi kalau masih ada cadangan yang lain kaya karbohidrat protein, lemak gak akan dihancurkan kaya gitu.

- *Di awal atadi kan sudah pernah nyoba (berusaha menurunkan berat badan), kalau boleh tau sudah pernah turun berapa kilo?*

Macem-macem sih hehe (tertawa). Jadi kalau dulu waktu suntik itu seminggu cuma 1 kg an, habis gitu tapi balik lagi. Aku kan nyoba sekitar 1 bulan, seminggu itu 0,5 kg, nyoba selama dua bulan doang sih, tapi lucunya gini, seminggu ya turunnya 0,5 kg besoknya naik lagi 0,5 kg tapi lingkaran pinggangku itu lebih kecil, kaya gitu.

Itu kalau boleh tau suntik apa?

Aku gak tau suntik apa ya, kalau dokternya bilang suntik vit (vitamin) C sama apa gitu. Jadi misalnya ini hari Kamis gitu ya hari ini aku suntik. Nah waktu minggu depan mau balik lagi kan otomatis ditimbang lagi ya itu 0,5 kg itu mbalik lagi ternyata. Habis gitu besoknya itu waktu minggu kedua aku balik berarti kan berat badanku balik lagi, 0,5 kg itu jadi gak ada tapi waktu diukur lingkaran pinggul eh lingkaran pinggangnya itu lebih kecil dibanding minggu sebelumnya kaya gitu. Jadi kalau aku ngintrepetasiin lebih ke arah singsetin jadi mengingsetkan lingkaran pinggangku, karena lemaknya disini.

Yang lain?

Yang lain kalau pil-pil an itu sempet turun 2-3 kg tapi aku lupa berapa bulan tapi aku nggak lanjut nggak tau kenapa ya, oh aku gak tlaten. Jadi kan itu prinsipnya harus telaten tiap hari tiap malem 2 pil tiap malem 2 pil nah kerana gak telaten itu akhirnya ee ya udah gak mengalami penurunan lagi percuma aku minum. Jadi kan seminggu harus 7 kali misalnya gitu ya, masing-masing hari 2 pil. Minggu berikutnya seminggu itu aku cuman 3 kali, tapi tetep 2 pil, tapi minggu itu itu gak turun, jadi aku ngerasa daripada ngehabisin duwit buat pil yawes aku mandek ae kaya gitu.

Dari segi pil dan suntukan, ada pengaturan makan juga gak atau mungkin ada tambahan aktifitas fisik?

Kalau yang suntikan dari orangnya menganjurkan aktivitas fisik supaya lebih optimal tapi akunya enggak jadi Ndak ada pembatasan makanan. Waktu yang pil juga bilanganya meningkatkan minum, jadi minumannya yang banyak.

Pil suntik, ada lagi?

Yang susu. Susu produk itu, itu nggak turun haha (tertawa). Lumayan selama sebulan setengah aku nyoba, enggak kuat mungkin ya. Jadi ternyata kalau aku nyoba itu misalnya pagi minum itu habis itu snack cookiesnya dimakan disela itu, aku bawa snack nya itu cookiesnya di sekolahkan waktu SMA (sekolah menengah atas), tapi gak ngaruh gitu lho haduuh (dengan ekspresi menyesal) masih laper. Itu sih.

- *Pas berhasil turun, bagaimana perasaan ketika Anda melakukan usaha penurunan berat badan seperti yang Anda sebutkan tadi?*

Beda-beda sih. Kalau dulu, yang pertama, yang waktu suntik itu ee istilahnya meskipun nggak turun tapi oh lingkaran pinggangku turun jadi semangat tertentu cuma ada semangat tersendiri se buat ayo nerusin, mungkin itu yang dimaksud ya. Cuma memang setelah berikutnya-berikutnya kok tetep tetep tetep gak ada penurunan lingkaran pinggang lagi akhirnya gak dilanjutkan, karena itu nggak ngelanjutin yang suntik.

- *Ok saya ingin diet, saya melakukan berbagai usaha seperti suntik, minum pil, taupun minum obat, bagaimana perasaan Anda selama menjalani proses-proses tersebut?*

Kalau yang pil itu, karena memang rutinitas dan aku orangnya gak rutin, maksudnya aku orangnya spontanitas gitu jadi ee seneng sih minggu pertama akhirnya turun, minggu

berikutnya karena aku nggak rutin tu jadi males kaya gitu. Jadi naik turun sih vi tapi sebenarnya kalau meamng turun berat badannya aku melakukan aktivitas tertentu itu, seneng banget gitu se, jadi pingin lagi. Misalnya waktu aku kuliah ini aku kan yang skipping-an itu habis gitu ngurangin makan nasi itu aku tiap hari akhirnya skipping-an tapi karena kegiatanku di kampus gak rutin akhirnya pagi itu gak sempet besoknya gak sempet lagi besoknya males lagi kaya gitu, padahal sebenarnya semangat kaya gitu

- *Jadi kalau boleh saya simpulkan selain faktor motivasi, ada juga halangan karena kegiatan yang lain ya?*
Iya, kalau yang dulu. Kalau yang sekarang mungkin lebih longgar tapi gak ada motivasi, kebalikan. Kalau dulu motivasi gak ada waktu kalau sekarang gak ada motivasi tapi banyak waktu, hahaha (tertawa)

TRANSKRIP Tn. TA (20 tahun Jurusan pendidikan Dokter semester 5)

Merasa nomor 6-7

Karakter Tn. TA:

- Mahasiswa sibuk (sibuk latihan paduan suara UB)
- Percaya diri

Proses wawancara dilakukan di GPP It.1 FKUB dengan suasana sedikit ramai karena banyak orang, namun berjalan dengan baik.

- *Menurut Adek, hmhm, gimana ni pendapatnya Adek tentang tubuh Adek sekarang ini? Pendapatnya tentang tubuh saya? Ya nggak papa. Maksudnya gimana ni? Mungkin terkait bentuknya ukurannya, gimana?*
Ya biasa-biasa aja.
- *Adek merasa puas nggak dengan bentuk tubuh adek saat ini?*
Tergantung sih mbak. Puas nggak puas.
Maksudnya?
Ya puasnya itu kenapa?
Eehh, kepercayaan diri, mungkin dikaitkan dengan kepercayaan diri.
Kalau percaya diri sih percaya percaya diri aja.
Jadi sejauh ini puas ya? Kalau misalnya, kalau boleh tau, tadi dikatakan bahwa puas nggak puas, nggak puasnya pas yang gimana?
Apa ya, jarang sih.
Berarti sejauh ini puas ya?
(mengangguk)
- *Terkait bentuk tubuh yang Adek miliki saat ini, pernah nggak adek mengalami masalah kesehatan tertentu?*
Apa ya? Nggak pernah sih mbak, nggak tau sih kalau pas kecil dulu. Pas SD dulu itu sih paling sakit yang paling parah itu ya cuma gejala hepatitis B aja, itu kayaknya nggak berhubungan.
- *Kalau boleh tau Adek memilki bentuk tubuh seperti ini sejak kapan?*
SMP ya? Eh apa?
Pas..ya itu pas habis sakit itu.
Ya SD kelas 6 an lah.
- *Terkait tadi, pernah pengalaman kena hepatitis B, itu sampai ke rumah sakit ngamar atau hanya?*
Ya rumah sakit.
Setelah itu nggak ada masalah kesehatan?
Nggak ngak pernah.
- *Selanjutnya bagaimana cara Adek membangun rasa percaya diri Adek dengan bentuk tubuh yang Adek miliki seperti saat ini?*

<p>Ya percaya diri aja. Tanggapan mungkin dari temen-temen, nggak ada ya, ata mereka...? Nggak ada sih. Biasa aja.</p>
<ul style="list-style-type: none"> • <i>Selanjutnya, pengaruh nggak Dek bentuk tubuh yang Adek miliki saat ini dengan emosi Adek sehari-hari?</i> Kalau dari emosi sih aku rasa enggak sih mbak. Kalau aku kan emosinya dikarenakan apa ya, ya kalau aku nggak suka aja, kalau aku nggak suka ya nggak suka. Nggak ada hubungannya sih. <i>Hmhm, berarti lebih ke intern pemikiran ya, nggak ada pengaruhnya</i> lya.
<ul style="list-style-type: none"> • <i>Nyaman nggak Adek dengan bentuk tubuh sekarang ini? Sejauh ini?</i> Sejauh ini masih nyaman-nyaman aja.
<ul style="list-style-type: none"> • <i>Kalau boleh tau, keluarga terdekat Adek, ayah ibu mungkin, kalau ditunjukkan dengan gambar ini?</i> Ayah sama (6 – 7) Ibu = 4 Saudara cewek = 5 – 6 Saudara cowok = 5 – 6 Teman terdekat = 4 – 7
<ul style="list-style-type: none"> • <i>Lanjut nih, ada nggak dari mereka, saudara teman keluarga, yang komentar tentang bentuk tubuh Adek saat ini?</i> Komentar dalam hal apa ni? <i>Komentar dalam hal “Aldo kok gini kok gini” atau mungkin mereka fine-fine aja dengan menanggapi bentuk tubuh? Pernah nggak ada pembicaraan terkait bentuk tubuh Adek dengan mereka, dengan orang-orang terdekat sahabat, saudara?</i> Apa? Kalau biasanya sama saudara sih “Nggak pingin ngurusin” gitu <i>Berarti sudah mendapat saran untuk menurunkan berat badan? Oh cuma ditanya “Nggak pingin ngurusin gitu”? trus jawaban Adek?</i> Nggak pernah dikasih saran. “Ya pingin”, gitu aja.
<ul style="list-style-type: none"> • <i>Trus misalnya, saya pingin tanya tentang pengaruh lingkungan. Terkait iklan-iklan penurunan berat badan, kan banyak banget beredar saat ini, gimana pendapatnya Adek? Tertarik mungkin atau nggak ada tanggapan?</i> Kadang ya tertarik aja gitu mbak, tapi..tapi kok kalau misalnya diterapkan gitu kalau saya merasa nggak nggak bisa ya udah nggak usah. Mama juga bilang kalau memang nggak cocok yo wes kamu apa adanya, gitu.
<ul style="list-style-type: none"> • <i>Berarti sebelumnya sudah pernah mencoba menurunkan berat badan?</i> Iya. <i>Berapa kali?</i> 2-3 kali lah <i>Turun berapa kilo?</i> Paling...sebenarnya yang paling-paling turun itu pas sakit habis sakit. Dulu pernah sakit DBD (Demam Berdarah Dengue) 3 kali itu dalam hampir waktu yang berdekatan itu sampai turun... <i>DBD 3 kali?</i> Iya mbak, paling 5-7 kilo an lah, itu paling banter. <i>Trus?</i> Trus setelah DBD itu harus makan banyak lagi kan yo udah naik lagi, sebentar aja. • <i>Kalau usaha-usaha lain mungkin, mungkin kaya fitness?</i> Kalau fitness sih belum pernah, mungkin jaga pola makan trus ngurungin porsi makan gitu sampai sekarang sih, sampai sekarang. Eh itu mulai diterapkannya kapan ya, mulai tahun lalu sih mungkin, sampai sekarang sih lagi jalan sih mbak. Maksudnya ya menerapkan terus pola makan yang diterapin mulai tahun lalu itu. <i>Ini berarti nggak diet tapi kayak nerapin pola makan sehat tapi nggak ngurungin?</i> Dikurungin. <i>Tapi berhasil turun atau?</i> Katanya mama sih mbak kalau setiap pulang kok kurusan tapi setiap kali timbang itu ya mesti

<p>kadang turun cuma satu dua kilo satu dua kilo gitu aja sih. Pulang pun jarang pulang pun 2 bulan sekali.</p> <p><i>Turun satu dua kilo naik lagi nggak?</i></p> <p>Kadang ada waktu naik kadang ada waktu nggak gitu mbak.</p> <p><i>Tapi ini memang diniatin diet ya dalam mengatur pola makan itu atau mungkin...?</i></p> <p>Nggak ada niat sih, emang dulu dibiasakan sama mama gitu, “Coba aja makan gini gini gini”, ya udah diterapin setahun, terbiasa sih sekarang udah mulai terbiasa</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Kalau boleh tau sebelum penerapan dan sesudahnya perbedaannya apa? Misalnya nih, “Saya dulu biasa nyemil keripik sekarang nggak”.</i> <p>Ya itu. Biasanya, apa ya mbak, apa mungkin faktor di rumah ya mbak, kan biasanya sama mama disedian makanan apa gitu makanan apa yang cemil-ceilan cemil-cemilan, ya kaya keripik goreng-gorengan gitu ya. Habis makan gitu ya ngemil itu lagi. Tapi kalau disini kan di kos udah jarang gitu, yang pertama itu ya males males mau beli males mau ngapa-ngapain gitu ya. Habis makan ya udah nggak ngapa-ngapain lagi. Aktivitas selanjutnya gitu ya apa belajar apa main kek, latihan gitu.</p> <p><i>Tapi itu emang nggak ada niatan diet, emang nggak tersedia gitu ya?</i></p> <p>Iya.</p>
<ul style="list-style-type: none"> • <i>Adek asalnya mana?</i> <p>Asalnya mana ya? Kalau sekarang, tinggalnya di Probolinggo.</p>
<ul style="list-style-type: none"> • <i>Selanjutnya, iklan tadi kalau boleh disimpulkan, sempet mempengaruhi ya? Sempet nyoba tadi ya? Eh...</i> <p>Kalau dari iklan sebenarnya nggak sih mbak.</p> <p><i>Pingin gitu ya?</i></p> <p>Iya.</p>
<ul style="list-style-type: none"> • <i>Punya artis idola?</i> <p>Artis idola? Haha. Banyak. Pokoknya yang suaranya enak suka.</p> <p><i>Berarti dari segi suaranya ya? Berarti nggak ngefek ya dalam gaya hidup?</i></p> <p>(mengangguk)</p>
<ul style="list-style-type: none"> • <i>Pingin tau nih, Adek menilai pandangan masyarakat sekitar terkait obesitas itu mereka mandangnya gimana sih? Menurut kaca mata Adek.</i> <p>Tergantung dari orang yang mengalami obesitas itu mbak. Kalau misalnya, tergantung sih mbak, kalau misalnya...gimana ya...pinter-pinternya orang yang obesitas itu gimana mbak. Kalau misalnya orang yang mengalami seperti itu ya bisa-bisanya dia itu mengangkat apa ya, kalau saya melihat itu harga dirinya itu sebesar apa. Kalau misalnya harga dirinya besar ya pasti nggak akan diremehkan sama orang disekitarnya. Tapi kalau misalnya dia hanya biasa-biasa aja trus nggak punya kemampuan apa-apa gitu pasti dileceh-lecehkan gitu lah.</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Menurut Adek implementasi harga diri yang besar itu gimana?</i> <p>Apa ya? Dinilai ada suatu kemampuan yang lebih gitu lho.</p> <p><i>Berarti kalau boleh saya nangkep berarti misalnya pandangan masyarakat akan positif jikalau orang obesitas itu memiliki suatu kelebihan kemampuan tertentu, tapi kalau enggak dia akan dianggep sebelah mata gitu?</i></p> <p>Iya he eh iya (sambil mengangguk).</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Berarti kalau orang obese pingin membangun percaya diri, salah satunya dengan gitu tadi dong?</i> <p>Kalau menurutku sih kaya gitu, iya.</p>
<ul style="list-style-type: none"> • <i>Selanjutnya, saya pingin tau pandangan Adek apa yang Adek ketahui tentang obesitas? Indikatornya mungkin, tanda-tandanya?</i> <p>Indikatornya ya dari kadar lemak tubuh gitu sih mbak. Aku taunya ya baru baru belajar baru masuk FK (fakultas kedokteran) ini dari kadar lemak tubuh dari...utamanya dari itu dari lingkaran perut lingkaran dada gitu gitu.</p> <p><i>Indikator lain?</i></p> <p>Apa ya? Perbandingan berat badan dan tinggi badan ya gitu.</p> <p>Ya ya mungkin itu-itu aja sih, faktor resiko gitu <i>Jadi salah satu faktor resiko ya?</i></p> <p><i>Terkait dihubungkan dengan kesehatan, resiko penyakit?</i></p> <p>(mengangguk)</p>



- *Saya tertarik sama yang Adek tadi mencoba mengurangi berat badan. Yang DB (deman bardarah) tadi itu sakit turun atau sebelumnya? Maksudnya habis njalanin nyoba nurunin berat badan trus sakit atau...? (menggelengkan kepala)
Berarti bener-bener karena sakit ya?
Iya.*
- *Untuk rencana kedepannya, apakh Adek punya rencana untuk menurunkan berat badan? Tadi kan katanya pingin.
Ya itu aja sih mbak, kalau ada metode yang pas, yang nggak berat di saya dan saya cocok ngejalanin ya saya jalani aja. Kalau misalnya nggak cocok ya nggak usah. Yang sekarang dulu aja dilanjutkan, kan sekarang...
Berarti nunggu sampai ada cara yang tepat dulu, dan sejauh ini belum ada?
Iya. Belum.
Berarti belum berencana karena memang belum menemukan cara...?
Iya.*
- *Pernah ada keluhan nggak sih dek mungkin dalam beraktivitas?
Nggak ada sih*

TRANSKIP Nn. D (20 tahun Jurusan pendidikan Dokter semester 5)

Merasa nomor 7

Karakter Nn. D:

- Ramah
- Terbuka
- Suka terbata-bata ketika nyebut kata “gemuk” atau “kelebihan berat badan”

Proses wawancara dilakukan di depan Lab. Mikro FKUB dengan suasana tenang pada pagi hari.

- *Saya ingin tanya tentang pendapat Adek tentang bentuk tubuh Adek saat ini, menurut Adek gimana?
Saat ini sih emang lagi gak, apanamanya, pulang lebaran lagi tambah, bener-bener tambah gendut, jadinya yah (sambil menghela nafas), gak puas sih sebenarnya pingin nurunin.
Selama ini bagaimana pendapat Adek tentang bentuk tubuh?
Bentuk tubuh? Ya udah kerasa sih kalau misalnya overweight, udah kerasa kalau misalnya emang gak normal apalagi lengan paha, itu udah bener-bener nggak enak nggak nyaman udah tambah besar semua udah tambah gendut*
- *Tadi mengatakan kalau kurang puas dengan bentuk tubuh, apakah sudah pernah melakukan upaya untuk menjadikan Adek sendiri itu puas dengan bentuk tubuhnya adek?
Udah pernah sih ikut fitness trus ikut diet-diet nya tapi itu nggak bertahan lama soalnya kan eehh fitnessnya sore tapi kan kita di FK kegiatannya padet trus banyak rapat-rapat akhirnya lama-lama ditinggal lagi padahal itu udah lumayan turun*
- *Trus selanjutnya, apakah Adek, dengan bentuk tubuh yang Adek miliki seperti ini, pernah apa enggak mengalami masalah kesehatan tertentu
Hmhm, kalau masalah kesehatan sih sampai sekarang mungkin belum ada. Alhamdulillah belum ada, tapi ya takutnya kedepannya bakal jadi masalah soalnya ini kan, apa, orang tua juga eehh DM (diabetes mellitus) jadi takutnya ya kedepannya juga bisa kena DM karena apa berat badan yang apa badan gini yang gede.*
- *Selanjutnya dek, dengan bentuk tubuh yang Adek miliki saat ini, bagaimana Adek membangun rasa percaya diri?
Hmhm, sebisa mungkin sih PD-PD aja (percaya diri). Trus kalau misalnya eh pakai baju usahain jangan yang terlalu ketat jadi bentuk tubuh yang gak gak (sedikit terbata-bata) apa bentuk tubuh*



<p>yang gendut nggak seberapa kelihatan apalagi kaya pakai baju bener-bener sempit dipakai in jaket lah gitu. Jadi ya PD PD aja</p>
<ul style="list-style-type: none"> • <i>Mempengaruhi gak ke emosi Adek sehari-hari?</i> Kadang-kadang mempengaruhi. Kadang-kadang kalau udah santai trus orang-orangnya udah dekat ya biasa-biasa aja.
<ul style="list-style-type: none"> • <i>Berkaitan dengan kepercayaan diri tadi, Adek katakan bahwa berusaha memakai pakaian-pakaian yang, maksudnya yang nggak ketat yang nggak gimana gitu, adek sebenarnya ngerasa nyaman nggak sih dengan kondisi yang sekarang ini?</i> Nggak nyaman. <i>Bisa dijelaskan nggak nyamannya yang bagaimana?</i> Nggak nyaman maksudnya dalam artian ehhh kalau kita duduk perutnya kelihatan, udah ngelipet-lipet. Trus ya kalau, kerasa juga kalau ehhh naik turun tangga, biasanya udah mulai biasanya itu nggak secapek ini tapi capek banget kaya gitu. Oh berarti berat badan kayaknya nambah. Trus kalau misalnya temen-temen nanya “berat badan berapa berat badan berapa” itu rasanya waduh ini kayaknya udah over banget ini ya hehehe (tertawa ringan).
<ul style="list-style-type: none"> • <i>Selanjutnya saya ingin tahu pengaruh orang sekitar nih dek. Pernah nggak dek ada saudara yang menyarankan untuk menurunkan berat badan atau melakukan diet tertentu atau mengomentari tentang tubuh Adek? Saudara mungkin?</i> Banyak sih termasuk mama. Kemarin pas pulang mama kaget lihat badan tambah gede padahal kuliah, mama udah bilang “Diet dong”. Trus tante, temen-temen juga sering “Di diet dong Di diet dong” kaya gitu, sering.
<ul style="list-style-type: none"> • <i>Bagaimana tanggapan Adek ketika mereka ... (demikian)?</i> Aku sih kadang ngomongnya “iya pingin diet tapi kadang gak bisa soalnya dengan aktivitas yang full belajar yang full trus rasanya kalau pas stres itu pelariannya ya salah satunya ke makanan”, biasanya kaya gitu.
<ul style="list-style-type: none"> • <i>Selanjutnya saya pingin tahu tentang status gizinya orang-orang terdekat adek melalui gambar.</i> Bapak = 6 Ibu = 6 Adek cowok = 3 Adek cewek = 7 Saudara = 4 – 5 Teman terdekat = 4 – 5
<ul style="list-style-type: none"> • <i>Selanjutnya dari tadi yang Adek sebutkan, dari pihak keluarga, saudara atau teman, ada yang obesitas nggak dari mereka menurut Adek?</i> Kalau adek yang cewek iya obesitas. Trus kalau mama mungkin overweight dikit
<ul style="list-style-type: none"> • <i>Menurut Adek, mengapa mereka berada pada kondisi seperti itu?</i> ✓ Kalau adek yang cewek itu emang susah banget dikontrol makannya. Kemarin pulang aja itu rasanya heran ngeliat dia makan lebih banyak daripada aku. Kalau mama itu sebenarnya makannya sedikit tapi nggak tau kenapa badannya besar. Padahal kalau mama, mama juga olah raga.
<ul style="list-style-type: none"> • <i>Ok. Pernah liat iklan-iklan terkait kaya nyuruh-nyuruh untuk menurunkan berat badan? Gimana menurut Adek? Bagaimana komentar Adek tentang iklan-iklan itu? Mempengaruhi Adek nggak?</i> Kadang mempengaruhi sih, maksudnya dalam artian siapa sih yang nggak pingin tubuhnya langsung kecil gitu kan tapi mikir-mikir lagi pasti hasil yang, apa, dalam waktu singkat itu nggak maksimal. Jadi mikirnya lebih baik kaya jatuhnya ke olahraga. Tapi pernah waktu SMA itu nyoba olah raga pagi-sore pagi-sore latihan sampai 3 bulan berat badan yang turun nggak sampai 10 kg. Jadi rasanya kaya frustrasi gitu. <i>3 bulan?</i> Ya 3 bulan
<ul style="list-style-type: none"> • <i>Bebrarti sebelumnya sudah pernah mencoba menurunkan berat badan ya?</i> Itu waktu SMA sih. Kalau pas kuliah itu fitness doang.

- *Saya pingin tau itu tadi yang pengalaman menurunkan berat badan. Itu tadi pas SMA, 3 bulan, caranya bagaimana lebih tepatnya?*
 Sebenarnya nggak ada latihan khusus sih cuma emang latihan basket sekalian kurangin makan. Jadi tiap pagi kita sekitar jam setengah 5 jam 5 an kita bangun, latihan basket, lari, latihan, abis gitu ntar sore pulang sekolah latihan lagi. Trus...
Trus sekolahnya?
 Eehh, apa namanya, kebetulan asrama kan, jadi sekolah and asramanya dekat. Tapi ya itu susah, soalnya di asrama ya itu, makanan yang ada langsung kita makan, kita nggak bisa milih-milih makanan mau makanan apa, kayak gitu.
 - *Itu pernah turun 10 kg? Berapa lebih tepatnya?*
 Kurang dari 10 kg sih, 7 kalau gak salah. Tapi itu nggak tahan lama juga, seteah saya latihan ya bubar lagi.
 - *Trus usaha yang lain yang pernah dicoba?*
 Fitnes yang kemarin, turun kuma 3 kalau nggak salah.
Dalam kurun waktu?
 Kurun waktu kurang lebih 1,5 – 2 bulan kalau nggak salah.
 - *Itu bagaimana perasaan adek pernah nyoba sampai berhasil kan tadi yang turun? Atau menimbulkan kesan khusus?*
 Sebenarnya waktu awal-awal seneng sih tapi waktu udah mulai sibuk udah mulai nggak bisa melakukan lagi kaya fitnes itu udah mulai apa, fitnesnya udah mulai ditinggal itu rasanya...aduh pingin balik lagi... soalnya kan kebetulan juga suka olah raga, suka basket, badminton, tapi ya itu, waktunya.
Yang ngehalangin apa nih dek?
 Waktunya, kaya belum kita rapat, belum kita ngerjain modul, apalagi kalau udah kuliah belum belajar kapan, jadi rasanya kaya gak ada waktu gak sempat. Mungkin kalau seandainya rapatnya dihilangin sih mungkin bisa.
-
- *Untuk ke depannya, apakah ada rencana untuk melakukan penurunan berat badan?*
 Ada, rencananya dikit-dikit lah lah mulai dikit-dikit. Mungkin olah raganya nggak seberapa berat mungkin apa skipping di kamar kayak gitu berapa per hari.
-
- *Selanjutnya saya pingin tau, punya artis atau idola dek?*
 Hmhm, punya.
Kalau boleh tau siapa?
 Lagi suka sama Pevita Pearch ama Agnes Monica
Kalau boleh tau kenapa nih Dek mengidolaknya?
 Kalau Agnes Monica tu tujuan hidupnya jelas, dia tu kayak yah kaya punya pendirian yang tetap nggak bisa diganggu gugat ama orang lain, dia mau ini dia harus kejar ini. Dia kaya punya mimpi yang harus dia kejar, punya tujuan
Kalau yang Pevita?
 Apa ya? Suka aja, emang orangnya cantik dan dia punya pemikiran sendiri tentang kaya kedamaian gitu.
Berarti mengidolakan dari segi pemikiran mereka gitu ya? Itu mempengaruhi Adek gak khususnya dalam kehidupan sehari-hari?
 Gak seberapa sih.
Cuma ngidolakan gitu aja?
 Iya. Cuma suka gitu aja.
-
- *Selanjutnya saya pingin tau, menurut Adek itu gimana pandangan masyarakat sekitar tentang obesitas saat ini? Mereka itu mandangnya gimana sih?*
 Kalau, saya liat nih kalau misalnya obesitas yang mungkin masih ringan-ringan nggak seberapa kelihatan itu mungkin mereka nggak seberapa peduli. Tapi kalau yang emang udah udah bener-bener besar dan bener-bener obesitas apa namanya ya obesitas tingkat 3, ada ya mbak ya? Itu banget, itu baru orang ya, "Oh iya orang ini obesitas". Tapi kalau selama orang itu kaya gendut aja gitu itu nggak seberapa dipandang kaya obesitas, soalnya kaya pemikiran masyarakat kita itu obesitas itu masih dalam artian kayak badannya yang bener-bener gendut. Kalau yang masih, apa namanya, agak gendut dikit itu, "Oh ini masih overweight lah belum seberapa obesitas", soalnya



<p>pemikiran masyarakat kita itu masih seperti itu.</p>
<ul style="list-style-type: none"> • <i>Jika dihubungkan dengan keluarga Adek tadi, apakah keluarga Adek juga masih berpikiran demikian? Memandangnya obesitas itu sendiri gimana?</i> Kalau orang tua sih, kadang saya kasih pengertian, apalagi apa..adek saya kan udah gede banget kadang “Ma, adek itu udah gini..apa namanya..udah gini gini gini”. Kadang juga bilang, “Aku juga sih sebenarnya ma, tapi kan kalau anak kecil dari kecil udah kayak gini ntar gedanya kaya gimana”. Udah kasih pengertian, mama sih udah ngerti obesitas itu kayak gimana, berat badan yang lebih kayak gimana, gitu. Kalau mama agak ngerti. <i>Kalau boleh tau Adek umur?</i> Adek umur, berapa ya, 8 tahun kalau gak salah, september ini jalan 9.
<ul style="list-style-type: none"> • <i>Kalau menurut adek, obesitas itu sendiri apa sih?</i> Kelebihan berat badan kan, jadi apa, BMW kita jauh diatas normal. Eh BMI. <i>Jauhnya mungkin ada kriteria-kriteria tertentu mungkin selain dari dilihat dari berat badan BMI nya? Apa yang Adek ketahui tentang obesitas.</i> BMI lebih dari 32 trus ya lemaknya kalau diukur itu lebih tebal, apalagi ya? Itu aja sih taunya. <i>Hubungan dengan kesehatan mungkin?</i> Ya banyak sih, kalau misalnya kaya lemak dalam tubuh banyak kan LDL nya ningkat kolesterolnya ningkat trus eehh otomatis kesehatan jantungnya nggak baik. Dan orang yang obesitas pasti makin lama makin..kesehatannya makin menurun, bisa kena diabetes melitus juga, jantung koroner <i>Beresiko ya?</i> Beresiko banget.
<ul style="list-style-type: none"> • <i>Tadi dikatan bahwa kedepannya Adek pingin buat nurunin berat badan, motivasi terbesarnya kalau boleh tu apa nih Dek? Pasti ada motivasi gitu.</i> Kalau motivasi sebenarnya bukan karena penampilan bukan karena eehh pingin gimana-gimana tapi lebih mikir ke arah kesehatan trus lebih mikir kaya nggak nyaman gitu, badannya gede gini rasanya kalau mau apa rasanya kalau gerak itu nggak nyaman trus pakai baju juga nggak nyaman susah nyari banjunya, jadi kaya bukan bukan..bukan karena pingin orang ngeliat, “Woo kurus” gitu, tapi lebih ke nyaman ama ke kesehatan aja, gitu. <i>Jadi lebih pada ke kepuasan diri sendiri gitu ya?</i> (mengangguk)
<ul style="list-style-type: none"> • <i>Kalau boleh tau tadi sebelumnya juga udah pernah nyoba nurunin berat badan dan berhasil turun, itu nggak lanjut lagi emang karena ada beberapa kendala, salah satunya waktu dan padatnya aktivitas. Kalau boleh tau, sebelumnya motivasinya sama juga kah?</i> Sama, jadi kaya pingin rasa nyaman aja sih, jadi kaya pas olahraga badan nggak seberapa berat, kaya gitu-gitu. <i>Berarti sampai sekarang memang Adek masih berada pada kondisi yang padat aktivitas ya sehingga nggak memungkinkan untuk...</i> Iya.

TRANSKIP Nn. A (20 tahun urusan Keperawatan semester 5)

Merasa nomor 6

Karakter Nn. A:

- Ramah
- Terbuka
- Mudah mengekspresikan maksud penjelasannya

Proses wawancara dilakukan di tangga GPP FKUB dengan suasana sepi pada siang hari.

<ul style="list-style-type: none"> • <i>Saya ingin tau bagaimana sih, menurut Adek, bentuk tubuh Adek sekarang ini?</i> Maksudnya? <i>Pendapat Adek tentang bentuk tubuh Adek sekarang.</i> Gimana yo mbak yo. Sebener e biasa sih soalnya... (menunjukkan ekspresi ragu)

Disampaikan semua aja gapapa.

Biasa sih, tapi gimana ya, soalnya dulu itu waktu awal nya nggak gini jadi tu awal puasa kelas 1 kelas 2 kan dari puasa itu...

Kecil?

Iya trus habis puasa 1 hari full kan 1 bulan trus habis gitu kayaknya bales dendam, mulai itu ada naik naik naik.

Tapi ngerasa gimana dengan bentuk tubuh yang sekarang ini? Maksudnya ngerasa nyamankah, puaskah?

Nggak sih, kadang kadang ya pingin agak kurusan tapi apa ya...ya bingung kalau gimana mau olah raganya, kadang kan banyak tugas.

- *Puas nggak sejauh ini dengan bentuk tubuh yang dimiliki?*

Kurang puas ini apalagi kalau, ini udah agak gede lagi kalau dibandingkan mulai sejak SMA sekarang gede lagi.

Merasa nyaman nggak?

Kadang kurang nyaman, apalagi waktu baju, itu kan jadi kurang nyaman

Saat nggak nyamannya tu saat nyari baju aja atau mungkin saat beraktivitas sehari-hari itu, ada masalah?

Nggak ada sih, paling kalau naik turun tangga itu agak...apa ya...he eh capek aja.

- *Pernah nggak ngalamin gangguan kesehatan, sejauh ini sampai selama ini?*

Alhamdulillah nggak.

Jadi sehat-sehat aja ya?

Sehat.

- *Pengaruh nggak sih bentuk tubuh Adek saat ini terhadap emosi Adek sehari-hari? Ketika bergaul dengan teman, ketika di rumah mungkin, kepengaruh nggak?*

Nggak. Nggak terlalu, soalnya kan kalau di rumah keturunan gede swmua jadi kalau kurus malah aneh kayaknya hehehe (sambil tertawa).

Tadi nggak terlalu, berarti ada saatnya iya?

Ada saatnya kalau...apa ya...saatnya pas kalau apa saya kan ada temen kan, temen deket itu 5, mereka tu kecil semua gitu lho jadi kalau jalan bareng ada rasanya "aduh kok gendut dewe ya", gitu lho perasaanya.

- *Bagaimana cara Adek membangun rasa percaya diri? Tentunya ketika beraktivitas, ketika kita bertemu dengan orang lain, harusnya kita kan punya rasa percaya diri. Sejauh ini Adek gimana cara membangun rasa percaya diri tersebut?*

Kan udah ada kekurangan ya jadi paling nggak tu kalau aku sih kalau penampilannya yang rapi trus pokoknya yang rapi lah meskipun apa ya gendut tapi ya dibuat ceria aja gitu lho mbak nggak ada beban gitu.

Jadi kalau boleh saya simpulkan menutupinya, kalau tadi Adek bilang bahwa gendut merupakan kekurangan, menutupinya dari kelebihan sikap, penampilan?

Iya jadi kalau udah gendut menutup diri kan yoh nggak jadi yo berusaha bergaul lah sebanyak banyaknya sama anak-anak, berusaha menjadi orang yang terbaik aja.

- *Tadi dikatakan bahwa keturunan, kalau boleh tahu status gizi orang-orang terdekat Adek itu bagaimana, mungkin bisa ditunjukkan dengan gambar ini.*

Bapak = 6

Ibu = 6

Adek cewek = 5

Adek cowok = 3 dan 2

Saudara = 5

Teman terdekat = 4

- *Menurut Adek, dari yang disebutkan, ada nggak dari mereka ada nggak yang kelebihan*

<p><i>berat badan?</i> Kelebihan, tapi kalau yang sampai obese sih nggak.</p>
<ul style="list-style-type: none"> <p><i>Menurut Adek, kelebihannya tu mengapa mereka bisa sampai pada tahap ini?</i> Apa ya mbak ya, nggak tau. Tapi biasanya aktivitasnya banyak sih mbak. Jadi kalau adek ya mbak ya adek laki-laki yang paling kecil itu aktivitas e itu banyak trus tapi dia itu makannya juga banyak tapi ya seimbang. Tapi kita sebener e makanne ya biasa malah cenderung kalau adek itu sedikit, mungkin apa sering ngemil ya, kalau sering ngemil... paling makannya itu salah penempatannya, biasane kita tu sering makan barengnya itu malam, kalau... soalnya kan aktivitas pagi siang itu jarang makan trus baru kumpul keluarga kan malem jadi malem itu nggak tau pingin beli bakso apa nasi goreng jadi kita makannya bareng, he eh, makannya bareng. <i>Berarti kira-kira dari waktu yang salah ya?</i> He em waktu salah.</p>
<ul style="list-style-type: none"> <p><i>Pernah nggak sih mereka berkomentar tentang....</i> Apa? Aku? Sering... (lansung menjawab dengan sendirinya). Di Malang ini, mulai SMA sampai di malang ini naik 6 kilo, 2 tahun. <i>Itu SMA udah di malang berarti?</i> Ndak, maksudnya perpidahan dari SMA, selama 2 tahun aja itu naiknya 6 kilo antara 4-5, 6 kilo.</p>
<ul style="list-style-type: none"> <p><i>Kalau boleh tau komentar mereka?</i> Ya dimarahi, apalagi kalau keluarga jauh datang kan, kalau keluaraga jauh datang itu otomatis “kamu itu bulet kaya bal” wes pastinya marah-marah gitu. Pernah semester dua itu uang saku diturunin, gara-gara pas masa-masanya naik itu semester 1 ke semester 2, itu ibu wes bener-bener “wes uang sakune kebanyakan paling”, bapak sampai koyo ngunu, “wes dikurangi ae” gitu, jadi uang saku dikurangin mulai semester dua. Tapi ya tetep naik lagi malahan. Trus semester 2 ke semester 3 ya tetep gini. <i>Tapi ketika uang jajan dikurangin, berdampak nggak sih? Biasa aja? Barangkali mungkin jajannya menurun, kan jumlah rupiahnya menurun hehe.</i> , biasa aja. Biasa aja sih. Ya dulu tapi sekarang nggak. Sekarang he eh, sekarang udah nggak. <i>Trus ketika mereka bersikap demikian, katakanlah bapak ibu memberikan sanksi...</i> Ya “beneran a”, kan kita nggak ngerasain kan setiap hari kan perubahannya paling sedkit-sedikit kan, tapi mereka kan yang biasanya ketemu tiap hari trus nggak ketemu, “lho kok tambah gendut banget” gitu lho. Jadi kita tu yang “lho iya ta?”. Kata ibu “iya tambah gendut banget”. Ada waktu semester 3 itu turun, semester 2 ke 3. Oh ya waktu itu turun sih mbak, tapi bukan gara-gara itu tapi gara-gara beneran diet soalnya dari kena sanksi itu aku kan “masa sih gendut banget”, trus itu turun <i>Sekarang tetep ya, kembali lagi gitu? Gimana sih perasaan Adek waktu dapet sanksi dari mereka?</i> He eh waktu kena sanksi mereka, mereka ngasih sanksi itu turun, soalnya aku makan sayur, bener-bener yang karbo di pres (dikurangin), daging ada, sayur, sama buah.</p> <p><i>Berarti berdampak ya? Itu tujuannya tujuannya bener-bener diet apa karena tuntutan penghematan?</i> Diet, tapi ya soalnya kalau dipikir-pikir itu malah apa, kebutuhannya lebih gede daripada kalau nasi kan makannya cuma berapa kalau sayur kan banyak gitu lho mbak, jadi bukan karena di pres tapi karena itu, apa sih apa ya yang ibuku bilang “kok tambah gendut sih?”, ya wes itu program diet. Waktu itu turun, he eh sempet turun, “wah gini lah badannya kecilan”, kalau pulang gitu. Trus semester 4 itu naik lagi, kemarin itu naik lagi, soalnya bloknya itu 1 sks ada yang 8 semua, trus tugasnya kan banyak, jadi kalau</p>

<p>malam itu laper kan, tidur habis subuh paling baru tidur, laper paling adanya pop mie, mie instan jadi gitu kalau malem makan, makanya itu gendut lagi</p>
<ul style="list-style-type: none"> • <i>Punya kebiasaan nyemil nggak? Barangkali belajar sambil ngemil gitu.</i> He eh, biasanya ngemil, soalnya kan toko dekat kosan buka 24 jam jadi kalau ngerjain tugas nemenin tu biasanya ada ngemil. Kadang kalau belanja bulanan itu nyempatin beli camilan juga.
<ul style="list-style-type: none"> • <i>Berarti habis dapet sanksi iya, trus kok bisa naik lagi?</i> Ya karena itu banyak tugas, nggak bisa apa ya, malem itu ngerjain tugas jadi otomatis energinya terbakar kan jadi laper lagi makan. Trus kemarin juga sempet sakit, sek aku sakit apa ya semester 4 kemarin itu? Oh kalau habis mens itu kurang darah gitu jadi cek habis itu kan minum penambah darah terus, trus makannya kan harus teratur jadi itu sih mulai nggak bisa diet lagi.
<ul style="list-style-type: none"> • <i>Kalau dari temen-temen?</i> Kenapa? <i>Kalau tadi kan bapak ibuk jelas sanksi gitu, kalau dari temen-temen, saudara komentarnya gimana?</i> Oh iya. Kalau dari temen-temen biasanya gini, kaya tadi kan yo mbak tadi kan materinya persalinan, jadi kalau apa maksudnya, kadang ada kalanya masukkan tangan ke arah vaginanya kan, trus anak-anak padti noleh “trus kalau tanganmu segitu ya opo? Mau mbok masukno?”, pokoknya mereka gitu, sering bercanda gitu. “kasihan pasienmu”, wes gitu-gitu pasti bilange. <i>Tapi ketika dibercandaain gitu gimana perasaannya Adek?</i> Biasa aja sih, soalnya kan mereka ngomongnya juga sama bercanda.
<ul style="list-style-type: none"> • <i>Pernah nggak dari mereka semuanya, menyarankan Anda untuk menikkan atau menurunkan berat badan?</i> Iya pernah, manggilnya kan mak ya, “ayolah mak diet” ke saya sekarang, “ayo diet diet diet”, gitu. “OCD an ayo “ gitu. <i>Ketika mereka berkomentar demikian, Adek gimana? Respon Adek.ketika temen-temen bilang “ayo turunin berat badan”, Adek meresponnya gimana?</i> Ya kadang pingin ya mbak, tapi situasi lagi. Sekarang sakit lagi kan, jadi minum obat, bukan sakit anu sih tapi kalau kemarin gara-gara gigi, gigku kan apa...habis ditambal trus patah lagi jadi sakit minum obat, jadi harus...obatnya kan sesudah makan jadi otomatis makannya teratur lagi gitu. <i>Tapi dari kebanyakan mereka mendorong Adek?</i> • “haduh susah wes gak iso, minum obat”, biasa e gitu. Iya kalau yang temen-temen dekat he eh.
<ul style="list-style-type: none"> • <i>Selanjutnya, kan sekarang banyak banget beredar iklan, kalau tadi temen-temen khususnya nyaranin untuk nururnin berat badan, kan serang banyak sekali beredar iklan-iklan penurunan berat badan, gimana komentarnya Adek terkait iklan-iklan tersebut?</i> Soalnya kan biasanya itu susu kan mbak ya, saya itu alergi susu, jadi susu sama opo yo wes hasil produknya susu tu nggak bisa. Jadi otomatis emang nggak bisa juga. Trus kalau obat-obatan malah takut gitu mending olah raga gitu. Tapi biasanya kalau...ya pinginnya olah raga sih tapi apa ya...susah soalnya kan kuliahnya gini tugasnya banyak gitu jadi... dulu pernah senam, turun, ya semester 3 itu pas semester 3 itu... <i>Berarti sayur senam...</i> Sayur senam pas semester 3. Trus semseter 4 itu mau ngalanjutin lagi gak bisa soalnya bloknnya penuh gitu. • <i>Turun berapa kilo kalau boleh tau?</i> Berapa ya? Hampir...awalnya...hampir 3 lebih lah

Dalam waktu?

1 bulan...eh eh bukan 1 buan sih, kok satu bukan. Ya hampir...5 kilo kayaknya mbak turunnya itu mbak. Itu tapi waktunya berapa ya...hampir satu semester itu kan nggak pulang kan, gitu lho. Bener-bener agak..jadi bajunya itu agak lengannya itu, biasane itu aku ndek lengan kan, habis itu tu lengannya tu bener-bener enak makainya
Selain itu sebelumnya? Kalau tadi kan semester 3, sebelumnya udah pernah nyoba nurunin berat badan?

Nurunin ya? Nggak.

Berarti baru semester 3 ya dan berhasil?

Iya tapi ya itu gara-gara anemi sama apa lagi ya blok nya itu penuh jadi nggak iso.

- *Bali lagi ke iklan, jadi mereka memberikan pengaruh nggak sih ke Adek? Maksudnya misal nonton iklan di TV, mempengaruhi Adek nggak?*

Cuma...pingin sih tapi otomatis nggak iso. Duh pingin turun tapi nggak iso soalnya kan kebanyakan kan susu gitu lho tapi yo percuma juga.

Berarti belum pernah nyoba ya sebelumnya? Kalau tadi yang dari cerita cuma pernah diet sampai senam sama memperbanyak makanan sehat, itu belum pernah nyoba produk-produk iklan sejauh ini? Apa mungkin sudah pernah?

Kepingin sih tapi kok susu. Kalau yang obat-obatan itu malah takut. Itu waktu ada kan saudaranya ibu dari ibu kos itu dateng. Itu orangnya itu gendut, kalau disini mungkin 9 lebih malahan (sambil menunjuk gambar). Itu orangnya gendut banget, trus orangnya itu minum teh, teh apa ya teh teh ya golongannya gitu. Trus cuma nyoba sih tapi nggak...cuma coba minum tok tapi gak yang terus gitu, cuma sekali nggak sampai 7 kali gitu

Tapi adek pernah nyoba?

Ya pernah, cuma itu tok sama anunya itu tok, soalnya kan pahit jadi nggak suka juga.

- *Punya artis atau idola atau seseorang yang diakgumi?*

Nggak. Biasa aja semuanya.

- *Kan tentunya masyarakat sekitar Adek memiliki pandangan tertentu kan ya terkait obesitas itu sendiri. Kalau dari kacamata nya Adek, menurut Adek, gimana sih pandangan mereka tentang obesitas? Adek melihatnya gimana?*

Opo yo? Saya kan nggak..yo hampir sama...saya kan juga gitu kan jadi kalau liat orangnya itu...ya gimana ya...

Pandangan mereka itu gimana sih kepada orang gendut menurut Adek?

Biasanya tu mereka cuma bilang "ih ini suka makan deh" gitu, "ih suka makan ini". "olah raga...males olah raga ini", ya gitu gitu aja paling ya.

- *Tadi itu positif apa negatif?*

Dari segi mananya ya? Mungkin kalau kelebihan nya kelebihan gitu negatif. Tapi kalau mungkin dilihat...nggak tau kalau suka makan mungkin pikirannya apa...

Berarti maksudnya, Adek menilainya, masyarakat sekitar itu, sebagai hal yang positif atau negatif?

Kebanyakan mungkin negatif ya soalnya kan apa ya...kan kita kan juga yang lebih sedikit gitu ya dari yang biasa, mungkin negatif mungkin. Ya itu, oarang-orang mikirnya " oh suka makan lah ngemil lah, mungkin jarang olah raga"

- *Apa sih yang Adek tau tentang obesitas? Tanda-tandanya, dihubungkan sama penyakit. Tanda-tanda dulu mungkin.*

Ya otomatis. Tanda-tanda ya otomatis ya kalau saya kan ngitung BMI nya kemarin lebih ya, tapi antara lebih ke obesitas, mau obesitas makanya bingung. Kalau...trus kalau faktor resikonya banyak lah ke penyakit. Biasanya jantung kn, ke lain-lainnya juga. Kemarin itu belajarnya kardio, makanya itu juga aduh kok obese sih pingin nurunin tapi

<p>gimana juga kondisinya terhalang iya waktu...</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Ada rencana mungkin dek kedepannya?</i> Iya pingin mbak tapi ini nunggu dulu kan soalnya ini kan ada kepanitiaan yang tiap sabtu, rencananya pingin renang gitu lho, seminggu minimal sekali kan. Kalau bisa sabtu atau minggu. Tapi ini ada kegiatan setiap hari sabtu. Mungkin setelah kegiatannya selesai itu mungkin mau renang sama... ini nggak terlalu panjang, awal cuma 9 sks habis itu 9 sks ini hilang, kepanitiaan ini hilang, pinginnya senam sama renang itu sih. • <i>Motivasi terbesarnya adek pingin kurus itu kenapa sih?</i> Kalau cari baju biar enak, serius. Susah kalau cari baju. <i>Selama ini berarti mengalami kendala</i> He eh, apa kalau aku tu perutnya nggak terlalu mbak, tapi tu cari antara area sini area apa namanya area payudara dan lengan itu susah. Ya itu susah masuk lengannya. Jadi kalau nyoba baju biasanya itu nyobaa lengan dulu.
<ul style="list-style-type: none"> • <i>Selama ini mengatasi kendala kesulitan?</i> Apa ya? Biasanya caranya...kalau cari bajunya biasanya cari yang ukurannya sampai agak besar, kan ada baju merk-merk tertentu yang apa ukurannya XL tu, kan agak kecil kan, tapi yang XL tu lebih gede gitu jadi kita apa saya caranya gitu merek-merek ya itu. Jadi kan kan merek ini oh ini, nyari baju gitu.
<ul style="list-style-type: none"> • <i>Sedikit flashback, kondisi nggak memungkinkan tadi dikatakan kuliah. Mungkin ada teman yang juga berada pada kondisi yang sama kuliah juga tapi berhasil menurunkan berat badan?</i> Ada sih teman saya. Tapi dia itu nggak obese tapi kelebihan berat badan, tapi cuma sedikit tapi sekarang itu kurus. Iya tapi kuliahnya nggak disini. Kemarin itu waktu reunion itu ada, jadinya turun banget jadi kurus gitu mbak <i>Berdasarkan ceritanya, apakah dia siet atau mengonsumsi suplemen tertentu?</i> Dia memang diet tapi dia nggak bialng dietnya apa, soalnya kan kita ada challenge gitu, "yo wis ayo yo kurus-kurusan yang lebih gemuk ntraktir", "oke" gitu. Jadi emang kita berdua itu niatnya diet tapi kayaknya dia emang dietnya terus-terusan, saya kan nggak bisa. <i>Trus gimana dong waktu kemarin tau dia bisa...</i> Hua pingin...ah pingin...hua... tapi ya yowis. Beneran seriusan dia jadi kecil banget. Jadi kurus.
<ul style="list-style-type: none"> • <i>Planning ke depannya, diet dengan cara apa nih? Kalau tadi kan udah dibilang renang. Paling ya cuma itu mbak soalnya kaya diet OCD itu saya takut Berarti nyoba dari olah raga gitu?</i> He eh.
<ul style="list-style-type: none"> • <i>Tanggapan orang tua mungkin komentar mereka sikap mereka dalam menerima Ais yang sedang di kondisi tidak sedang menurunkan berat badan padahal mereka berharap, dan sedang tidak menjalani memang Aisnya, gimana?</i> Ya apa ya, kalau aku kan emang jarang pulang gitu mbak, biasane pulang tiga bulan sekali ae alhamdulillah gitu kan jadi kalau kataku paling nanti paling bapak Cuma nyindir "ya liathen to masa ibuk sama anak gendutan anak e gede an anak e" gini gini gini gitu. Tapi habis gitu ya udah, Cuma gitu tok. Jadi Cuma awal-awal tapi kalau aku wes kebiasaan di rumah yo wis. Trus apalagi kalau seumpama aku makan gitu ya makan tidur gak ngapa-ngapain lagi, akhire gini. <i>Misalnya kalau telfon nih sehari-hari gitu, pernah gak orang tua mbahas-mbahas itu?</i> Nggak. Paling nanyak udah makan apa belum, makan sama apa gitu-gitu tok. <i>Nggak yang membahas misalnya "jangan makan banyak-banyak" gitu?</i> Nggak, soale paling nggak liat ya. Kalau aku pulang ke rumah kan...

Tapi kalau liat pas pulang kerumah ...?

Pasti wes pasti kalau pulang.

Berarti kalau misalnya ais ngerasa dukungan dari keluarga itu piye? Buat nurunin berat badan. Maksudnya kan kalau aku liat disatu sisi itumereka nyuruh tapi disatu sisi ya menerima

lya, yak apa ya.

Atau mereka sudah nyuruh tapi ketika Ais nggak mau, mereka kahirnya “yo wes lah”...

lya kayak e mereka itu mendukung tapi nggak mau apa yo mbak kaya... paling tekanan yoh. Soale kan mereka tau kalau aku kuliah e gimana, habis gitu kan saya cerita capek gini, tapi ya udah mereka diem

- *Kalau tetangga-tetangga rumah, pernah nggak mereka memperhatikan dan memberikan komentar terkait bentuk tubuh Ais?*

Apa ya, jarang sih. Kan saya kalau di rumah kan di dalem rumah, sekolah dulu juga jauh. Saya paling kalau tetangga Cuma kanan kiri kalau lain-lain nggak pernah akrab. Paling yo Cuma temen-temen, kan kalau itu kumpul teman-teman Sma, paling yo “kok tambah gendut sih bulat gini sih” ya gitu-gitu.

TRANSKIP Nn. E (20 tahun Jurusan Gizi semester 5)

Merasa nomor 7

Karakter Nn. E:

- Ramah
- Murah senyum
- Terbuka

Proses wawancara dilakukan di GM lt.2 FKUB dengan suasana tenang pada sore hari.

- *Menurut Adek, bagaimana bentuk tubuh Adek yang Adek miliki saat ini?*

Jadi menurut aku, bentuk tubuhku itu ya mbak tau sendiri kan, pasti apa ya, obesitas gitu mbak, jelas obesitas, obesitas itu jelas. Trus yang kedua itu, apalagi aku itu tergolong anak yang pendek jadi ehm obesitasku itu semakin terlihat gitu lho mbak.

- *Ngerasa nyaman nggak dengan bentuk tubuh saat ini?*

Eggak. Nggak nyaman, soalnya tau sendiri kan apalagi aku itu cewek jadi kalau apa-apa fashionnya itu kurang gimana gitu lho mbak. Bermasalah

Puas nggak?

Hhmm kalau dibilang puas ya nggak puas mbak dengan bentuk tubuh sekarang ini.

- *Sejauh ini, sudah pernah mengalami tubuh saat ini?*

Hhmm kesehatan, misalnya apa nih?

Sakit tertentu mungkin atau gangguan-gangguan?

Belum cuman kalau misalnya kan aku mencoba untuk diet to sebenarnya, cuman itu itu kayaknya aku nggak bisa nggak makan itu nggak bisa sepertinya, soalnya aku itu ada masalah ama lambung.

Kalau boleh tau, masalah apa?

Nggak tau, dulu itu aku kan pernah nyoba diet kan mbak dulu waktu SMA itu. Trus habis itu aku nggak makan, seharian paling nggak makan. Habis itu cuma makan buah-buahan mungkin buahnya itu buah salah ya, itu waktu itu buahnya itu rambutan. Habis itu aku langsung diare berlebihan berapa hari itu kata dokter itu kaya ada apa ya, kaya nggak memproses gitu lho lambungnya, jadi lengket apa gimana, kayak gitu.

Selain itu?

Selain itu nggak.

- *Sejauh ini, pengaruh nggak sih bentuk tubuh Adek terhadap emosi Adek sehari-hari? Ketika kuliah, ketika bergaul dengan teman.*
Emosinya ya semacam gimana ya mbak, ya emosi apa ya, kalau bergaul sama temen-temen itu kurang PD (percaya diri) gitu lho mbak. Kalau misal mempengaruhi emosi itu gimana sih mbak?
Hm, misalnya mood-mood an, jadi suka marah, atau mungkin jadi friendly.
Enggak, cuma ya aku...
Biasa-biasa aja ya berarti?
Ya.
- *Tadi disebut apa, kurang PD ya? Kurang PD nya itu yang kayak gimana?*
Ya kalau misalnya kan kalau misalnya keluar hang out sama temen-temen gitu trus makai bajunya itu jadi semacam susah nyari bajunya gitu lho mbak, ya begitu.
- *Oke, selanjutnya saya ingin tau status gizi keluarga dan orang-orang terdekat Adek yang bisa ditunjukkan melalui gambar ini.*
Ibu = 7
Ayah = 5
Adek cowok = 6
Sauara cewek = 6
Saudara cowok = 4
Temen dekat = 5
- *Menurut Anda, dari yang Anda sebutkan tadi, ada nggak yang obesitas?*
Obesitas? Ada ada
Kenapa kira-kira mereka sampai pada kondisi obesitas? Mungkin dari keluarga dulu mungkin yang tau.
Ya keluarga. Jadi itu sebenarnya ibuku itu sebenarnya tu gimana ya, kaya aku gini mbak jadi bajunya itu bisa dipakai berdua gitu lho. Tapi, dulunya waktu remaja dulu itu kecil ceritanya, ceritanya itu kecil. Trus aku ditanyai,, “Dek kamu itu kok iso to besar, badan ne gede gini?”. Tak jawab mbak abis itu gini, “ Yo kata e dosenku itu, kalau misal keturunan e besar berarti anak e nanti keturunannya tambah besar-besar”. Trus abis itu ya gimana ya, ibuku malah bilang gini, “gak iso ngunu”, gitu mbak.
Berarti, kira-kira penyebabnya apa nih, ibu yang dulu kecil kok sampai besar?
Ya kalau tak liat sendiri kan mbak sebenarnya ibuku itu makannya nggak banyak lho mbak, makannya nggak banyak, orangnya juga kerjanya sampai sore jadi kan nggak pernah tidur siang juga jadi kan aktivitasnya di rumah itu paling sampai jam 3 gitu pulang setengah 4 gitu di rumah itu tu masih di rumah ngerjain tugas rumah juga. Aku nggak tau penyebabnya. Itu mungkin keturunan dari kakekku mungkin mbak, soalnya kakekku juga gede.
Tapi tadi ketika Adek ditanya Adek bilang “Lho ibukku lho juga besar genetik gitu”. Trus ibu “Gak iso”. Saya pingin tanya lagi seberapa besar kepercayaan Anda, maksudnya apa yang Anda tau yang tadi, kaya turun temurun gitu?
Ya kalau, selama aku kuliah ini, ada...kalau misalnya ibu..keturunan itu...kaya gitu itu nurun gitu lho mbak.
Pengaruhnya itu kira-kira besar gak?
Pengaruhnya besar. Kalau kaisalnya, apa ya, orang tua cewek itu yang ke anak cowok bukan sih? Kalau setauku gitu sih. Trus yang cewek lebih cenderung ke ayah, tapi ayahku kan nggak gendut to.
- *Apakah itu menjadi faktor terbesar dalam menyumbang, seberapa besar peran genetik dalam menyumbang?*
Sepertinya besar mbak, hampir berapa persen ya 60 % an mungkin ya.
Tapi ada faktor-faktor lain mungkin yang juga berpengaruh terhadap hal tersebut?
Hmhm, nggak ada setauku.
- *Maksudku selain faktor genetik gitu nurunnya, daritadi kab bilang “Iya aq gemuk lho gara-gara orang tuaku”. Selain faktor genetik menurut Adek yang berpengaruh terhadap rasa...sedikit gemuk yang Adek rasakan?*
Ya aku itu...apa ya...aktivitasnya mungkin kurang mbak, jadi energi yang dihasilkan itu nggak semaksimal mungkin dikeluarkan gitu lho. Jadi kalau misalnya apa ya...kan aku kuliah ini jarang

jarang olah raga. Trus kalau minggu itu juga, kan sebenarnya ada kesempatan buat olah raga, cuma kalau kaya minggu gitu itu aku males-malesan gitu, yo wes males gitu, mungkin faktornya males olah raga salah satunya. Trus habis itu kalau misalnya dulu aku juga sempet jalan kaki soalnya mbak, waktu di kulish disini semester satu dua apa jalan kaki se tiap hari soalnya aku belum dibawai motor to. Itu tu, sebenarnya berhasil sih, kalau dibilang aku kurus ada perkembangannya gemuk ke kurus itu ada sebenarnya, gitu. Cuma setelah dibawai motor ini aku gak iso ngatur waktunya buat jalan, kan harusnya satu hari itu sekitar 30 menit an kan bisa buat jalan gitu. Padahal aku dulu itu jalan kesini aja mungkin 20 menit an jadi balik-balik sehari mungkin he em lumayan. Jadi bisa dibilang ada perubahan gitu aku dulunya.

- *Dari temen-temen saudara yang tadi disebutkan, saudara-saudara sekitar 6 temen-temen 5, ada juga saudara cowok yang 4 saudara cewek 6 temen-temen 5, menurut Anda dari mereka ada yang obesitas nggak?*

Ada.

Kalau dari segi temen-temen, tadi kan dari segi ibu, kira-kira kenapa mereka kok sampai pada kondisi obesitas?

Mungkin kalau dari temen-temen itu, temenku ada sih yang obesitas. Ini yang tak maksud temenku yang disini aja ya mbak. Temenku ada yang obesitas, cuma anaknya nggak segede aku gini ya, dibawahku gitu kan. Dia lebih, cenderung lebih kecilnya daripada aku gitu lho. Tapi kalau menurutku itu dia bisa makannya, jadi dia itu bisa sehari nggak makan gitu, tak tanyain sih, pernah nanya aku. Kalau sehari itu dia bisa nggak makan atau nggak cuma makan sekali. Trus kalau yang lainnya sih mungkin kurang olah raga gitu mbak.

Tapi menurut Anda benar nggak sih. Maksudnya apakah benar hal yang dilakukan teman Anda itu tadi, sehari nggak makan?

Sebenarnya nggak bener nggak bener mbak, maksudnya kalau pagi itu kan harusnya ada energi yang masuk to buat mikir, ya kaya gitu tapi mereka malah nggak sarapan, itu kan sebenarnya nggak bener. Tapi aku sendiri itu juga seperti itu, jadi aku itu kalau pagi apalagi nge kos kalau dirumah dulu itu ya sarapan jelas ya harus, kalau misalnya ngekos ini nggak makan aku mbak pagi itu, cuma siang. Jadi siang itu makannya dimaksimalin gitu lho mbak, ya nggak sih? Kalau paginya nggak makan trus siangnya di...yo wis makan apa aja

Brasa ganti rugi?

Iyo. Itu mungkin kesalahanku.

- *Dari teman-teman, saudara, keluarga, pernah nggak mereka berkomentar tentang bentuk tubuh Anda?*

Ah banyak, banyak yang komentar (sambil tertawa), sampai aku malu.

Gimana nih, ketika mereka berkomentar bagaimana perasaan Adek?

Opo yo mbak, ya ingin ingin ingin memperbaiki sebenarnya, ya ya jelas itu mbak aku tu pingin memperbaiki bentuk tubuhku yang seperti ini. Aku tu yakin.

Kalau boleh tau, komentarnya positif apa negatif? Ada yang positif mungkin?

Negatif. Nggak ada, hampir semua mengatakan aku ini terlalu, gimana ya, ya nggak terlalu sih cuma...biasanya itu gini "Eman-eman gendut apa gini gini gini" gitu.

- *Gimana tadi perasaannya ketika mereka berkata demikian?*

Ya sebenarnya aku yakin sih sama...aku tuh bisa diet gitu cuma aku kok tak rasa-rasa itu aku kok gak berhasil gitu lho mbak rasa-rasanya, apa gara-gara aku nggak tau. Trus ya tentang komentarnya yo opo yo ya opo yo mbak... aku sebenarnya itu anaknya nggak mangkelan gitu, enggak. Cuma aku itu..yo tapi kan didalem hatiku aku itu mesti "Oh iyo yo aku itu gini gini gini, berarti aku harus gini gini gini".

Ada perasaan khusus nggak mungkin seperti marah, jengkel, sedih atau...

Enggak, aku sebenarnya kalau dikatain kayak gitu ndak marah sebenarnya.

Menerima ya, berarti terbuka?

Iya terbuka, emang kamu mau bilang apa aku keadaannya kaya gini. Tapi aku itu pingin sebenarnya kaya gitu.

- *Oke lanjut, dari mereka ada nggak yang menyarankan untuk menurunkan atau menaikkan berat badan?*

Ya ya banyak sih mbak.

Salah satu komentarnya?

Pokoknya banyak wes, “Udahlah kamu ini kamu nge gym kamu senam kamu ini kamu ini”. Cuma aku kayaknya nggak bisa nbagi waktunya antara kalau mislanya senam sama kuliah sama panitia organisasi gitu kayaknya belum bisa.

- *Selanjutnya akhir-akhir ini kan banyak banget beredar iklan-iklan penurunan berat badan, gimana komentarnya Adek terkait iklan iklan tersebut?*

Jadi aku hm disini itu sebelumnya itu pernah ditawarkan sebenarnya, trus habis itu ibuku sih setuju boleh, cuma lama-kelamaan aku itu mikir waktu waktu dosenku bilang kalau misalnya kalau masa ahli gizi minum minum suplemen kaya gitu, apa nggak bisa ngatur dietnya sendiri. Lah habis itu mikir lagi, opo yo ngunu, gitu mbak. Jadi yo aku itu menururtku itu suplemen kaya gitu itu apa ya, kaya cuma menurunkan nafsu bukan sih? Nggak tau ah.

Pernah kepengaruh nggak, apakh produk-produk iklan itu mempengaruhi Adek?

Iya berpengaruh mbak, maksudnya aku merasa pingin mencoba, pasti aku. Cuma aku mikir-mikir lagi, dulu itu ya ditawarkan sih sama...

Pernah nyoba? Itu berupa obat ya?

Pernah-pernah, nggak tau duku itu obat apa ya. Bukan bukan obat, apa itu...cuka pael. Dulu itu waktu itu orang tuaku bilang kan ada pengajian gitu lho mbak, trus habis gitu orang tuaku apa mengenai itu mungkin sedikit promosi ya, dia itu dari malang asli malang yang ngasih ceramah itu. Trus akhir-akhirnya dia itu bilang produk ini lho bisa menurunkan berat badan sampai sekian kilonya gitu. Aku kan juga pingin to. Tapi setiam malam itu harus minum cuma aku nggak rutin minumannya, gitu.

Pernah nyoba berarti ya?

Iya.

- *Apakah sebelumnya pernah mencoba menurunkan berat badan Adek?*

Iya pernah, mencoba menurunkan ya pernah, cuma kan aku...

Berhasil? Ya yang sama cuka apel itu?

Eggak tapi nggak selang berapa waktu sih mbak nggak selang lama. Eggak nggak turun yang sama cuka apel itu, apa ,mungkin aku nggak rutin apa aku nggak tau tapi testimoni disitu itu menyebutkan bahwa dia bisa menurunkan berat badan. Lalu mungkin aku tu merasa aku tu kurusnya mungkin aku merasa waktu diet itu merasa pas jalan kaki tadi itu. Mungkin olah raga yang teratur itu merasa dietku itu itu.

Tapi waktu jalan kaki itu emang diniati diet? Apa memang karena kondisi?

Eggak, ya emang kondisinya mendesak seperti itu ya saya harus gimana mbak.

Selain itu, pernah mencoba menurunkan berat badan?

Pernah, barapa...paling 2 bulan nggak sampai. Udah kulaih sih ya udah habis pokoknya aku udah naik motor sih, udah pernah cuma... malem itu aku makan buah pagi juga makan buah siangya tok yang makan nasi. cuma kan aku nggak...opo yo...maksud e buahnya itu males gitu lho mbak. Kalau misalnya buahnya udah nyimpen-nyimpen itu nggak suka aku gitu. Tapi ya...

Akhirnya cut berarti?

Cut.

Itu berhasil kalau boleh tau? Apakah program itu memberikan dampak penurunan berat badan?

Eh, turunnya itu paling, kalau aku liat itu nggak seberapa turun kaya dulu ya. Kan itu juga nggak tak imbangi sama olah raga juga, jadi mungkin turunnya sekilo sua kilo aja udah mbaliknya itu cepet gitu lho soalnya makannya ya wes yaopo gitu.

- *Selanjutnya, punya artis idola?*

Nggak sih.

- *Oke. Dari kaca mata Adek, menurut pandangan Adek, gimana sihpandangan masyarakat lingkungan sekitar Adek dalam memandang obesitas itu sendiri?*

Kalau, kan aku berada di fakultas seperti ini ya mbak jelasnya orang-orang disekitarku itu bilang kalau obesitas itu...ya merugikan sangat sangat merugikan, soalnya obesitas itu banyak timbul penyakit yang ada dan dari onesitas itu sampai timbul penyakit komplikasi dan lain sebagainya.

Jadi pandangan mereka, menurut Adek, ke arah positif atau negatif?

Negatif.

Dari pandangan Adek, mereka berpendapat seperti itu tu bener apa nggak sih?

<p>Bener, cuma aku sebagai orang obesitas ya bener, cuma aku kalau mau diet itu belum bisa padahal aku tau kan kalau obesitas itu nantinya akan timbul penyakit seperti ini ini ini. <i>Karena mungkin kesibukan kali ya. Banyak hal yang memang tidak memungkinkan...</i> Tidak memungkinkan untuk diet.</p>
<ul style="list-style-type: none"> • <i>Oke selanjutnya, apa aja yang Adek ketahui tentang obesitas? Tanda mungkin gejala.</i> Tanda-tandanya itu, tanda physically ya, tanda physiccally nya itu ya kan gak enak dipandang kan mbak kalau obesitas mesti kan badannya itu terlalu apa ya, pokoknya nggak enak dilihat. Dari fisiknya. Kalau dari segi kesehatannya orang obesitas itu kan sebenarnya kan bisa dibilang orang itu nggak sehat kan soalnya ya nanti itu, banyak timbul apa...cepat timbul penyakitnya, maksudnya udah muda udah kena penyakit apa ini. <i>Tanda secara pasti? Kalau nggak enak dipandang kan relatif dari satu orang ke orang lain.</i> Oh iya, jadi berat badan sama lingk pinggang sama lingk lengan. <i>Adek tau mungkin cut off nya?</i> Lupa.
<ul style="list-style-type: none"> • <i>Jadi kalau boleh saya simpulkan Adek ini ingin ya? Ingin untuk menurunkan berat badan.</i> Iya.
<ul style="list-style-type: none"> • <i>Menurut Adek, definidi diet itu apa sih?</i> Diet itu mengatur pola makan.
<ul style="list-style-type: none"> • <i>Kalau sama temen sebaya, biasanya kegiatannya ngapain aja?</i> Kalau aku sih sukanya makan, makan-makan gitu mbak, aku kan dasarnya anaknya suka kuliner kan, jadi kalau diajak makan itu seneng gitu lho <i>Seberapa sering biasanya?</i> Kalau frekuensinya sih 1 minggu 2 sampai 3 kali lah <i>Pernah nolak aau bilang nggak bisa gitu nggak sih?</i> Iya pernah pernah. Aku tuh pinginnya berusaha nolak tapi ya gimana... godaan sih <i>Jadi selama ini, kalau misalnya sudah makan, trus diajak makan, itu piye?</i> Kalau udah makan dan diajak makan ya...ya mau. Ikut tapi enggak makan. <i>Minumnya kalau boleh tau apa?</i> Minumnya apa ya? Yakalau misalnya di Abing itu (;nama warung makan) minumnya teh tarik, tapi nggak makan kalau udah makan. <i>Kalau dapet ajakan (;ajakan makan), apakah tetap ikut?</i> Iya <i>Kalau nolak gitu, pernah atau nggak? Gimana perasaannya?</i> Pernah, tapi nggak enak e. Kalau makan-makan itu kan mesti sama ngobrol-ngobrol, seneng. Jadi ya berusaha ikut.
<ul style="list-style-type: none"> • <i>Seberapa besar teman sebaya ini mempengaruhi kamu? kayak pemikiran kayak.....</i> Aduh.... itu pengaruhnya banyak e, 75% lah. Dan aku itu anaknya mudah terpengaruh.
<ul style="list-style-type: none"> • <i>Kalau aktivitas lain mungkin (; yang biasanya dilakukan bersama teman-teman/sahabat)?</i> Biasanya apa ya, mengerjakan log book bareng, trus apa ya, kalau ada skill lab ya bikin video <i>Kalau kayak olah raga gitu?</i> Kalau olah raga itu ya senam itu, jadi itu aku itu biasanya itu diajakin senam gitu sama temen-temen. Aku ikut juga. Aku sama, ada berapa orang ya yang ikut.. hm, 6 orang-an senam itu.

TRANSKIP Nn. F (22 tahun Jurusan Dokter semester 5)

Merasa nomor 6

Karakter Nn. F:

- Ramah
- Lugas

Proses wawancara dilakukan di GM Lt.1 FKUB dengan suasana tenang pada sore hari.

<ul style="list-style-type: none"> • <i>Jadi sekarang ini, menurut Favi, bentuk tubuh Favi gimana? Dari segi kenyamanan, kepuasan.</i> Ee kalau untuk kenyamanan sih nggak terlalu nyaman karena pertama kayak nyari

bajunya susah. Trus yang kedua gampang capek, gampang yang pingin tidur gitu. Secara globalnya sih nggak, kalau dibilang puas sih nggak terlalu puas tapi kalau dibilang nggak puas ya namanya udah dapet segini ya segini aja sih. Kalau bisa, mau diturunin ya...apa ya...prosesnya juga agak lama gitu lho.

Cara mengatasi ketidaknyamanan itu bagaimana nih selama ini? Tadi kan merasa nggak nyaman dalam milih baju.

Ya paling...apa ya...buat nyaman kalau dalam memilih baju ya kadang ee misalnya kalau baju-baju wanita seperti biasa kan pada kecil gitu ya, ya cari yang kaya bahan kaos gitu-gitu. Trus kalau itu ee meminimalkan rasa kurang nyaman tu kayak makai yang jangan terlalu cerah, jadi yang tidak terfokus orang-orang ngelihat ke kitanya, gitu.

- *Gimana cara Favi membangun rasa percaya diri dalam pergaulan sehari-hari mungkin dengan teman dan keluarga, terutama dengan lingkungan sekitar Favi?*

Membangun maksudnya?

Membangun percaya diri, maksudnya tentunya kita kan beraktivitas tu bertemu gitu lho dengan orang lain, cara membangun rasa percaya diri Favi dalam beraktivitas dengan mereka bagaimana?

Ya seperti biasa sih, maksudnya ya nggak ada kendala ngeliat "oh aku gendut" ya aku nggak...pa ya...kalau jalan sama dia aku nggak cocok nggak, tetep aka kita membaur gitu satu sama lain.

- *Pengaruh nggak sih bentuk tubuhnya Favi terhadap emosinya Favi sehari-hari? Tau biasa-biasa aja, nggak ada ...*

Biasa-biasa aja. Nggak ada efek, nggak ada.

- *Sejauh ini sampai sekarang, pernah nggak mengalami masalah kesehatan tertentu mungkin?*

Oh pernah kaya apa lari-lari itu kadang agak capek, trus kaya jantungnya tu kenceng banget, trus kadang ini, panggangnya sakit gitu.

Sejauh ini ngatasinnya gimana kaya sakit pinggang?

Kalau sakit pinggang sih kayak minumnya teratur, minumnya banyak soalnya takutnya ke ginjal juga kan ya. Trus kalau untuk yang apa lari itu kecapekan ya sebisa mungkin sehari tu minimal 30 menit lah kaya lari-lari kecil ditempat gitu, jadi biar nggak, kan sehari-hari kuliah juga naik tangga berapa tingkat gitu juga.

Berarti sudah pernah belum mengkonsumsi obat untk mengatasi masalah-masalah tersebut, atau mungkin hanya dari seperti tadi kayak minum?

Cuma itu doang kok, belum pernah obat-obatan.

- *Saya pingin tau status gizi orang-orang terdekat Favi yang bisa ditunjukkan melalui gambar ini*

Ayah = 4

Ibu = 4 bisa juga 3

Kakak cowok = 8

Saudara = 6

Teman = 4

- *Tadi dikatakan ada ayah, ibu, kakak, saudara, teman. Dari mereka menurut Favi ada nggak yang berstatus obesitas?*

Ada kakak.

Kenapa?

Soalnya apa ya, ya diliat dari apa ya physically sudah terbilang obese, trus kadang ya sering makan malem gitu, jadi dia lebih kelaperan di malam hari, kliatan juga sih obesenya dari situ

Selain dari asupan, selain itu mungkin? Aktivitas?

<p>Ee aktivitasnya mudah ngantuk juga trus gampang capek nggak bisa capek, gitu. <i>Kalau dari saudara, teman</i> Nggak ada.</p>
<ul style="list-style-type: none"> • <i>Ada nggak sih, mungkin dari temen-temen kuliah juga, pernah nggak mereka berkomentar tentang bentuk tubuhnya Favi?</i> Pernah. <i>Kalau boleh tau komentarnya berupa hal positif atau negatif terkait bentuk tubuh Favi?</i> Ada yang positif ada yang negatif. Mungkin kalau negatifnya kaya “bisa dikurangin dikit lagi kayaknya itu udah bagus badan”. Ada juga yang “udah segitu aja jangan dinakin lagi”, gitu <i>Ketika mereka berkomentar demikian, bagaimana tanggapan Favi?</i> Ya paling ya ada satu saat nanti saat untuk kurus, cuma mungkin nggak apa nggak secepat itu ngurusin badan tapi perlahan-lahan bisa. <i>Berarti fine-fine aja ya ketika menerima komentar kayak gitu?</i> Fine-fine aja, kadang sih kaya “oh beneran ya gemuk” gitu sih. Ya paling cuma apa dari makanannya ya mengurangi minyak-minyakan, gitu aja sih. <i>Ketika mereka berkomentar demikian, ada perasaan tertentu nggak sih?</i> Ya perasaan kaya sedih juga sih kaya kok punya badan yang segini sedangkan yang lain punya badan yang kurus, paling gitu doang sih.
<ul style="list-style-type: none"> • <i>Selama ini, ada nggak yang menyarankan untuk menaikkan atau menurunkan berat badan? Kalau tadi menurunkan mungkin sudah disebutin temennya, menaikkan mungkin?</i> Nggak ada. Menurunkan sih rata-rata. Ama jaga tetep segini aja.
<ul style="list-style-type: none"> • <i>Ketika teman bilang “turunin dong berat badannya, saya pingin tanya sebelumnya udah pernah belum mencoba menurunkan berat badan?”</i> Sudah cuma ya kaya mengkonsumsi doang sih, ngonsumsi obat-obatan gitu. Bukannya nggak berhasil sih, berhasil cuma apa ya ehm nggak bertahan lama juga paling cuma turun itu 2 kilo 4 kilo paling banyak 5 kilo. Habis gitu kaya kok drastis lagi naik lagi, gitu. Kadang naik turun naik turun kalau untuk ini.
<ul style="list-style-type: none"> • <i>Kalau boleh tau, kan tadi bilang menkonsumsi obat, itu dapat informasinya dari mana.</i> Banyak sih dari temen, kalau iklan sih nggak, rata-rata dari temen dan keluarga. Jadi ada yang, “ini lho cobain obat ini”, gitu.
<ul style="list-style-type: none"> • <i>Menurut Favi efektif nggak sih? Berdasarkan pengalaman tentunya.</i> Sebenarnya sih efektif cuma karena akunya yang...apa...bandel kali ya, kan harus diminum teratur nggak boleh makan ini nggak boleh makan itu makannya jam berapa bolehnya jam berapa nggak bolehnya jam berapa. Cuma kaya aku yang masih bandel, yang harusnya jam 6 nggak boleh makan akunya masih tetep makan disuruh nggak ngemil tetep ngemil.
<ul style="list-style-type: none"> • <i>Selain itu, apa Favi udah pernah nyoba menurunkan berat badan dengan cara yang lain.</i> Paling olah raga. <i>Turun? Berhasil?</i> Turun ya paling 2 kilo naik lagi gitu jadi kaya drastis.
<ul style="list-style-type: none"> • <i>Selanjutnya, sekarang ini kan banyak banget iklan-iklan penurunan berat badan, itu menurut Favi gimana? Ketika Favi kayak gitu, memberikan pengaruh nggak sih?</i> Sebenarnya kepengaruh, pingin banget ngonsumsi itu kayak obat kayak minum apa gitu pengaruh. Cuma kayak apa ya, sama aja gitu lho dari diri sendiri belum niat untuk kurus ya belum kurus. <i>Berarti sejauh ini kepengaruh, menimbulkan rasa ingin, tapi...</i> Kepingin tapi belum dilaksanakan. <i>Belum pernah nyoba?</i>

<p>Kalau nyoba sudah, cuma udah langsung berhenti, ya udah lah kaya olah raga biasa sama makannya diatur gitu.</p>
<ul style="list-style-type: none"> <p><i>Faktor terpenting dalam menurunkan berat badan itu apa sih? Aku dengernya udah banyak pengalaman nih, dari olah raga udah nyoba produk.</i></p> <p>Faktor terpenting niatnya, trus yang kedua apa ya...peraturannya itu bener-bener dilakukan gitu lho kayak nggak boleh ngemil ya jangan ngemil. Trus jangan es gitu, banyak minum air putih jangan minum manis-manis. Trus jangan makan malem, kayak gitu.</p> <p><i>Niat ya?</i></p> <p>Iya niat.</p>
<ul style="list-style-type: none"> <p><i>Untuk kedepannya, apakah Favi udah punya rencana untuk menurunkan berat badan?</i></p> <p>Kalau untuk rencana sih pasti ada, cuma kayak belum tau kapan di ini in, kapan dipulikasiin aja sih.</p> <p><i>Sejauh ini kendala terbesarnya apa nih?</i></p> <p>Ya kayak liat makanan tu enak banget jadi kayak kepingin beli itu. Trus karena apa...stress...pelarian ke makanan.</p>
<ul style="list-style-type: none"> <p><i>Punya idola atau seseorang yang diidolakan?</i></p> <p>Kalau idola ya ada sih.</p> <p><i>Kalau boleh tau siapa?</i></p> <p>Agnes Monica.</p> <p><i>Ngefek nggak terhadap lifestyle sehari-hari ?</i></p> <p>Belum belum ngefek</p> <p><i>Berarti ngefans nya sejauh apa nih?</i></p> <p>Ya mungkin kaya, sebenarnya sih badannya bagus, kok kaya ngeliat apa lincah banget dalam ini. Trus kaya nggak gampang capek, jadi bikin semangat aja.</p> <p><i>Memberikan spirit aktivitas gitu?</i></p> <p>Ya.</p>
<ul style="list-style-type: none"> <p><i>Oke selanjutnya. Kalau dari kacamata nya Favi, menurut pandangan Favi, gimana sih masyarakat itu menilai tentang obesitas itu sendiri?</i></p> <p>Kadang menilainya kayak apa ya, obese itu kayak suatu bener-bener, bukan penyakit sih, kayak suatu kendala yang besar dalam dirinya masing-masing kayak “duh terlalu gendut nih pingin dikurusin”. Kadang-kadang udah dikurusin juga “ih masih gendut”, gitu. Jadi kayak suatu yang mengerikan sih diliatnya.</p> <p><i>Kalau pandangan Favi, ngeliat masyarakat memperlakukan orang obese, pandangan masyarakat meliat orang obese itu gimana?</i></p> <p>Kadang ya kasihan juga, pernah ngeliat sih ada temen yang obese trus kayak apa ya “ih jangan deket-deket sama itu” apa “ih kok duduk deket sama kamu kok sempit sih”, kayak gitu. Kayak kasihan gitu lho, pasti ya sama aja lah badan dia segitu juga maksudnya jangan terlalu dijauhin juga.</p> <p><i>Berarti kalau dari pandangan Favi masyarakat cenderung memperlakukan mereka negatif ya?</i></p> <p>Iya he eh, kadang-kadang negatif.</p>
<ul style="list-style-type: none"> <p><i>Menurut Favi, obesitas itu gimana sih? Tanda-tandanya mungkin, klasifikasinya, atau dihubungkan dengan kesehatan.</i></p> <p>Oh kalau setauku obese ya ini, badannya berlebih, trus mungkin dari lifestyle nya juga dari makanannya juga yang apa-apa tu banyak mengkonsumsi yang berlemak-lemak gitu, sama ini penyakit. Karena obese itu banyak banget penyakit di dalemnya, ya kita juga gak tau sih itu timbul dari obese apa nggak, ya tapi dari yang aku liat dari orang-orang sekitar tu dari pertama obese bisa jadi ke sesak nafas, dari obese ke jantung ke</p>

pembuluh darah

Kalau hubungannya obese sama resiko penyakit?

Ya itu kaya sesak nafas trus bisa juga stroke bisa trus sama apa ya setauku sih itu, ginjal juga bisa sih.

Berarti lebih ngarah ke komoplikasi gitu?.

Iya sih komplikasi.

TRANSKRIP Tn. R (20 tahun Jurusan Dokter semester 7)

Merasa nomor 8

Karakter Tn. R:

- Ramah
- Terbuka
- Sopan

Proses wawancara dilakukan di GM Lt.1 FKUB pada siang hari di sela-sela jam istirahat dan di lobi paviliun RSSA.

- *Pertama saya pingin tanya pendapat Anda tentang bentuk tubuh Anda sekarang ini.*
He em, pendapat apa? Bentuk tubuh saya? Ya secara relatif saya bisa liar dari kaca sendiri bahwa saya ini orangnya gemuk dan memang tidak proporsional, tetapi saya sih baik-baik saja. Tetapi terkadang kalau melakukan aktivitas suka berat suka mudah capek, ya kayak gitu.
Tapi so far so good ya?
Ya
- *Puas nggak dengan bentuk tubuh yang sekarang ini?*
Kadang pingin sih untuk kurus, puas. Eehh bisa dibilang nggak puas lah, bisa dibilang puas bisa dibilang nggak puas, saya ketika bilang puas ketika saya masih punya berat badan yang utuh. Kalau nggak puas kadang nggak puas itu karena dikit-dikit saya melakukan hal misalnya kaya jalan kaya lari, itu lebih mudah capek, kadang saya merasa nggak puas.
Terkait bentuk tubuh nggak puas tadi, berarti keinginan kedepannya gimana?
Kalau keinginan masih belum ada terus terang. Jadi keinginan untuk kurus itu masih belum ada. Tapi eehh sudah mulai dipikirkan tapi nggak tau entah kapan untuk merealisasikannya.
Kalau boleh tau alasan nggak pinginnya itu apa?
Alasan nggak pingin karena memang susah untuk melakukan program diet itu masih...ada memang produk tertentu produk yang menawarkan yang eehh sekarang lebih lebih heboh dibicarakan itu memang menawarkan diet yang mudah. Tapi saya nggak percaya karena memang saya takut dengan bahan-bahan kayak gitu. Dan kalau alternatifnya olah raga nggak punya waktu mau diet makan juga nggak tau caranya mengatur makanannya, itu.
- *Selanjutnya saya tau status gizi orang terdekat dan keluarga Anda melalui gambar ini.*
Ayah = 7
Ibu = 4
Adik cewek = 5
Saudara cowok = 2
Saudara cewek = 4
Teman dekat cowok = 2
Teman dekat cewek = 3
- *Selanjutnya, pernah nggak ngalamin masalah kesehatan selama ini terkait bentuk tubuh yang sekarang ini?*
Oh iya pernah. Sering pusing, akhir-akhir ini lebih sering pusing trus..
Kalau menurut Anda pusingnya karena apa nih? Maksudnya barangkali ada sebab lain?
Eehh kalau saya merasa pusing itu kalau mungkin dikala saya makan daging agak sedikit banyak, itu pusing.
Selain daging mungkin, apa hanya daging saja?

<p>Sama melinjo. <i>Belinjo? Keripik itu ya?</i> He em (sambil mengangguk). Iya. Dan semua olahannya. <i>Berarti selama ini, kan kita tahu daging agak kebutuhan sehari-hari, trus berarti sering ngerasa pusingnya tiap hari dong? Atau...</i> He em iya bener. Oh ndak, saya makannya hanya sedikit saja daging sapi (sambil memberi tanda sedikit dengan menggunakan tangan) sedikit saja. Mulai itu, karena daging itu bisa membikin pusing makannya hanya sedikit saja hanya satu iris saja nggak banyak-banyak.</p>
<ul style="list-style-type: none"> • <i>Bagaimana caranya resdi selama ini mengatasi tentang problem...</i> Pusing, pusing saya hanya minum obat. Tapi kalau saya nggak kemana-mana saya di rumah pusing gitu ya, saya nggak minum obat karena efek sampingnya memang bahaya, gitu. Jadi saya nggak sering-sering. Kalau bener-bener pusingnya itu dikala kaya bener-bener nggak bisa <i>Berarti yang kondisi ekstrem ya baru minum obat? Kalau selama itu nggak?</i> melakukan apa-apapun. Karena saya pernah pusing sampai nggak bisa ngapa-ngapai.n Iya bener. Nggak. <i>Kalau misalnya pas kuliah pusing gitu?</i> Eehh saya tahan. Tapi kalau sudah, sampai nggak bisa saya nggak bisa mikir nggak bisa ngapa-ngapain gitu, saya baru minum obat.
<ul style="list-style-type: none"> • <i>Selanjutnya, gimana cara Anda membangun rasa percaya diri Anda selama ini?</i> Rasa percaya diri? Dengar lagu. Simple, hehehehe (tertawa).
<ul style="list-style-type: none"> • <i>Pengaruh nggak sih bentuk tubuh Anda yang sekarang ini terhadap emosi Anda sehari-hari? Pengaruhnya gimana?</i> Emosi? Ya pengaruh. Saya jadi lebih kalem, dan saya hmhm lebih mensyukuri lah, itu. <i>Lebih mensyukuri, maksudnya gimana nih?</i> Mensyukuri, saya masih punya masih punya badan yang sehat dan masih bisa beraktivitas.
<ul style="list-style-type: none"> • <i>Saya pingin tanya tentang orang-orang terdekatnya Resdi seperti ayah, ibu, kakak, adek, saudara-saudara kalau ada terkait dengan</i> Ayah = 7 Ibu = 4 Adik cowek = 5 Saudara cowok = 2 Saudara cewek = 4 Temen deket cowok = 2 Temen deket cewek = 3
<ul style="list-style-type: none"> • <i>Pernah nggak mereka, mungkin terkait keluarga dulu deh, berkomentar tentang bentuk tubuh Resdi? Gimana komentarnya?</i> Oh iya. Kalau komentar memang banyak yang negatif juga nggak...apanamanya nggak ngak seneng badan saya, tapi ada yang seneng ada yang nggak, gitu lah. • <i>Bagaimana sikap Resdi menanggapi komentar mereka?</i> Awanya saya berkecil hati. Ketika dulu masih...saya sudah gemuk sejak umur 5 tahun...tapi memang saya banyak dikulcilkan banyak orang mulai dari SD, SMP, bahkan SMA, bahkan sampai sekarang pun tapi saya nggak mikir itu. Jadi saya lebih cuek aja. • <i>Trus sama juga apa komentar dari temen-temen mungkin?</i> Dari temen-temen...temen-temen lebih nggak banyak komentar sih, karena mungkin sudah sama-sama ngerti apa yang harus diomongkan apa yang nggak harus diomongkan gitu.
<ul style="list-style-type: none"> • <i>Ada nggak pihak-pihak yang mendukung, dalam artian membangun rasa percaya diri...</i> Ada, sebernernya ada. Saya punya...biasa aja gitu.
<ul style="list-style-type: none"> • <i>Selanjutnya pernah nggak mereka menyarankan resdi untuk menurunkan berat badan?</i> Ada. Tambahan (malahan) teman dari SD, itu sangat mendukung sekali. <i>Dukungannya berupa apa nih?</i> Eehh pernah sampai ngajak saya ke tempat olah raga tapi saya menolaknya hehehehe (tertawa) dengan alasan saya malu, yah itu aja. Fitri (salah satu teman informan) pun pernah hehehehe (tertawa). <i>Lho malunya malu gimana, tadi katanya percaya diri?</i>



<p>lya, percaya diri, tapi karena beberapa tempat saya nggak merasa percaya diri. Nyaman? He eh, nggak semua tempat saya merasa nyaman.</p>
<ul style="list-style-type: none"> <p><i>Oke-oke. Selanjutnya, pasti pernah melihat iklan-iklan penurunan berat badan? Gimana itu pendapatnya Resdi tentang iklan-iklan tersebut?</i> He em. Eh iklan yang sedang heboh ya? Iklan yang sedang heboh memang menggiurkan, hasilnya memang..ada bener-bener yang dari yang jual prosuk itu adalah keluarganya sendiri dan mereka memang sudah terbukti menurunkan berat badannya semisal 10 kg, 20 kg, itu memang menggiurkan, tapi saya setelah saya teliti produk-produk itu kayaknya kok, apa ya, ekstrem gitu lho, maksudnya ehhh mungkin saya nggak tau pasti perhitungan nutrisi dalam suplemen itu jadi saya tetep belum percaya 100%. Jadi antara bimbang atau mau beli. <i>Kepengaruh nggak? Pernah kepengaruh nggak atau nyoba beli atau...</i> Maksudnya? Ehhh pernah. Tapi eh pernah tapi bukan produk yang maksudnya bukan produk yang menguruskan badan tapi produk yang membikin pencernaan saya lebih lebih lancar. Itu aja. <i>Berarti nggak tujuan diet ya? Menyehatkan?</i> Bukan tujuan diet. Menyehatkan.</p>
<ul style="list-style-type: none"> <p><i>Boleh tau nggak, punya artis idola? Kalau boleh tau siapa?</i> Punya. Siti Nurhaliza. <i>Ngefek nggak dalam kehidupan sehari-hari?</i> Kalau gaya hidup sih nggak, lebih ke memberi semangat aja sama kalau yang lagi sekarang lebih ke Anggun (Aggun C. Sasmi) ya. Lebih memberi semangat lah dua orang itu. <i>Dua orang? Siti Nurhaliza sama?</i> Sama Anggun. <i>Suaranya ya penyanyi dua-duanya?</i> Iya.</p>
<ul style="list-style-type: none"> <p><i>Selanjutnya saya pingin tanya pendapatnya Resdi terkait masyarakat. Gimana menurut Anda pandangan masyarakat itu terhadap obesitas itu sendiri?</i> Ehhh yang saya alami sendiri ehhh ini saya alami sendiri ketika saya berjalan di masjid belakang rumah seorang anak kecil itu kaya melihat suatu yang aneh terhadap orang-orang seperti saya, jadi mereka menganggap kaya hal-hal yang lucu, hal-hal yang lucu terhadap orang obesitas <i>Lucu itu ngarah ke positif apa ke yang negatif?</i> Lucu yang negatif, kaya lucu yang mengejek itu. <i>Itu pandangan anak kecil. Mungkin dari masyarakat umum?</i> Kalau masyarakat, saya rasa ada yang bilang lucu ada yang bilang sehat ada yang bilang ya mungkin sudah berpengetahuan lebih mereka memandangi itu hal yang tidak sehat.</p>
<ul style="list-style-type: none"> <p><i>Oke. Selanjutnya saya pingin tanya tentang obesitas itu sendiri. Kalau menurut Anda obesitas itu yang bagaimana sih?</i> Kalau bagi saya, obesitas itu, yang saya tau sih obesitas memang kelebihan berat badan, dan juga eh pada orang laki-laki lebih cenderung ke perut ya daripada ke paha hehehehe (tertawa). Jadi kalau orang laki orang gemuk itu diukur dari besarnya perutnya hehehehe (tertawa) itu aja yang saya. <i>Tanda-tandanya mungkin atau cut offnya?</i> Tanda-tandanya mungkin lebih dari 90 atau apa hehehe saya lupa. Lingkar perutnya. <i>Selain dari lingkar perut?</i> Lingkar...apalgi ya? Itu aja sih. Saya juga nggak terlalu paham. <i>Dihubungkan dengan kesehatan, kaitannya obesitas dengan kesehatan seseorang? Resiko penyakit?</i> Kalau dihubungkan dengan obesitas, yang pertama jelas yang saya tau itu di sindroma, sindroma metabolik. Resiko penyakit diabetes, dan komplikasi yang lain, stroke, PJK, dll.</p>
<ul style="list-style-type: none"> <p><i>Selanjutnya ini mau tanya, tadi Resdi mengatakan sudah pernah mengkonsumsi produk untuk melancarkan sistem pencernaan. Sebelumnya udah pernah belum mencoba menurunkan berat badan?</i> Sebelumnya belum. Belum. <i>Belum sama sekali ya sejak umur 5 tahun itu?</i></p>

<p>Belum pernah <i>Memang tidak ingin atau...</i> Tidak ingin. <i>Tidak termotivasi juga ya?</i> Tidak termotivasi juga. <i>Karena mungkin masih merasa nyaman ya?</i> Oh iya.</p>
<ul style="list-style-type: none"> • <i>Tapi terkait keluhan tadi seperti pusing ...</i> He em, dan kaki saya mungkin agak sakit kalau dibuat jalan apa...pada dengkul. • <i>Kalau tadi saya boleh mengulang, agak membayangkan beratnya prosesnya, tapi ada rencana belum? Sejauh ini belum ada?</i> Belum. Belum ada.
<ul style="list-style-type: none"> • <i>Kan kemarin dikatakan kalau lagi gak pingin menurunkan berat badan</i> He em <i>Pingin tanya nih, khususnya di keluarga gimana, kan kemarin sempet nunjukin gambar terkait bentuk tubuh, dari gambar kemarin kan akalu boleh saya simpulkan sebagian besar memang berada pada kondisi kelebihan berat badan, kalau rezdy di keluarga gimana nih tanggapan keluarga terkahit bentuk tubuh khususnya?</i> Sebenarnya sudah lama, kaya mama, papa memang sudah menganjurkan untuk, apa namanya, menguruskan berat badan saya. Tapi ya itu, saya masih tetep pada pendirian tidak menurunkan berat badan. <i>Nyuruhnya gimana nih, nyuruh secara langsung atau dengan menyediakan fasilitas atau bagaimana?</i> Nyuruhnya secara langsung dan sebenarnya fasilitas dirumah juga sudah ada seperti sepeda statis, alat fitnes sederhana, trus ya gitu itu. Intinya di rumah ada fasilitas oleh raga. <i>Itu sudah disediakan ya?</i> He em. <i>Tapi karena rezdy nya belum ...</i> Disamping belum ada keinginan juga kesibukan, sibuk banget, pagi sampai malem, dan ... ya itu gak ada waktu juga.
<ul style="list-style-type: none"> • <i>Terkait eehh, dulu resdi pernah cerita kalau ada gangguan, misalnya pas makan daging kebanyakan, itu gimana menurut resdi? Hal tersebut dihubungkan dengan orientasi kesehatan ke depan gimana?</i> He em. Orientasi ke depan ... sebenarnya saya cukup takut, cukup takut dengan kedepannya saya gimana. Sebernernya sih, concern of, eehh menaruh perhatian pada kesehatan saya. Tapi terkadang saya juga gak peduli tentang itu. Kadang saya concern dengan kesehatan saya, kadang juga enggak, kedepannya saya nggak tau bakal seperti apa. <i>Concern nya dalam bentuk apa nih?</i> Concern nya mikir aku, hanya sekedar mikir aja. Karena saya nggak mikir terlalu banyak ke kesehatan saya karena banyak yang lebih harus saya pikirkan. <i>Nggak pedulinya kenapa nih resdi?</i> Nggak pedulinya karena, saya belum tau cara yang pas, belum tahu cara yang efektif pas dan tidak memakan waktu, intinya itu. Jadi karena kan, saya nggak peduli untuk menurunkan berat badan karena kan sebelumnya saya itu punya, apa ya, yo gak kepikiran karena akibat kita, aku tuh nggak tau harus gimana. Saya nggak tahu untuk melakukan diet yang pas itu seperti apa. Akhirnya nggak peduli. <i>Berarti belum pernah nyoba juga ya?</i> Belum <i>Jadi kalau boleh saya simpulkan belum gitu ya, maksudnya bingung harus memulai dari mana, dengan metode apa.</i> Ya.
<ul style="list-style-type: none"> • <i>Kalau menurut resdi nih, terkait dengan orientasi, kedepannya katanya masih belum tau gitu, kita bicara dorongan untuk menurunkan berat badan, harapannya gimana nih?</i> Maksudnya? <i>Tadi kan, kira-kira hal apa nih yang menyebabkan resdi kedepannya bakal memutuskan untuk menurunkan berat badan?</i> Untuk hal yang paling ... sebenarnya saya sudah memikirkan hal itu, kedepannya pasti eeee ... saya akan menderit penyakit A, B, C, D. Ya itu, atas dasar itu saya, karena saya tau akan menderit A, B, C, D, jadi saya mulai memikirkan memang kedepannya. Tapi eeee dengan adanya



<p>kesibukan, nggak pernah mikirin tentang itu mulu, pikiran itu kadang-kadang tersingkirkan.</p> <ul style="list-style-type: none"> <p><i>Kalau boleh tau ni resdi, kan memang mahasiswa kedokteran sibuk ya, habis ini koas setelah itu nanti ee atau apapun kesibukan yang lain. Kalau misal sekarang sibuk, kedepannya juga nakal lebih sibuk, trus kapan?</i></p> <p>Ya itu bener, karena kita nggak tau kan kedepannya seperti apa. Tapi walaupun saya sendiri eeee nggak mau tau ya nggak mau tau, tapi juga pingin menguruskan diri itu saya bingung gitu lho mulai dari mana, bingung, kaya gitu. Intinya saya bingung mau ngapain <i>Karena ada banyak pikiran lain yang lebih ...</i> He eh he em apa ya, menekan pikiran. Jadi akhirnya itu, nggak terpikirkan untuk diet.</p>
<ul style="list-style-type: none"> <p><i>Terkait pandangan masyarakat nih resdi, kalau menurut resdi seberapa penting sih penampilan diakaitkan dengan bentuk tubuh terhadap pembawaan seseorang seseorang di sehari-hari? Maksudnya?</i></p> <p><i>Maksudnya hmhm penampilan. Kalau misalnya ketemu orang asing nih, ketemu sama kita gitu, mereka menialai dari penampilan kita itu seberapa penting?</i></p> <p>Hmhm, seberapa penting ya, itu menurut pengalaman saya apa pengalaman orang lain? <i>Nggak, pengalamannya resdi.</i></p> <p>Penampilan saya atau penampilan orang lain? <i>Penampilan resdi.</i></p> <p>Terhadap orang lain? <i>Iya.</i></p> <p>Hmhm karena kalau dulu ya ketika saya Sd itu, SD, SMP, SMA itu kayak menjadi masalah memang. Dari SD, SMP, SMA penampilan gemuk seperti ini kan saya sudah gemuk sejak SD kan, TK saya nggak gemuk. TK itu nggak gemuk, normal kok. Ini saya SD bermula gemuk karena saya patah tulang, patah tulang jatuh, dibagian sini (;sambil menunjuk kaki), patah tulang dalam, tertutup, trus saya dirawat dua bulan atau tiga bulan gitu, trus akhirnya nutrisi harus banyak. Kemudian saya itu makannya buaik sekali, makannya banyak sekali mulai dari susu mulai dari sup krim mulai dari roti semuanya pokoknya. Untuk penyembuhan cepat kan. Sudah begitu akhirnya gemuk gemuk gemuk sampai sekarang, intinya itu. Trus pas saya gemuk itu, saya itu eee memang dapet pandangan negatif. <i>Di bagian? Mulai?</i></p> <p>SD. Mulai SD, SMP, SMA pandangan negatifnya berupa olok-olokan, ejek-ejekan, trus dari ... dari guru pun juga ada intimidasi, apa ya, rasanya itu kaya intimidasi, eee terutama dari guru olah raga. Suka intimidasi, ejekan, dan semuanya. Kaya gitu. Ejekannya berupa “kamu gak bisa, gini gak bisa”. Akhirnya sampai SD, SMP, SMA, ya itu, sama aja. Nggak tau, mulai dari SD, SMP, SMA itu bawaannya gitu terus kaya intimidasi kaya sering diejek, kaya gitu. Tapi kalau dari temen-temen, juga ada tapi nggak terlalu. Biasanya pas saya SD itu yang bener-bener kaya ngolok-ngolok, kaya njelek-njelekin. <i>Pas digituin, gimana perasaan resdi?</i></p> <p>Kalau dulu saya marah, maksudnya ... tapi setelah itu saya belajar sampai sekarang saya nggak pernah marah. Mulai SMP, SMA ... SMP ada tapi jarang sekali, ya ada satu orang saja yang menurutku mengganggu banget. Tapi seiring berjalannya waktu, SMA, temen-temen nggak mempermasalahakan saya gemuk. Sampai kuliah pun juga saya bisa berteman dengan siapa saja.</p>
<ul style="list-style-type: none"> <p><i>Ini nih, penasaran sama manajemen emosionalnya resdi yang dari dulu kalau diolok-olok. Emang pasti lah, siapapun kalau diolok, dalam hal apapun saya kira, bisa sampai pada tahap nggak marah sampai sekarang itu gimana?</i></p> <p>Kalau saya nggak begitu peduli, orang mau ngomong apa saya nggak peduli. Apa namanya, kalau boleh cerita ini, saya itu begini karena diajari mama. Kalau selama kita nggak mencuri, kita ngapain takut gitu lho beraktivitas sehari-hari, kita tetap percaya diri dengan apa yang kita punyai, uatamanya gemuk ini. Jadi saya sehari-harinya saya berusaha terus terus untuk eee istilahnya dalam bahasa jawa “legowo” (; menerima).</p>
<ul style="list-style-type: none"> <p><i>Berarti kalau dorongan dari keluarga sudah cukup kuat ya resdi ya?</i></p> <p>Bukan cukup kuat. Cukup kuat dalam hal mendukung gemuk juga. Cukup kuat anatara mendukung kurus juga ada, jadi kisalnya 60 dan 40 persen, 60 persen untuk gemuk juga gapapa, 40 persennya dukungan untuk kurus. Istilahnya gitu. <i>Berarti nggak memaksa?</i></p> <p>Iya nggak memaksa intinya. <i>Cuma tetep disuruh? sampai sekarang?</i></p> <p>Cuma tetep disuruh. Sampai sekarang.</p>
<ul style="list-style-type: none"> <p><i>Untuk keluarga sendiri, apakah selain dari menyediakan fasilitas olah raga dirumah, kalau misalnya dari makanan gimana?</i></p> <p>Kalau dari makanan kita agak kurang terkontrol ya. Jadi kalau kita makan ya makan sekedar</p>

makan, nah keluarganya itu sibuk semua mulai dari papa, mama, kakak, adek pun semuanya itu sibuk semua. Jadi kita nggak pernah ... maksudnya nggak pernah menyiapkan makanan di rumah tu ada setiap saat, ada setiap siang gitu. Kadang kita selalunya tu makan di luar. Kecuali adik memang disiapkan. Iya. Malem siang sore.

Berarti misalnya kaya resdi itu dikasih uang trus disuruh makan gitu? Waktu makan bersama mungkin?

Kalau makan bersama sudah mulai jarang, kecuali hari libur.

Jadi memang nggak terkontrol ya, maksudnya terserah pribadi masing-masing memilih apa, dalam jumlah berapa, frekuensinya berapa ...

He em .

- *Berarti kalau disimpulkan masih bingung, belum tau mulai kapan, dan dengan metode apa, dan juga ditambah kesibukan lain, jadi itu menjadi prioritas kedua ketiga atau keberapa, tidak menjadi prioritas utama.*

He em .

Tapi kedepannya adalah pandangan untuk itu (; menurunkan berat badan), tapi belum tau kapan ya?

Adalah. Iya belum tau kapan.

TRANSKIP Tn. W (19 tahun Jurusan Pendidikan Dokter semester 5)

Merasa nomor 7

Karakter Tn. W:

- Ramah
- Terbuka
- Menyampaikan pendapat dengan santai dan luwes

Proses wawancara dilakukan di GM lt.1 FKUB dengan suasana tenang pada sore hari.

- *Saya ingin mengetahui pendapat Adek tentang bentuk tubuh Adek saat ini. Gimana pendapat Adek tentang bentuk tubuh Adek saat ini?*

Terlalu besar. Jelek. Ya apa ya mbak, ya gitu. Tentang apanya mbak maksudnya?

Ya perasaan memiliki...

Sebenarnya sih...opo yo mbak...nggak nggak seneng juga punya tubuh kayak gini ya, tapi ya ya pokonya nggak nggak enak gitu lho rasanya.

Merasa nyaman nggak?

Nggak, makanya sebenarnya dibuat capek juga nggak enak dibuat itu juga nggak enak, pokoknya nggak enak sih sebenarnya mbak.

Puas nggak?

Nggak.

- *Pernah melakukan upaya buat biar ngerasa nyaman biar ngerasa puas?*

Pernah mbak, sebenarnya pernah kurus, sebenarnya dari kecil gede kan udah, tapi jaman SMA tu pernah berhasil turun sekitar 25 kilo...ya trus sekarang...naik. sejak kuliah trus gini lagi.

- *Pernah ada masalah nggak dengan kesehatan terkait bentuk tubuh yang dimiliki saat ini?*

Nggak kalau nggak salah.

Sejauh ini baik-baik aja berarti?

Baik-baik aja.

- *Kan kalau misalnya beraktivitas tentunya butuh kepercayaan diri, gimana cara Adek buat membangun kepercayaan diri selama ini dengan bentuk tubuh yang dimiliki?*

Ya palingan apa ya mungkin ya kalau yang bisa percaya diri ya yang nggak berhubungan dg tubuh gitu lho maksudnya yang ehm lebih ke...apa ya...yang kalau kaya orginasasi gitu kan istilahnya kan nggak yang diliat bentuk tubuh kan, jadi meyakini diri bahwa sebenarnya ya itu nggak begitu penting gitu lho. Tapi sebenarnya ngerasa nggak nyaman juga kalau udah mulai yang berhubungan ama bentuk tubuh gitu lho, ngerasa nggak percaya diri juga.

Misalnya hal-hal yang terkait berhubungan ama bentuk tubuh itu?

Ya misal kalau lagi olah raga bareng gitu lho, lagi apa tiba-tibang kadang kan dulunya udah sempet kurus trus celananya kesempitan trus harus makai itu...nggak nggak nyamannya disitu sih, nggak

<p>nggak enak nya.</p>
<ul style="list-style-type: none"> • <i>Trus kalau Adek ngerasa nggak nyaman gimana dong, maksudnya njalani aktivitasnya, katakanlah olahraga tadi, ngejalaninya gimana? Apa menjalankan aktivitas itu dengan perasaan nggak nyaman?</i> He em. Iya. Dijalani aja, ya ya kalau nggak nyaman ya udah gitu, mau nggak mau. <i>Berarti sedikit terpaksa gitu?</i> He em, sedikit terpaksa.
<ul style="list-style-type: none"> • <i>Selanjutnya, dengan bentuk tubuh yang dimiliki saat ini, ada pengaruhnya nggak sih ke emosi sehari-hari? Dalam bergaul mungkin, kuliah, ketika kuliah, ketika bergaul dengan teman?</i> Kalau emosi sih nggak ya mbak, soalnya sampai saat ini nggak ada orang yang, apa ya, mengejek atau gimana ya istilahnya dengan kayak gini. Kalau sehari-hari, nggak kok. <i>Baik-baik aja?</i> Baik-baik aja.
<ul style="list-style-type: none"> • <i>Saya pingin tau tentang status gizi orang-orang terdekat Adek. Bisa ditunjukkan melalui gambar ini.</i> Ayah = 5 Ibu = 7 Kakak = 7 Saudara = 6 dan 7 Teman dekat = 5
<ul style="list-style-type: none"> • <i>Menurut Adek dari yang disebutkan tadi, ada ayah, ada ibu, ada kakak, ada saudara, ada nggak yang, dari mereka, yang obesitas menurut Adek?</i> Ada. <i>Kira-kira apa penyebabnya?</i> Eh eh, genetik. <i>Selain itu mungkin, kalau dilihat dari kehidupan sehari-hari? Kan kalau genetik memang sudah keturunan.</i> Eh eh. Apa ya. Jumlah yang dikonsumsi sih, jumlah makanan yang dikonsumsi memang lumayan banyak.
<ul style="list-style-type: none"> • <i>Pernah nggak dari mereka berkomentar tentang bentuk tubuh Adek?</i> Sering. <i>Gimana komentarnya kalau boleh tau?</i> Ya sebenarnya udah dibilangin, "Lho kamu udah kegendutan lho, kurusin lagi, kurus berat badan, nggak baik juga kan buat kesehatan", gitu. Udah dibilangin sih, komentarnya selalu gitu, tapi nggak tau, hahaha (tertawa) nggak ngefek sekarang. <i>Ketika dikasih tau seperti itu, ketika disarankan untuk menurunkan berat badan, gimana perasaannya Adek?</i> Kadang kesel gitu. Bukan kesel sih mbak kaya "Ya aku tau" gitu lho, tapi kayak ya emang agak susah gitu lho. Makanya kadang agak "Apaan sih apaan sih" gitu doang, gitu sih mbak, kesel sih emang. <i>Ada sikap khusus nggak yang diambil ketika, habis dibilangi gitu mungkin langsung ngapain gitu.</i> Nggak. Nggak ada. Kayak cuma perasaan kesel trus ah uda lah udah udah udah udah, nggak pingin dibahas.
<ul style="list-style-type: none"> • <i>Selain saran untuk menurunkan berat badan, seperti yang tadi dikatakan, ada nggak yang ngasih tau juga cara-caranya, ngajakin mungkin malah?</i> Ada sih mbak, udah diajakin, kalau dari temen-temen sendiri udah pada ngajak. Lagi in banget kan orang-orang fitnes apa segala macem. Tapi kebetulan juga karena...apa...belum ada watunya jadi nggak nggak bisa ikut, gitu. <i>Tapi punya, ada niatan nggak?</i> Ada. <i>Tapi memang sampai sekarang...</i> Sampai sekarang gagal terus sih mbak, sebenarnya udah pernah yoba berkali-kali selama kuliah ya tapi selalu gagal, paling cuma bertahan sekitar 3 minggu sebulan maksimal habis itu gagal lagi gagal lagi. <i>Kalau boleh tau gagal lagi gagal laginya itu kenapa?</i>



<p>Mayoritas temen, aku kan anak kosan, jadi kalau diajak pergi keluar gitu pasti akhirnya makan, itu pertama. Trus kalau nggak, karena memang apa ya, eh, tuntunan kuliah yang nggak banyak menggunakan aktivitas fisik itu yang akhirnya aku nggak apa nggak nggak memaksakan diri untuk melakukan aktivitas fisik, seperti itu. Trus sama lagi mungkin, apa ya, ehhh, karena kan udah makin besar gitu makin stamina yang makin berkurang ketika dipaksakan olah raga pun terkadang jadinya kayak baru berapa gitu trus males, jadi kaya dari diri sendiri yang kurang sih emang.</p> <p><i>Cepet capek?</i></p> <p>Cepet capek gara-gara mungkin udah terlalu gendut gitu hehehe.</p> <p><i>Berarti sebenarnya ketika ada saran trus diajakin gitu, ikut ya, tapi gagal?</i></p> <p>Tapi gagal.</p>
<ul style="list-style-type: none"> • <i>Sekarang ini kan banyak banget iklan penurunan berat badan gimana menurut Adek iklan-iklan tersebut? Memberikan pengaruh nggak terhadap Adek?</i> <p>He em. Aku sih, nggak tau sih mbak, sebenarnya pingin nyoba tapi nggak tau ada yang bilang, ada beberapa kayak yang bilang jadi ketergantungan atau kayak gimana. Jadinya aku udah lah kalau mau nurunin berat badan yang alami-alami aja kaya bener usaha ngurangin makan sama banyakin olah raga, istilahnya itu yang paling baik kan, nggak cuman turun doang tapi emang jaga kesehatan kan jadinya.</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Apakah pernah mencoba salah satu produknya?</i> <p>Nggak pernah.</p>
<ul style="list-style-type: none"> • <i>Punya artis atau idola?</i> <p>Nggak ada mbak. Oh mbak Vivi mungkin hehehehe (tertawa).</p>
<ul style="list-style-type: none"> • <i>Selanjutnya saya pingin tau tentang, dari kaca mata Adek, menurut Adek, gimana sih pandangan masyarakat sekitar, khususnya masyarakat sekitar lingkungan Adek, dalam memandang obesitas itu sendiri itu gimana?</i> <p>Yang pandangan tentang apanya ni mbak?</p> <p><i>Pandangan tentang obesitas itu sendiri. Orang nya yang obesitas atau tentang obesitasnya itu sendiri.</i></p> <p>Pandangannya paling cuma nggak baik sih mbak emang. Kaya semua orang tu udah tau kalau dengan obesitas itu banyak resiko yang kedepannya gitu lho, jadi banyak yang bilang iya itu sih nggak baik gitu doang sih. Kalau pandangan masyarakat sekitar gitu doang.</p> <p><i>Kalau dari sikap mereka yang menyikapi orang obesitas?</i></p> <p>Sebenarnya, kalau ke aku pribadi, sampai sekarang aku nggak merasa ada seperti apa, tapi kalau pengalaman teman mungkin ada yang seperti itu.</p> <p><i>Gimana nih, mereka dapet sikap yang gimana?</i></p> <p>Jadi kalau, ini sih ada yang sampai, pokoknya di UB juga, kurang lebih ya sedikit obese tapi tidak ada penerimaan dari teman-temannya, jadi malah di di...semacam dibulli...tapi kalau dari saya pribadi itu nggak pernah kejadian gitu lho.</p>
<ul style="list-style-type: none"> • <i>Menurut Adek apa nih faktor yang..eehh..istilahnya gitu tadi Adek mengatakan “Saya nggak pernah mendapatkan sikap seperti itu”. Kira-kira kenapa kok Adek selama ini baik-baik saja gitu? Disatu sisi temen Adek...</i> <p>Mungkin kalau dari aku sendiri ya aku mikirnya orang kan pasti ada kekurangan ada kelebihan. Kalau aku juga mikirnya mungkin disini kekuranganku tapi aku bisa nunjukin kelebihanku sehingga akhirnya bisa diterima juga sama masyarakat, kan nggak...kita cuma gara gendut gitu bisa dianggep jelek gitu lho. Tapi kita dengan liatin kelebihan kita mungkin kita bisa diterima di masyarakat gitu.</p>
<ul style="list-style-type: none"> • <i>Kalau menurut Adek, obesitas itu yang kayak gimana sih? Mungkin tanda-tandanya klasifikasinya, sepengetahuan Adek.</i> <p>BMI lebih dari 25.</p> <p><i>Selain BMI? Dihubungin ama kesehatan mungkin.</i></p> <p>Apa ya mbak? Oh kesehatan. Apa appearance (penampakan), ya ya apa ya mbak.</p> <p>Sekitar 6 ketas gitu (sambil menunjuk gambar skala <i>body image</i>) kayaknya udah mulai mbak.</p> <p><i>Kalau dari penampakan, dari gambar ini?</i></p> <p><i>Kalau dihubungin ama kesehatan, penyakit mungkin?</i></p> <p>Mungkin banyak yang jantung, atau apa apa yang seperti itu mbak yang berhubungan ama</p>



<p>obesitas.</p> <ul style="list-style-type: none"> <p><i>Saya tertarik dengan tadi Adek bilang pernah turun sampai 25 kilo, gimana ceritanya? Usaha-usaha yang pernah dilakukan untuk menurunkan berat badan sampai berhasil? Atau mungkin yang juga nggak berhasil?</i></p> <p>Kalau yang selama itu berat sampai sekitar 70. Itu karena ikut paskibra kan, jadi disana dipaksa untuk olah raga kan istilahnya, trus jadi banyak mulai, kan semakin sering olah raga staminanya juga bertambah makin lama makin lama kita olah raga juga nggak terbebani gitu lho. Trus udah lewat lewat lewat itu trus biasa turun 25 kilo trus mulai snmptn. Itu udah jarang lagi, mulai dengan kebiasaan makan dan cuma fokus ke belajar nah gendut lagi habis gitu.</p> <p><i>Itu waktu paskibra itu, kalau boleh tau, rentang 25 kilo itu dalam waktu brapa lama?</i></p> <p>Sekitar 7-8 bulan.</p> <p><i>Itu memang niat menurunkan berat badan apa tuntutan paskibra?</i></p> <p>Jadi memang awalnya tuntutan, tapi karena merasa dengan kaya gitu kita nggak kuat kan, lama-lama kita niatin diniatin biar, kan kalau dulu kita mencontohkan tapi kaderisasi turun menurun kan makin lama kita juga harus kita yang mencontohkan. Aku berfikir aku dulu itu "Loh aku harus bisa kuat", lama-lama aku latihan sendiri itu akhirnya malah jadi kaya program diet dan lama-lama makin turun turun turun dan sampai 25 kilogram.</p> <p><i>Cuma dari paskibra aja ya? Atau mungkin nambah aktivitas lain mungkin?</i></p> <p>Nggak. Paskibra ama tekwondo doang.</p> <p><i>Selain itu, pernah pengalaman turun berat badan lagi?</i></p> <p>Nggak, itu cuma sekali. Pokoknya dari kecil sampai SMA itu cuman sekitar kelas dua sampai kelas tiga itu berat badan 70 an trus habis gitu balik lagi ke kaya gini.</p>
<ul style="list-style-type: none"> <p><i>Bagaimana perasaan Adek ketika berhasil...</i></p> <p>Dulu sih seneng mbak, yang jelas kalau...beda perlakuan kan orang gendut sama orang kurus dari dulu, emang kerasa sih ada beda perkaluan tapi nggak nggak yang signifikan kaya gimana. Tapi pas kurus itu lebih enak lebih nyaman pokoknya lebih confident lah sih emang.</p> <p><i>Kalau perlakuan kan cenderung dari pihak eksternal ke internal, sedikit contoh perbedaan perlakuan kurus dan gendut yang Adek rasakan.</i></p> <p>Apa ya kalau kalau dulu itu apa ya ketika masih gendut itu aku kan pas tekwondo memang dari gendut kan dan itu kaya ya diremehkan gitu, tapi ketika udah mulai itu kaya udah mulai diajak ayo ayo gini gini kaya agak beda agak kelihatan tapi nggak kaya yang nebuli tapi kaya yang kaya "oh gendut nggak kuat ini" kaya gitu doang mbak.</p>
<ul style="list-style-type: none"> <p><i>Untuk kedepannya, ada niatan atau ada rencana mungkin?</i></p> <p>Ada mbak.</p> <p><i>Kapan kalau boleh tau?</i></p> <p>Dari kemarin sih nunggu nggak sibuk mbak. Tapi sibuk terus hehehehe (tertawa).</p> <p><i>Berencana menurunkan dengan apa nih?</i></p> <p>Olah raga sih mbak. Balik kaya, jadi mau nggak mau dipaksa kaya jaman paskib dulu karena pernah berhasil gitu lho masa nggak bisa lagi.</p>
<ul style="list-style-type: none"> <p><i>Menurut Anda dari pengalaman menurunkan berat badan, faktor terpenting jika seseorang ingin menurunkan berat badan, dari pengalaman menurut Adek, itu apa?</i></p> <p>Konsistensi sama niatnya. Kalau udah nggak ada itu nggak bisa.</p> <p><i>Yang penting ajeg gitu?</i></p> <p>He em.</p>

TRANSKIP Nn. Y (19 tahun Jurusan Pendidikan Dokter semester 5)

Merasa nomor 5

Karakter Nn. Y:

- Cenderung menjawab pertanyaan secara singkat (sehingga peneliti harus berusaha menggali informasi lebih dalam dengan membuat perumpamaan misalnya)
- Ramah.

Yustia mendefinisikan (dugaan) diet dengan diet itu berhasil menurunkan berat badan. Selama ini dia belum berhasil menurunkan berat badan, meskipun telah mencoba senam ngurangin makan misalnya, dia merasa belum pernah mencoba menurunkan berat badan sebelumnya.

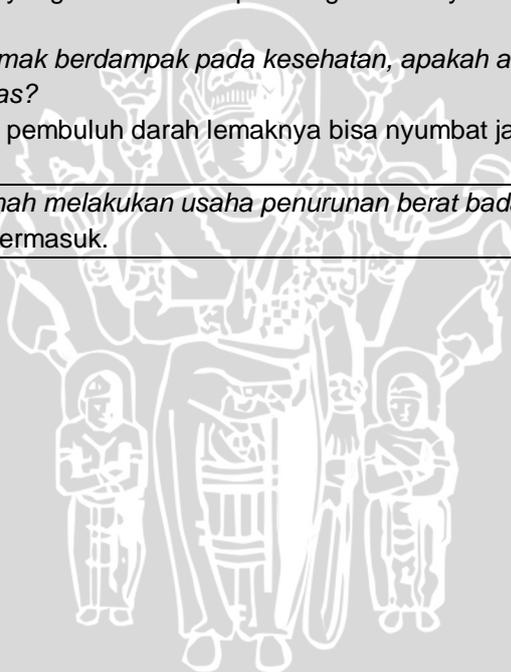
Proses wawancara dilakukan di dekat Mushola Nurus Syifa FKUB dengan suasana tenang pada sore hari.

<ul style="list-style-type: none"> • Menurut Anda, bagaimana bentuk tubuh Anda sekarang ini? Gendut. Banyak tumpukan lemak trus..iya iya gendut dan banyak tumpukan lemak.
<ul style="list-style-type: none"> • Selanjutnya, apakah Anda merasa puas dengan bentuk tubuh yang Anda miliki saat ini? Tidak. Karena saya tau saya bisa lebih kurus daripada ini. Ada alasan lain mengapa Anda tidak puas? Soalnya gendut itu gak cantik, meskipun imut juga tapi gendut. Jika Anda mengatakan Anda tidak puas, apakah Anda sudah pernah melakukan upaya? Apa upaya yang sudah pernah Anda coba? Tapi kurang maksimal. Ini sudah pernah ini senam, olahraga-olahraga gitu, ngurangin makanan tapi ya gitu masih laper mata. Trus suka kuliner suka masak jadi hobinya kan masak, nah kalau masak aku suka makan juga gt. Ngincipi gitu ya? Iya ngincipi.
<ul style="list-style-type: none"> • Selanjutnya saya ingin tanya, terkait bentuk tubuh Anda yang sekarang ini, Apakah Anda pernah mengalami masalah kesehatan tertentu mungkin? Eggak. Sampai sekarang baik-baik saja? Iya.
<ul style="list-style-type: none"> • Apakah bentuk tubuh Anda mempengaruhi emosi Anda? Iya jadi lebih sensitif. Lebih sensitifnya gimana nih, misalnya? Contohnya? Eehh di sosial kan kalau pandangannya kalau gendut kan tidak baik, selalu diarahkan ke negatif, jadi mungkin dari respon sih, respon lingkungan aja. Misalnya dibilang gendut kaya gitu. "gak muat gak muat" gitu. Ketika Anda diperlakukan demikian, bagaimana perasaan Anda? Rasanya sedih pengen banget kurus. Anda tadi mengatakan bahwa Anda tidak puas dengan bentuk tubuh Anda sekarang ini, apakah Anda merasa nyaman dengan bentuk tubuh Anda saat ini? Nah itu, sering gagalannya mungkin karena aku merasa nyaman, tidak apa-apa gitu.
<ul style="list-style-type: none"> • Ketika beraktivitas, sudah seharusnya kita memiliki rasa percaya diri. Bagaimana Anda membangun rasa percaya diri Anda dengan bentuk tubuh Anda sekarang ini? Dengan Anda katakan tadi bahwa Anda merasa tidak puas merasa sensitif, tapi bagaimana Anda membangun Rasa percaya diri? Ketika bergaul dengan orang lain, ketika beraktivitas dengan orang lain, ketika kuliah mungkin. (ekspresi kurang paham dengan maksud pertanyaan) Jadi kalau boleh saya simpulkan Anda mensiasatinya dengan sikap yang lebih baik dan cara berpakaian yang dapat menutupi apa yang Anda rasa tidak puas, begitu? Kalau gendut itu kan mungkin... Untungnya gendutnya itu gak bener-bener bulat semuanya jadi itu mungkin masih ada sook yang kelihatan imut, jadi mungkin itu sih. Meskipun gendut itu gendut yang imut gendut yang ceria, tapi tetep PD (percaya diri) gitu, misalnya cara pakaian yang nutupin gimana caranya supaya gak keliatan gendut banget. Nutupin lekuk tubuh kaya gitu-gitu. Ya ya ya.
<ul style="list-style-type: none"> • Selanjutnya saya ingin menanyakan pengaruh orang terdekat terkait bentuk tubuh Anda. Saya ingin mengetahui status gizi orang-orang terdekat Anda bagaimana, bisa anda tunjukkan melalui



<p><i>gambar ini.</i> Ayah 3 Ibu 3 Adek laki-laki 5 dan 4 Temen terdekat 1 dan 2 Saudara-saudara2 dan 3</p>
<ul style="list-style-type: none"> • <i>Bagaimana status gizi Anda menurut orang-orang terdekat Anda?</i> Kadang kan ada saatnya saya tidak percaya diri. “aku segendut itukah? Segendut itukah?”. Dan mereka bilang, “enggak kok enggak, jauh lebih kurus”, bilang gitu, “gak separah itu”, gitu. <i>Berarti secara tidak langsung mereka membangun rasa percaya diri Anda ya?</i> Iya. Soalnya biasanya kalau saya ngelihat orang yang jauh lebih gendut daripada saya itu...takut saya juga segendut itu gitu lho. Misalnya liat orang gendut, “apa aku segendut itu?”
<ul style="list-style-type: none"> • <i>Dari kerabat/saudara/orang terdekat Anda, apakah mereka ada yang obesitas menurut Anda?</i> Tidak ada. <i>Semua masih dalam kategori normal?</i> (Mengangguk)
<ul style="list-style-type: none"> • <i>Dari mereka, apakah ada yang pernah berkomentar tentang bentuk tubuh Anda?</i> Ada. <i>Bagaimana komentar mereka?</i> Misal “Inget perut, “Inget tangan”, “Inget kaki” (sambil informan memegang bagian tubuh seperti yang disebutkan) “Ntar semakin besar lho”. <i>Pada saat apa mereka berkomentar demikian?</i> Waktu makan bersama, “Yus ayo jangan makan banyak-banyak inget tangan inget kaki inget perut”, trus kalau gak gitu kalau pakai baju lengannya keliatan gendut gitu.
<ul style="list-style-type: none"> • <i>Bagaimana tanggapan Anda ketika mereka berkomentar demikian?</i> Ketawa aja soalnya itu bener <i>Apakah menanggapi hanya dengan tertawa?</i> Iya iya, soalnya motivasi untuk kurus belum sebegitu besar.
<ul style="list-style-type: none"> • <i>Apakah pernah ada yang menyarankan Anda untuk menaikkan atau menurunkan berat badan?</i> Ada banyak. <i>Bagaimana tanggapan Anda?</i> Ya mereka kan biasa bilang, “coba kalau yus lebih kurus lagi pasti cantik”, bilang gitu. <i>Ketika mereka berkata demikian, bagaimana tanggapan Anda?</i> Pingin sebenarnya. <i>Apakah Anda setuju dengan saran mereka untuk menurunkan berat badan?</i> Ya saya setuju.
<ul style="list-style-type: none"> • <i>Bagaimana perasaan Anda ketika mereka berkomentar demikian?</i> Iya saya hmhm iya habis gini. Cuman motivasi....sampai saat ini belum menimbulkan motivasi besar yang dapat menjadikan saya untuk kurus. <i>Apakah ada perasaan lain yang dirasakan pada saat demikian?</i> Sedih, ndak stres juga sih. Itu temporal, ndak dalam jangka waktu yang lama. Setelah itu saya lupa. Jadi tidak menimbulkan motivasi yang.... (besar)
<ul style="list-style-type: none"> • <i>Bagaimana pendapat Anda tentang iklan-iklan penurunan berat badan yang Anda liat di televisi atau media sosial lainnya?</i> Menggiurkan tapi itu terlalu impossible untuk dilakukan secepat itu. <i>Mengapa Anda berpendapat demikian?</i> Soalnya banyak buktinya, turun itu susah naik itu gampang. Saya pernah turun itu ehhh 5 kilo ehhh lebih dari lima kilo dalam ya beberapa bulan mungkin satu bulan satu bulan setengah tapi itu pada kondisi saya dalam stres berat dan kegiatan yang padat banyak, itu baru segitu. Kalau untuk usaha-usaha diet makan dan olahraga meskipun itu sangat keras itu paling satu sampai dua kilo. <i>Stress yang Anda maksud itu dalam kondisi yang bagaimana kok sampai turun banyak 5 kilo?</i> <i>Apakah sampai lupa makan atau mungkin banyaknya aktivitas atau mungkin karena stres itu sendiri?</i>

<p>Iya. Banyak aktivitas jadinya nggak makan.</p>
<ul style="list-style-type: none"> • <i>Apakah iklan-iklan tersebut mempengaruhi Anda?</i> Hmhm kadang timbul motivasi sih, motivasi pingin kurus juga. <p><i>Apakah Anda pernah mencoba mengguanakannya (produk dalam iklan penurunan berat badan)</i> Tidak.</p>
<ul style="list-style-type: none"> • <i>Apakah Anda mempunyai artis idola?</i> Tidak ada
<ul style="list-style-type: none"> • <i>Menurut penilaian Anda, bagaimana pandangan masyarakat terkait obesitas?</i> Negatif. Terlihat buruk. Secara langsung begitu. • <i>Menurut Anda, penilaian tersebut diwujudkan dalam bentuk yang bagaimana oleh mereka?</i> Ledekan, emang bener sih kalau dikaitkan dengan banyaknya penyakit-penyakit yang timbul kaya gitu, bisa kaya jantung.
<ul style="list-style-type: none"> • <i>Apa yang Anda ketahui tentang obesitas? Tanda-tanda kriteria dari obesitas yang Anda ketahui apa saja?</i> Obesitas itu hubungannya banyak ke arah penyakit karena itu kan lemak terlalu banyak di dalam tubuh kan juga gak baik. Kalau obesitas itu bakalan ngaruh ke banyak hal, gitu. <i>Selain dihubungkan dengan penyakit, mungkin ada hal lain?</i> Selain ke kesehatan, bagaimana dia di lingkungannya. Soalnya mungkin kalau, pandangan saya ya, orang yang gendut orang yang obesitas itu dipandang sama kaya orang yang punya penyakit gitu <i>Tadi disebutkan kelebihan lemak berdampak pada kesehatan, apakah ada gangguan kesehatan yang diakibatkan oleh obesitas?</i> DM trus kalau misalnya itu di pembuluh darah lemaknya bisa nyumbat jadi jantung koroner, stroke gitu.
<ul style="list-style-type: none"> • <i>Apakah Anda selama ini pernah melakukan usaha penurunan berat badan?</i> Tidak. Yang 5 kilo tadi tidak termasuk.



Lampiran 9
Hasil Observasi

Nn. N

Variabel	Sub variabel	Indikator	Deskriptor
Motivasi diri sendiri	Persepsi diri	4. Percaya diri	c) Berjalan dengan postur tubuh tegak d) Berjalan dengan postur tubuh tidak tegak
		5. Sikap subjek saat makan	c) Waspada saat makan d) Tenang dan santai saat makan
		6. Sikap dan ekspresi/respon ketika bertemu dengan teman	d) Menunduk e) Biasa f) Tersenyum
Faktor sosial	Pengaruh orang terdekat	Sikap teman subjek terhadap subjek	c) Senang saat berjalan/bersama dengan subjek d) Berusaha menghindar/tidak senang ketika berjalan/bersama subjek

Tn. W

Variabel	Sub variabel	Indikator	Deskriptor
Motivasi diri sendiri	Persepsi diri	1. Percaya diri	a) Berjalan dengan postur tubuh tegak b) Berjalan dengan postur tubuh tidak tegak
		2. Sikap subjek saat makan	a) Waspada saat makan b) Tenang dan santai saat makan
		3. Sikap dan ekspresi/respon ketika bertemu dengan teman	a) Menunduk b) Biasa c) Tersenyum
Faktor sosial	Pengaruh orang terdekat	Sikap teman subjek terhadap subjek	a) Senang saat berjalan/bersama dengan subjek b) Berusaha menghindar/tidak senang ketika berjalan/bersama subjek

Tn. R

Variabel	Sub variabel	Indikator	Deskriptor
Motivasi diri sendiri	Persepsi diri	1. Percaya diri	a) Berjalan dengan postur tubuh tegak b) Berjalan dengan postur tubuh tidak tegak
		2. Sikap subjek saat makan	a) Waspada saat makan b) Tenang dan santai saat makan
		3. Sikap dan ekspresi/respon ketika bertemu dengan teman	a) Menunduk b) Biasa c) Tersenyum
Faktor sosial	Pengaruh orang terdekat	Sikap teman subjek terhadap subjek	a) Senang saat berjalan/bersama dengan subjek b) Berusaha menghindar/tidak senang ketika berjalan/bersama subjek

Nn. Y

Variabel	Sub variabel	Indikator	Deskriptor
Motivasi diri sendiri	Persepsi diri	1. Percaya diri	a) Berjalan dengan postur tubuh tegak b) Berjalan dengan postur tubuh tidak tegak
		2. Sikap subjek saat makan	a) Waspada saat makan b) Tenang dan santai saat makan
		3. Sikap dan ekspresi/respon ketika bertemu dengan teman	a) Menunduk b) Biasa c) Tersenyum
Faktor sosial	Pengaruh orang terdekat	Sikap teman subjek terhadap subjek	a) Senang saat berjalan/bersama dengan subjek e) Berusaha menghindar/tidak senang ketika berjalan/bersama subjek

Tn. TA

Variabel	Sub variabel	Indikator	Deskriptor
Motivasi diri sendiri	Persepsi diri	1. Percaya diri	a) Berjalan dengan postur tubuh tegak b) Berjalan dengan postur tubuh tidak tegak
		2. Sikap subjek saat makan	a) Waspada saat makan b) Tenang dan santai saat makan
		3. Sikap dan ekspresi/respon ketika bertemu dengan teman	a) Menunduk b) Biasa c) Tersenyum
Faktor sosial	Pengaruh orang terdekat	Sikap teman subjek terhadap subjek	a) Senang saat berjalan/bersama dengan subjek b) Berusaha menghindar/tidak senang ketika berjalan/bersama subjek

Nn. D

Variabel	Sub variabel	Indikator	Deskriptor
Motivasi diri sendiri	Persepsi diri	1. Percaya diri	a) Berjalan dengan postur tubuh tegak b) Berjalan dengan postur tubuh tidak tegak
		2. Sikap subjek saat makan	a) Waspada saat makan b) Tenang dan santai saat makan
		3. Sikap dan ekspresi/respon ketika bertemu dengan teman	a) Menunduk b) Biasa c) Tersenyum
Faktor sosial	Pengaruh orang terdekat	Sikap teman subjek terhadap subjek	a) Senang saat berjalan/bersama dengan subjek b) Berusaha menghindar/tidak senang ketika berjalan/bersama subjek

Nn. A

Variabel	Sub variabel	Indikator	Deskriptor
Motivasi diri sendiri	Persepsi diri	1. Percaya diri	a) Berjalan dengan postur tubuh tegak b) Berjalan dengan postur tubuh tidak tegak
		2. Sikap subjek saat makan	a) Waspada saat makan b) Tenang dan santai saat makan
		3. Sikap dan ekspresi/respon ketika bertemu dengan teman	a) Menunduk b) Biasa c) Tersenyum
Faktor sosial	Pengaruh orang terdekat	Sikap teman subjek terhadap subjek	a) Senang saat berjalan/bersama dengan subjek b) Berusaha menghindar/tidak senang ketika berjalan/bersama subjek

Nn. E

Variabel	Sub variabel	Indikator	Deskriptor
Motivasi diri sendiri	Persepsi diri	1. Percaya diri	a) Berjalan dengan postur tubuh tegak b) Berjalan dengan postur tubuh tidak tegak
		2. Sikap subjek saat makan	a) Waspada saat makan b) Tenang dan santai saat makan
		3. Sikap dan ekspresi/respon ketika bertemu dengan teman	a) Menunduk b) Biasa c) Tersenyum
Faktor sosial	Pengaruh orang terdekat	Sikap teman subjek terhadap subjek	a) Senang saat berjalan/bersama dengan subjek b) Berusaha menghindar/tidak senang ketika berjalan/bersama subjek

Nn. F

Variabel	Sub variabel	Indikator	Deskriptor
Motivasi diri sendiri	Persepsi diri	1. Percaya diri	a) Berjalan dengan postur tubuh tegak b) Berjalan dengan postur tubuh tidak tegak
		2. Sikap subjek saat makan	a) Waspada saat makan b) Tenang dan santai saat makan
		3. Sikap dan ekspresi/respon ketika bertemu dengan teman	a) Menunduk b) Biasa c) Tersenyum
Faktor sosial	Pengaruh orang terdekat	Sikap teman subjek terhadap subjek	a) Senang saat berjalan/bersama dengan subjek b) Berusaha menghindar/tidak senang ketika berjalan/bersama subjek



Lampiran 10

Coding dan Makna Coding

Hasil Coding

Coding				Kelompok coding
Nn. N	Nn. Y	Nn. D	Tn. TA	
Merasa overweight	Merasa gendut	Merasa overweight	Merasa overweight	Persepsi diri
Mayoritas ideal	Mayoritas ideal Mereka tidak obesitas	Mayoritas overweight	Mayoritas overweight	Bentuk tubuh orang-orang terdekat
Tidak nyaman Tidak puas Mungkin salah Memaksa percaya diri Sakit hati Cuek Kadang percaya diri kadang enggak	Tidak puas Lebih sensitif Sedih, pingin banget kurus Merasa nyaman Gendutku masih imut	Tidak nyaman Sebisa mungkin PD Mempengaruhi ke emosi	Percaya diri Tidak mempengaruhi emosi Merasa nyaman Orang obesitas harus bisa mengangkat harga dirinya Gak punya kelebihan pasti dilecehkan	Perasaan saat ini terkait bentuk tubuh yang dimiliki
Tidak ada yang mengganggu Sering tes gula darah	Tidak ada yang mengganggu	Tidak ada yang mengganggu Takut kedepannya bakal ada masalah Naik turun tangga capek		Pengalaman gangguan kesehatan
Ayah DM		Orang tua DM		Riwayat penyakit keluarga
“ayo kurusin” Ngomong iya diusahain Jangan banyak nyemil Saudara fine-fine saja	“Aku segendut itu kah?” “enggak kok” “inget tangan, inget perut, inget kaki” “jangan makan banyak-banyak”	“diet dong”	“nggak pingin ngurusin?” Mama bilang “apa adanya aja”	Anjuran menurunkan BB
Ingin membuktikan iklan	Iklan menimbulkan motivasi	Iklan buat pingin nurunin BB	Iklan tidak memberikan pengaruh	Pengaruh iklan
Mengidolakan artis yang				Pengaruh idola

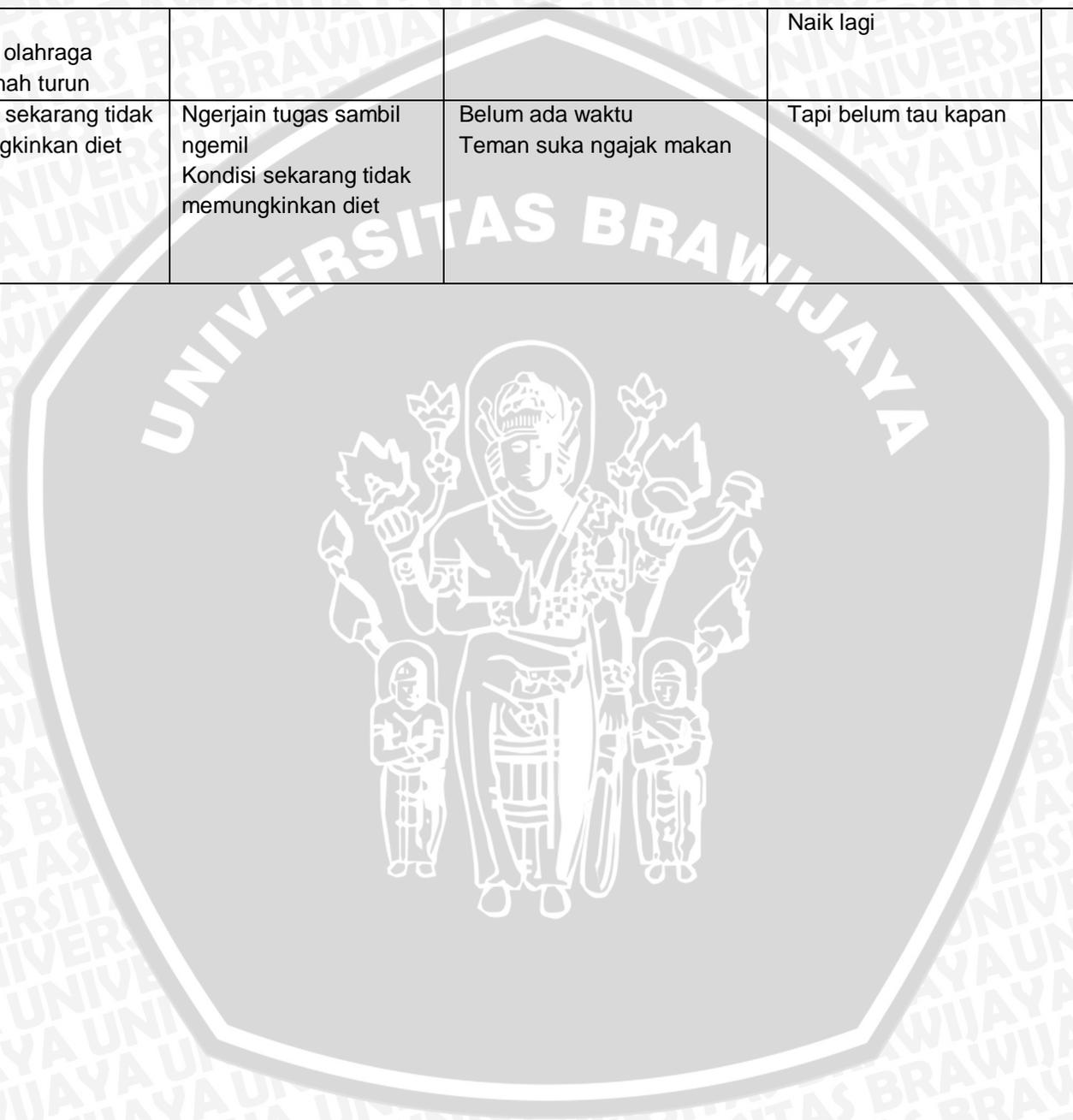
tulangnyanya besar tapi badannya bagus Idola hanya memberi pandangan				
Masyarakat menilai obesitas itu buruk Ada perkumpulan orang obesitas yang menganggap hal tersebut wajar Obesitas itu dulu positif sekarang negatif	Penilaian negatif berupa ledakan Masyarakat menilai obesitas negatif	Masyarakat memandang overweight gapapa		Penilaian terhadap pandangan masyarakat
Gemuk karena aktivitas kurang Gemuk karena hormon Obesitas itu kelebihan berat badan Obesitas bikin DM Obesitas bikin PJK Obesitas bikin osteoporosis Obesitas bikin stroke Obesitas bikin hipertensi	Obesitas berhubungan dengan banyak penyakit Obesitas bikin DM Obesitas bikin PJK	Obesitas karena susah mengontrol makan Lebih baik olahraga	Obesitas itu dilihat dari lemak tubuh Obesitas itu dilihat dari lingkaran perut Obesitas itu dilihat dari lingkaran dada	Pengetahuan terkait obesitas
Okelah masalah kesehatan, tapi... Bertambah males karena penjudge-an Aku harus Semangat naik turun Motivasi naik turun jadi gagal "Iho kok gak berhasil ya udah gak kuterusin" Semakin semangat pas berhasil turun	Motivasi kurus belum seberapa besar	Akan menurunkan BB karena ingin nyaman		Motivasi menurunkan BB
Pernah suntik Pernah fitness Takut jadi otot Pernah mengonsumsi obat Pernah olahraga	Pernah senam	Pernah fitness Pernah olahraga Rasanya kaya frustrasi Pernah fitness		Usaha yang pernah dilakukan

BB pernah turun				
Berencana secepatnya	Habis gini ngurusin	FK kegiatannya padat Stres pelariannya ke makanan Pingin balik fitnes tapi sibuk	Kalau ada metode yang cocok saya akan menurunkan BB	Rencana menjalani program penurunan BB

Coding					Kelompok coding
Tn. R	Nn. E	Nn. A	Tn. W	Tn. F	
Merasa obesitas	Merasa overweight	Merasa overweight	Merasa overweight	Merasa overweight	Persepsi diri
Mayoritas ideal	Mayoritas overweight	Mayoritas overweight	Mayoritas overweight	Mayoritas ideal	Bentuk tubuh orang-orang terdekat
Merasa gendut Tidak puas Mempengaruhi emosi Jadi lebih kalem Cuek Pernah diejek Pernah diintimidasi	Merasa obesitas Tidak nyaman Tidak puas Tidak ada yang mengganggu Kurang PD Susah cari baju Tidak marah	Tidak puas Ingin kurus Tidak nyaman Merasa gendut Gendut yang ceria Dibuat nggak ada beban Berusaha yang terbaik Susah cari baju	Merasa jelek Tidak nyaman Percaya diri yang nggak berhubungan dengan bentuk tubuh Sedikit terpaksa Tidak mempengaruhi emosi Kesel kalau dibilang gemuk Tunjukkan kelebihanku	Tidak nyaman Tidak puas Tidak mempengaruhi emosi Merasa sedih	Perasaan saat ini terkait bentuk tubuh yang dimiliki
Mudah capek Kaki sakit kalau jalan Sering pusing Karena dulu sakit, trus disuruh makan baik, dan keterusan deh	Tidak ada yang mengganggu	Naik turun tangga capek	Mudah capek	Mudah capek Sakit pinggang	Pengalaman gangguan kesehatan
					Riwayat penyakit keluarga
Teman mendukung untuk menurunkan BB kurusin		Dimarahi keluarga Uang saku dikurangi Teman mendukung untuk menurunkan berat badan	Teman mendukung untuk menurunkan berat badan	"Udah segitu aja, jangan dinaikin lagi"	Anjuran menurunkan BB

Iklan terlalu impossible secepat itu Iklan buat bimbang	Ingin membuktikan iklan	Ingin membuktikan iklan	Ingin membuktikan iklan	Ingin membuktikan iklan	Pengaruh iklan
					Pengaruh idola
Banyak komentar negatif Sering dikucilkan Penilaian negatif berupa ledakan Masyarakat menilai obesitas tidak sehat	Banyak komentar negatif	Masyarakat menilai obesitas negatif	Masyarakat menilai obesitas negatif Penilaian negatif berupa ledakan		Penilaian terhadap pandangan masyarakat
Obesitas itu kelebihan berat badan Obesitas itu dilihat dari lingkar perut Obesitas bikin DM Obesitas bikin PJK Obesitas bikin osteoporosis Obesitas Takut akan resiko obese Tidak peduli dengan masalah ini	Gemuk karena keturunan Gemuk karena kurang aktivitas Obesitas itu tidak enak dipandang Obesitas itu dilihat dari lingkar pinggang Obesitas itu dilihat dari lingkar lengan	Gemuk karena kurangnya aktivitas Gemuk karena makan malam hari Obesitas itu kelebihan BMI	Gemuk karena keturunan Gemuk karena konsumsi energi tidak seimbang dengan pengeluarannya Gemuk karena kurang aktivitas Obesitas itu kelebihan BM	Gemuk karena makan malam hari Obesitas bikin sesak nafas	Pengetahuan terkait obesitas
Belum ingin Saya memikirkannya Hal lain lebih banyak yang harus difikirkan Saya bingung Makan terserah, pokoknya dikasih uang Dukungan untuk kurus belum cukup kuat	Masih suka makan sama temen	Teman berhasil	Ketika kurus lebih PD Kalau mau turun harus konsisten niatnya	Ingin kurus Yang terpenting niat	Motivasi menurunkan BB
Belum pernah menurunkan BB	Merasa usaha tidak berhasil Pernah mengkonsumsi	BB tetap naik Pernah turun Pernah senam	Gagal terus Pernah turun Pernah olahraga	Pernah mengkonsumsi obat Akunya bandel	Usaha yang pernah dilakukan

	obat Pernah olahraga BB pernah turun			Naik lagi	
Melakukan program diet itu susah Belum berencana Saya tidak mau menurunkan BB Belum tau cara yang tepat	Kondisi sekarang tidak memungkinkan diet	Ngerjain tugas sambil ngemil Kondisi sekarang tidak memungkinkan diet	Belum ada waktu Teman suka ngajak makan	Tapi belum tau kapan	Rencana menjalani program penurunan BB



Makna Coding

Coding	Makna
Merasa gendut	Informan merasa gendut
Merasa jelek	Informan merasa dirinya jelek
Merasa overweight	Informan merasa overweight
Merasa obesitas	Informan merasa obesitas
Percaya diri	Merasa percaya diri dengan bentuk tubuh yang dimiliki saat ini
FK kegiatannya padat	Merasa kegiatan/rutinitas yang dijalani sebagai mahasiswa di fakultas kedokteran padat
Tidak nyaman	Merasa tidak nyaman dengan bentuk tubuh yang dimiliki saat ini
Tidak puas	Merasa tidak puas dengan bentuk tubuh yang dimiliki saat ini
Gendut itu gak cantik	Merasa bahwa orang yang gendut itu tidak cantik
Kurusin	Himbauan orang sekitar kepada informan untuk menguruskan badan
Tidak percaya diri	Merasa tidak percaya diri dengan bentuk tubuh yang dimiliki saat ini
Percaya diri yang nggak berhubungan dengan tubuh	Berusaha membangun kepercayaan diri melalui hal-hal yang tidak terkait dengan bentuk tubuh
Sedikit terpaksa	Dalam menjalani aktivitas-aktivitas yang mana informan merasa tidak percaya diri, misalnya olahraga bersama teman-teman, maka informan berusaha sedikit memaksakan diri untuk melakukan hal tersebut
Tidak puas	Merasa tidak puas dengan bentuk tubuh yang dimiliki saat ini
Merasa sedih	Merasa sedih dengan bentuk tubuh yang dimiliki saat ini
Mungkin salah	Perasaan informan bahwa kondisi gemuk merupakan suatu kondisi yang mungkin salah (menurut informan).
Memaksa percaya diri	Informan berusaha untuk menjadi percaya diri ketika berinteraksi dengan orang lain
Pernah suntik	Pernah mencoba menurunkan berat badan dengan menggunakan cara suntik
Pernah fitness	Pernah mencoba menurunkan berat badan dengan menggunakan cara fitness
Pernah senam	Pernah mencoba menurunkan berat badan dengan menggunakan cara mengikuti senam
Takut jadi otot	Responden takut apabila mencoba menurunkan berat badan dengan cara fitness maka lemak dalam tubuh informan akan jadi otot.
Pernah mengkonsumsi obat	Pernah mencoba menurunkan berat badan dengan menggunakan cara mengkonsumsi obat-obatan.
Pernah olah raga	Pernah mencoba menurunkan berat badan dengan menggunakan cara berolah raga
Berencana secepatnya	Berencana secepatnya untuk memulai menurunkan berat badan
Melakukan program diet itu susah	Merasa susah untuk melakukan program diet misalnya olahraga dan mengatur pola makan (tidak termasuk mengkonsumsi produk penurunan berat badan)

	berat badan)
Tidak ada yang mengganggu	Sampai saat ini tidak ada gangguan kesehatan yang mengganggu informan, yang dirasakan oleh informan.
Takut kedepannya bakal ada masalah	Merasa takut nantinya akan mengalami masalah kesehatan jika saat ini berada pada kondisi obesitas
Sakit pinggang	Merasakan efek terhadap kesehatan berupa seakit pinggang terkait bentuk tubuh yang dimiliki saat ini
Sering pusing	Merasakan efek terhadap kesehatan berupa sering pusing terkait bentuk tubuh yang dimiliki saat ini
Kaki sakit kalau jalan	Salah satu keluhan yang dihubungkan dengan efek obesitas terhadap kesehatan yang dirasakan informan
Ayah DM	Ayah informan merupakan penderita diabetes mellitus
Orang tua DM	Orang tua informan merupakan penderita diabetes mellitus
Sering tes gula darah	Informan sering memeriksa kadar gula darahnya karena ayah informan merupakan penderita DM (<i>semacam bentuk pemantauan</i>)
Suka olah raga	Informan suka olahraga, merasa enteng ketika olah raga (tidak merasa ngos-ngosan)
Cepet ngantuk	Salah satu masalah kesehatan yang dirasakan informan adalah cepat mengantuk.
Okelah masalah kesehatan, tapi ...	Gambaran masalah kesehatan yang dihadapi oleh seseorang dengan lemak berlebih diakui oleh informan tidak menimbulkan motivasi yang kuat dalam dirinya.
Sakit hati	Informan merasa sakit hati ketika diolok oleh temennya "gemuk"
Cuek	Informan mengaku bahwa karakter dirinya adalah cuek.
Tidak nyaman	Informan merasa nggak nyaman terhadap bentuk tubuh yang dimiliki saat ini.
Nyaman	Informan merasa nyaman dengan bentuk tubuh yang dimiliki saat ini
Lebih sensitif	Merasa lebih sensitif ketika bergaul dengan teman-teman karena pandangan gendut yang negatif
Sedih, pingin banget kurus	Ketika mendapat perlakuan yang mempengaruhi perasaan informan terkait bentuk tubuhnya, informan merasa sedih dan ingin sekali kurus
Gendut yang imut	Dalam membangun percaya diri, informan merasa gendut tubuhnya masih bisa dibilang imut sehingga merasa beruntung
Gendut yang ceria	Dalam membangun percaya diri, informan merasa pribadinya merupakan pribadi yang ceria
Dibuat nggak ada beban	Dalam membangun percaya diri, informan berusaha bersikap seolah bentuk tubuhnya bukanlah beban bagi dirinya
Berusaha yang terbaik	Dalam membangun percaya diri, informan berusaha memberikan sikap terbaiknya agar tetap bisa bergaul
Kurang PD	Merasa kurang percaya diri dalam bergaul dengan temannya

Sebisa mungkin PD	Mengusahakan agar bisa tampil dengan percaya diri
Mempengaruhi ke emosi	Bentuk tubuh yang dimiliki memberikan pengaruh terhadap emosi informan
Jadi lebih kalem	Merasa dengan bentuk tubuh yang dimiliki saat ini emosi informan menjadi lebih kalem dan mensyukuri atas kemampuan beraktivitas sehari-hari yang dijalani
Tidak mempengaruhi emosi	Bentuk tubuh yang dimiliki saat ini tidak mempengaruhi emosi informan
Bertambah males karena pen-judge-an	Ketika keluarga informan menyuruh informan untuk menurunkan berat badannya, dengan perintah seperti itu terus menerus, informan merasa bertambah malas (sebal) dan tidak termotivasi.
Naik turun tangga capek	Ketika menaiki ataupun menuruni anak tangga informan merasa capek
Susah cari baju	Merasa susah dalam mencari ukuran baju yang sesuai dengan bentuk tubuh informan
Mudah capek	Merasa mudah capek/lelah dalam melakukan aktivitas sehari-hari
Motivasi kurus belum seberapa besar	Merasa motivasi untuk kurus saat ini belum seberapa besar
Ibu mendukung	Ibu informan selalu memberi semangat kepada informan untuk menurunkan berat badan
Mama bilang “apa adanya aja”	Ibu informan tidak mempermasalahkan bentuk tubuh informan (tidak memaksakan informan untuk menurunkan berat badannya)
Kadang percaya diri kadang enggak	Terkadang informan merasa percaya diri kadang tidak.
Gemuk karena aktivitas kurang	Informan merasa orang-orang sekitar informan yang gemuk dikarenakan kurangnya aktifitas.
Gemuk karena makan malam	Informan merasa orang-orang sekitar informan yang gemuk dikarenakan kebiasaan makan yang salah yakni pada malam hari
Gemuk karena konsumsi energi tidak seimbang dengan pengeluarannya	Merasa kondisi obesitas merupakan suatu keadaan akibat ketidakseimbangan antara konsumsi energi dan pengeluaran energi tersebut
Ngomong iya diusahain	Ketika orang sekitar informan menyarankan untuk menurunkan berat badan, informan memberi tanggapan dengan berkata “iya diusahakan”
Mayoritas ideal	Mayoritas orang sekitar informan berbadan ideal menurut informan (yang ditunjukkan melalui gambar).
Mayoritas overweight	Mayoritas orang sekitar informan berbadan overweight menurut informan (yang ditunjukkan melalui gambar).
“aku segendut itu kah?” “enggak kok”	Jika melihat orang gendut,informan seringkali bertanya apakah informan juga segendut orang yang dilihat dan orang-orang terdekat berkata tidak
Mereka tidak obesitas	Merasa orang-orang terdekat tidak ada yang obesitas

Gemuk karena kurang aktivitas	Informan merasa orang sekitar informan ada yang menjadi gemuk karena kurangnya aktivitas mereka sehari-hari.
Gemuk karena hormon	Informan merasa orang sekitar informan ada yang gemuk akibat pengaruh ketidakseimbangan hormon (misal akibat konsumsi pil KB).
Gemuk karena keturunan	Merasa bahwa gemuk yang terjadi pada lingkungan informan merupakan akibat dari faktor keturunan
Obesitas karena susah mengontrol makan	Merasa bahwa salah orang terdekat berada pada kondisi obesitas akibat susah mengontrol nafsu makannya
"nggak pingin ngurusin?"	Kata-kata yang dilontarkan pada informan oleh orang-orang terdekat yang berkomentar terhadap bentuk tubuh informan.
"diet dong"	Kata-kata yang dilontarkan pada informan oleh orang-orang terdekat yang berkomentar terhadap bentuk tubuh informan.
"inget perut, inget tangan, inget kaki"	Kata-kata yang dilontarkan pada informan oleh orang-orang terdekat yang berkomentar terhadap bentuk tubuh informan.
"jangan makan banyak-banyak"	Kata-kata yang dilontarkan pada informan oleh orang-orang terdekat yang berkomentar terhadap bentuk tubuh informan.
"jangan banyak nyemil"	Anjuran dari orang sekitar informan kepada informan agar mengurangi kebiasaan nyemilnya.
"udah segitu aja, jangan dinaikin lagi"	Kata-kata yang dilontarkan pada informan oleh orang-orang terdekat yang berkomentar terhadap bentuk tubuh informan
Kesal kalau dibilang gemuk	Merasa kesal jika ada orang sekitar informan yang berkata pada informan bahwa informan gemuk
Dimarahi keluarga	Karena bentuk tubuh yang dimilikinya, informan seringkali dimarahi oleh keluarganya
Uang saku dikurangi	Hukuman akibat kelebihan berat badan yang diterima berupa pengurangan uang saku bulanan
BB tetap naik	Berat badan tetap naik walaupun menerima perlakuan negatif dari lingkungan sekitar
Merasa usaha tidak berhasil	Merasa bahwa usahanya untuk menurunkan berat badan tidak membuahkan hasil
Teman mendukung untuk menurunkan berat badan	Teman-teman informan mendukung dan mengajak informan untuk menurunkan berat badan (melakukan usaha bersama misalnya fitness bersama)
Stress pelariannya ke makanan	Saat stress informan berusaha mengatasinya dengan cara mengonsumsi makanan
Ngerjain tugas sambil ngemil	Ketika mengerjakan tugas kuliah informan seringkali nyemil makanan
Saudara fine-fine aja	Informan merasa saudara sekitar informan tidak memaksa informan untuk menurunkan berat badannya.
Banyak komentar negatif	Banyak komentar negatif yang didapat informan dari orang-orang terdekat dalam mengomentari bentuk tubuh informan

Sering dikucilkan	Merasa sering dikucilkan oleh orang-orang sekitar informan
Cuek	Dalam menanggapi komentar dari orang sekitar informan, informan merasa cuek dan menganggapnya angin lalu.
Tidak marah	Tidak ada perasaan marah ketika mendapat komentar negatif dari masyarakat terkait bentuk tubuh yang dimiliki informan
Orang obesitas harus bisa mengangkat harga dirinya	Salah satu pandangan informan terkait pendapat masyarakat tentang obesitas, seseorang yang obesitas harus bisa mengangkat harga dirinya agar tidak diremehkan
Gak punya kelebihan pasti dilecehkan	Masyarakat akan melecehkan seseorang yang obesitas dan tidak memiliki kelebihan apapun
Aku harus	Dalam menanggapi komentar dari orang sekitar informan, informan merasa harus menurunkan berat badannya.
Semangat naik turun	Informan merasa semangatnya dalam menurunkan berat badan terkadang naik terkadang turun.
Motivasi naik turun jadi gagal	Informan merasa kegagalan program-program penurunan berat badan yang dijalannya gagal akibat belum adanya motivasi yang kuat dalam diri informan.
Ingin membuktikan iklan	Jika melihat iklan penurunan berat badan, informan ingin membuktikan apakah produk tersebut benar-benar dapat menurunkan berat badan kemudian informan mencoba/membelinya.
Iklan terlalu impossible secepat itu	Merasa bahwa produk iklan untuk menurunkan berat badan yang ditawarkan menggiur namun terlalu impossible (tidak mungkin) untuk dilakukan
Iklan buat bimbang	Dengan produk yang ditawarkan, informan seringkali merasa bimbang untuk mencoba produk penurunan berat badan
Iklan menimbulkan motivasi	Iklan produk penurunan berat badan menimbulkan motivasi ingin kurus pada informan
Iklan buat pingin nurunin BB	Produk iklan penurunan berat badan membuat informan menjadi timbul rasa keinginannya untuk menurunkan berat badannya
Lebih baik olah raga	Penurunan berat badan secara singkat yang dijanjikan oleh iklan produk penurunan berat badan membuat informan berpikir bahwa hal tersebut memberikan dampak yang kurang maksimal sehingga informan berpikir bahwa cara yang sebaiknya dilakukan adalah olahraga
Rasanya kaya frustrasi	Setelah mencoba usaha menurunkan berat badan namun hasil penurunan yang diperoleh tidak sesuai dengan yang diharapkan informan merasa frustrasi
Pingin balik fitnes tapi sibuk	Rutinitas fitnes yang dijalankan informan guna menurunkan berat badannya terhenti akibat kesibukan informan pada hal lain, namun informan masih ingin melakukannya lagi
"Iho kok gak berhasil ya udah gak kuterusin"	Ketika sedang mencoba produk penurunan berat badan dan informan merasa tidak berhasil, maka informan memutuskan untuk berhenti

	menggunakan produk tersebut lagi.
Mengidolakan artis yang tulangnya besar tapi badannya bagus	Informan mengidolakan artis yang memiliki tulang besar namun badannya bagus.
Idola hanya memberi pandangan	Informan merasa pengaruh idola hanya sebatas memberi pandangan namun tidak mengagumi secara fanatik.
Masyarakat menilai obesitas itu buruk	Informan merasa pandangan masyarakat terkait obesitas buruk karena akhir-akhir ini obesitas disebut sebagai penyakit.
Masyarakat menilai obesitas tidak sehat	Merasa pandangan masyarakat saat ini sudah mulai bergeser ke arah bahwa orang yang obesitas berada pada kondisi yang tidak sehat
Masyarakat menilai obesitas negatif	Masyarakat menilai obesitas sebagai hal yang negatif
Masyarakat memandang overweight gapapa	Informan merasa pandangan masyarakat terkait orang yang overweight adalah tidak ada masalah (dianggap biasa saja)
Penilaian negatif berupa ledakan	Pandangan bahwa masyarakat secara umum menilai obesitas sebagai hal negatif jika dikaitkan dengan berbagai penyakit yang ditimbulkan dan diwujudkan dalam bentuk ledakan
Ada perkumpulan orang obesitas yang menganggap hal tersebut wajar	Informan merasa ada perkumpulan orang obesitas yang mana mereka menganggap kondisi obesitas mereka sebagai suatu hal yang wajar.
Berusaha memberi pengertian	Berusaha memberi pengertian terkait obesitas pada orang-orang sekitar informan karena informan tidak ingin mereka berada pada kondisi demikian
Obesitas itu dulu positif sekarang negatif	Pandangan masyarakat umum terkait obesitas sebelumnya merupakan hal yang positif, namun seiring dengan berjalannya waktu dan nadanya penelitian-penelitian, informan merasa pandangan tersebut menjadi negatif.
Obesitas itu kelebihan berat badan	Kriteria obesitas yang diketahui oleh informan adalah kelebihan berat badan seseorang
Obesitas itu kelebihan BMI	Kriteria obesitas adalah kelebihan <i>body mass index</i> (BMI) seseorang
Obesitas itu dilihat dari lemak tubuh	Kriteria obesitas dapat dilihat dari kadar lemak tubuh seseorang
Obesitas itu dilihat dari lingkar perut	Kriteria obesitas dapat dilihat dari lingkar perut seseorang
Obesitas itu dilihat dari lingkar pinggang	Kriteria obesitas dapat dilihat dari lingkar pinggang seseorang
Obesitas itu dilihat dari lingkar lengan	Kriteria obesitas dapat dilihat dari lingkar lengan seseorang

Obesitas itu dilihat dari lingkar dada	Kriteria obesitas dapat dilihat dari lingkar dada seseorang
Obesitas itu tidak enak dipandang	Kriteria obesitas secara fisik yakni ketika memandang seseorang yang obesitas maka orang tersebut akan merasa tidak enak
Obesitas berhubungan dengan banyak penyakit	Obesitas adalah hal yang dihubungkan dengan timbulnya berbagai penyakit.
Obesitas bikin DM	Dampak/efek yang ditimbulkan dari obesitas itu sendiri menurut informan adalah timbulnya penyakit DM (diabetes mellitus).
Obesitas bikin PJK	Dampak/efek yang ditimbulkan dari obesitas itu sendiri menurut informan adalah timbulnya penyakit PJK (penyakit jantung koroner).
Obesitas bikin osteoporosis	Dampak/efek yang ditimbulkan dari obesitas itu sendiri menurut informan adalah timbulnya penyakit osteoporosis akibat beban tubuh yang besar.
Obesitas bikin stroke	Dampak/efek yang ditimbulkan dari obesitas itu sendiri menurut informan adalah timbulnya penyakit stroke.
Obesitas bikin hipertensi	Dampak/efek yang ditimbulkan dari obesitas itu sendiri menurut informan adalah timbulnya penyakit hipertensi.
Obesitas bikin kesehatan menurun	Dampak/efek yang ditimbulkan dari obesitas itu sendiri menurut informan adalah menurunnya status kesehatan seseorang
Obesitas bikin sesak nafas	Dampak/efek yang ditimbulkan dari obesitas itu sendiri menurut informan adalah gangguan sesak nafas
BB pernah turun	Berat badan informan pernah turun setelah menjalani program penurunan berat badan.
Gagal terus	Pernah berusaha (lebih dari sekali) untuk menurunkan berat badan dan berhasil namun tidak lama kemudian berat badan naik kembali
Teman berhasil	Punya teman yang berhasil menjalani program penurunan berat badan
Semakin semangat pas berhasil turun	Ketika menjalani program penurunan berat badan dan berhasil turun, informan menjadi lebih semangat untuk menjalani program tersebut.
Akan menurunkan BB karena ingin nyaman	Informan memiliki motivasi untuk menurunkan berat badan karena ingin merasa nyaman terutama dalam aktivitas sehari-hari
Kalau ada metode yang cocok saya akan menurunkan BB	Informan akan menurunkan berat badannya nanti jika ada metode yang dirasa sesuai dengan dirinya (sampai saat ini belum ingin menurunkan berat badannya)
Belum ingin	Sampai saat ini informan belum memiliki keinginan untuk menurunkan berat badannya
Belum pernah menurunkan BB	Belum pernah mencoba untuk menurunkan berat badan
Belum berencana	Belum berencana untuk menurunkan berat badan
Kondisi sekarang tidak memungkinkan diet	Merasa bahwa dengan kegiatan yang dijalani sekarang tidak memungkinkannya informan mempunyai waktu untuk melakukan usaha penurunan berat badan

Belum ada waktu	Merasa bahwa untuk menjalani proses penurunan berat badan informan masih belum mempunyai waktu
Ingin kurus	Ingin menurunkan berat badannya
Teman suka mengajak makan	Susah menolak ajakan teman ketika keluar bersama dan mengajak makan bersama
Tunjukkan kelebihanku	Berusaha mendapatkan penerimaan dari orang-orang sekitar dengan cara menunjukkan kelebihan yang dimilikinya
Ketika kurus lebih PD	Merasa bahwa ketika berhasil menurunkan badan dan kurus, informan menjadi lebih percaya diri
Yang terpenting niat	Faktor terpenting dalam keberhasilan menurunkan berat badan adalah niat
Kalau mau turun harus konsisten niatnya	Faktor terpenting dalam keberhasilan menurunkan berat badan adalah konsisten dalam niat
Akunya bandel	Pengakuan informan terhadap ketidaktaatannya saat menjalani program penurunan berat badan
Naik lagi	Pengalaman berat badan turun saat menjalani program namun berat badan kembali naik
Tapi belum tau kapan	Berencana menurunkan berat badan namun sampai saat ini belum tau kapan akan memulai hal tersebut
Kurusin	Keluarga menyuruh informan untuk menurunkan berat badannya.
Saya tidak mau menurunkan BB	Informan tidak mau menurunkan berat badannya
Ada fasilitas	Disediakan fasilitas olah raga guna menunjang proses penurunan BB oeh keluarga di rumah
Masih sibuk	Masih sibuk sehingga merasa tidak punya waktu untuk menurunkan BB
Takut akan resiko obese	Informan takut akan resiko obesitas yang akan dihadapi kedepannya apabila terus berada pada kondisi obesitas
Saya memikirkannya	Permasalahan obesitas menjadi hal yang difikirkan secara khusus oleh informan
Hal lain lebih banyak yang harus difikirkan	Informan merasa bahwa banyak hal lain, selain kesehatan yang patut menjadi perhatian informan, misalnya hal-hal terkait perkuliahan
Belum tau cara yang tepat	Sampai saat ini informan merasa belum tau cara yang tepat dan sesuai untuk menurunkan berat badan
Saya bingung	Informan merasa tidak tau bagaimana harus memulai, memilih metode apa, serta kapan memulai untuk melakukan penurunan berat badan
Tidak peduli dengan masalah ini	Karena bingung dalam menurunkan berat badan, serta permasalahan tersebut tidak menjadi perhatian utama informan, maka informan tidak memperdulikan masalah tersebut.
Pernah diejek	Ketika kecil informan pernah mendapatkan ejekan karena bentuk tubuhnya yang gemuk
Karena dulu sakit, trus	Informan dahulunya mengalami gangguan kesehatan yang



disuruh makan baik, dan keterusan deh	menyebabkan informan harus bedrest dan ketika itu asupan makan informan sangat baik dan ternyata kebiasaan makan berlebih tersebut terbawa hingga sekarang.
Pernah diintimidasi	Informan pernah mendapat intimidasi karena bentuk tubuh yang dimiliki
Makan terserah, pokoknya dikasih uang	Dalam hal makan sehari-hari, informan mengaku hanya diberi uang oleh orang tuanya selanjutnya informan bebas makan apapun tanpa pengawasan, hal ini dikarenakan kesibukan setiap orang sehingga sangat jarang ada waktu makan bersama/pengontrolan dalam hal makanan.
Dukungan untuk kurus belum cukup kuat	Disatu sisi informan mendapat dukungan untuk kurus namun disisi lain informan merasa juga mendapat dukungan untuk gemuk
Masih suka makan sama temen	Aktivitas yang seringkali dilakukan informan dengan teman sebaya atau teman dekat informan adalah pergi makan bersama

