

**MAKNA GEMUK BAGI MAHASISWA YANG BERPOSTUR TUBUH  
GEMUK  
DI UNIVERSITAS RIAU PEKANBARU**

**Oleh : Eka Gusni Purba and Achmad Hidir**

**Cp : desone\_eka@gmail.com / 081363873303**

**ABSTRAK**

Penelitian ini berjudul **Makna Gemuk Bagi Mahasiswa yang Berpostur Tubuh Gemuk di Universitas Riau Pekanbaru**. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui makna postur tubuh gemuk dari Mahasiswa yang memiliki tubuh gemuk. Terdapat pula penjelasan perilaku dari para Mahasiswa yang berpostur tubuh gemuk dalam menjalani kesehariannya. Di ketahui bahwa terdapat fakta keberadaan Mahasiswa gemuk yang merupakan bentuk fisik dari seseorang yang dapat menjadikan orang tersebut sebagai pusat perhatian di masyarakat. Dari keberadaan Mahasiswa gemuk di masyarakat maka timbul pula berbagai asumsi baik positif maupun negatif sebagai bahan cerminan untuk Mahasiswa gemuk dalam sosialisasi.

Untuk menganalisa data penelitian dilakukan secara kualitatif, data yang dikumpulkan kemudian dianalisis dengan Teknik life history. Teknik life history merupakan salah satu jenis penelitian kualitatif yang bermaksud mengungkap keberadaan diri seseorang di tengah masyarakat. Dalam hal ini peneliti berusaha menggambarkan kehidupan Mahasiswa yang berpostur tubuh gemuk.

Penelitian ini dilakukan di Kampus Universitas Riau kota Pekanbaru. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari berbagai pandangan Masyarakat terhadap tubuh gemuk maka Mahasiswa yang berpostur tubuh gemuk memaknai bentuk tubuh gemuk mereka sebagai berikut: gemuk simbol kemakmuran, gemuk simbol keberuntungan, gemuk simbol hidup tidak sehat dan gemuk sebagai hak atau keharusan. Mahasiswa gemuk cenderung minder dan kurang percaya diri ketika terdapat olok-olokan atau ejekan dari lingkungan sekitar terhadap dirinya. Ketika Mahasiswa gemuk dianggap penting keberadaannya bagi masyarakat maka Mahasiswa gemuk menganggap gemuk bukan hal yang menakutkan.

Kata kunci : Makna Gemuk, Mahasiswa Gemuk, Prilaku

# **MEANING FAT FOR BODY FAT STUDENT SAT THE UNIVERSITY OF RIAU PEKANBARU**

**By: Eka Gusni Purba and Achmad Hidir**

**Cp : desone\_eka@ymail.com / 081363873303**

## **ABSTRACT**

The study is titled **Meaning Fat For Body Fat Student sat the University of Riau Pekanbaru**. This study aims to determine the meaning of the fat body posture Students who are over weight. There is also an explanation of the behavior of the student body posture fatint heir daily living. In the know that the fact that the existence of a fat student physical for mofa person who can make that person the center of attention in the community. Student sof the existence off at in the community the narises also various assumptions, both positive and negative as a reflection off at in the socialization of students.

To analyze qualitative research data conducted, data collected and analyzed by life-history techniques. Life history techniqueis one type of qualitative research that mean reveal where a person in the community. In this case the researchers at tempted to describe the life of the student body posture fat.

This research was conducted in the city of Pekanbaru Riau University Campus. The results showed that of the various views of the Society of the fat body fat body postures Students in the chubby body shapeas follows: chubby symbol of prosperity, good luck symbols chubby, fat and unhealthy living symbol off at as a right or necessity. Students are obese tend tofeel in ferior and less confident when there is an object of derision or ridicule from the neighborhood against him. Students are conside red obese when their existenc eis important for the student obese people assume fat is not a scary thing.

**Keywords: Meaning Grease, Grease Students, Behavior**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Dalam ilmu sosiologi dikenal adanya konsep diri. Pada dasarnya diri adalah kemampuan untuk menerima diri sendiri sebagai sebuah objek. Diri adalah kemampuan khusus untuk menjadi subjek maupun objek. Diri mensyaratkan proses sosial : komunikasi antar manusia. Diri muncul dan berkembang melalui aktifitas dan antar hubungan sosial. Pikiran dan diri adalah suatu proses mental dan juga sebuah proses sosial.

Dalam proses interaksi antar individu dalam lingkungan masyarakat yang meliputi kontak dan komunikasi terdapat berbagai asumsi atau konsep yang merupakan hasil dari proses interaksi tersebut. Seperti kita kenal adanya konsep gemuk di dalam masyarakat yang tercipta dari proses interaksi antar individu serta kelompok yang kemudian menghasilkan suatu persepsi tentang gemuk itu sendiri. Gemuk merupakan suatu gambaran dari konsep diri yang memiliki makna, dimana istilah gemuk tercipta dari penilaian masyarakat atau individu lain terhadap satu individu akibat terjadinya hubungan sosial. Gemuk merupakan cerminan bentuk diri seseorang yang timbul dari hubungan sosial dalam masyarakat serta menghasilkan berbagai persepsi pula oleh masyarakat terhadap gemuk itu sendiri. Terdapat bermacam-macam penilaian dari disiplin-disiplin ilmu serta masyarakat luas terhadap konsep gemuk yang melekat pada diri individu. Dari berbagai hasil penilaian masyarakat tersebut menimbulkan suatu koreksi diri bagi individu berpostur tubuh gemuk tersebut.

Fakta gemuk di masyarakat menimbulkan berbagai asumsi dan terdapat pula beberapa akibat yang di timbulkan dari kegemukan baik bagi orang yang berpostur tubuh gemuk itu sendiri maupun masyarakat sekitar. Dalam penggunaan sarana umum misalnya dapat kita lihat bahwa orang gemuk menggunakan porsi berlebih di bandingkan orang berpostur tubuh sedang, contohnya dalam penggunaan angkutan umum, porsi tempat duduk orang gemuk lebih luas dibandingkan pengguna jasa angkutan umum lainnya. Dalam kasus tersebut terdapat ketidaknyamanan yang dirasakan oleh pengguna sarana umum di sekitar orang gemuk. Dapat kita lihat di lingkungan masyarakat terdapat beberapa asumsi masyarakat bahwa gemuk itu tidak indah.

Terkadang berpostur tubuh gemuk yang tergolong Obesitas sering menimbulkan rasa tidak nyaman oleh para mahasiswa tersebut. Ketika berjalan-jalan di suatu pusat perbelanjaan misalnya, terdapat model sebuah pakaian yang sangat ia sukai namun tak bisa ia beli untuk ia kenakan karena ukuran baju tersebut tidak muat. Terkadang terdapat masyarakat yang mengolok-olok kegemukan yang di sandang mahasiswa tersebut. hal tersebut membuat mahasiswa yang tergolong ke dalam Obesitas merasa tidak nyaman namun terdapat pula mahasiswa yang menikmati olok-olokan tersebut sebagai sebuah lelucon. Para Mahasiswa tersebut telah mendapat kenikmatan dengan pola hidupnya yang royal terhadap makanan dan makanan

menjadi sarana pemberi ketenangan ketika merasa stres dengan berbagai permasalahan yang di alami.

Berdasarkan uraian diatas terlihat terdapat berbagai asumsi tentang keberadaan orang gemuk (Obesitas), dari asumsi yang positif dan menyambut baik atas keberadaan orang gemuk hingga asumsi yang buruk terhadap keberadaan orang gemuk. Dengan menelaah tentang keberadaan orang gemuk maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “**Makna Gemuk bagi Mahasiswa yang berpostur tubuh gemuk di Universitas Riau**”.

## **B. Tujuan Penelitian**

Adapun yang di jadikan sebagai tujuan dari penelitian ini ialah:

1. Guna mengetahui makna gemuk bagi mahasiswa yang gemuk di Universitas Riau.
2. Guna mengetahui Prilaku Mahasiswa Gemuk dalam menjalani kesehariannya dengan postur tubuh gemuk.

## **C. Tinjauan Teori**

### **Gemuk (Obesitas)**

Gemuk adalah keadaan yang terjadi apabila kuantitas fraksi jaringan lemak tubuh dibandingkan berat badan total lebih besar dari pada normal. **Menurut Ensikopedi**, Obesitas adalah kelebihan berat badan sebagai akibat dari penimbunan lemak tubuh yang berlebihan. Dalam budaya masyarakat kita dapat melihat makna gemuk itu dari berbagai sudut pandang. Ilmu kesehatan menyatakan bahwa gemuk (Obesitas) adalah tidak sehat, karena tercipta dari pola makan yang tidak baik atau berlebihan serta dapat menimbulkan berbagai penyakit. Budaya umum di beberapa masyarakat menyatakan bahwa gemuk ialah symbol dari kemakmuran serta pandangan bahwa gemuk ialah lambang keindahan karena terdapat nilai jual dari postur tubuh gemuk.

Gemuk merupakan suatu konsep yang melekat pada diri seseorang yang didasari oleh fakta yang terlihat dari gambaran bentuk tubuh. Berpostur tubuh besar dengan timbunan lemak di tubuh merupakan ciri dari orang gemuk. Ukuran pakaian yang besar yaitu di atas XL juga menjadi tolak ukur bahwa orang tersebut tergolong gemuk. Fenomena gemuk merupakan suatu hal yang lazim terjadi di berbagai lapisan masyarakat.

### **1. Perspektif Dramaturgi**

Menurut Goffman, diri bukan milik aktor tetapi lebih sebagai hasil interaksi dramatis antar aktor dan audien. Diri adalah “pengaruh dramatis yang timbul dari suasana yang ditampilkan”. Karena diri adalah hasil interaksi dramatis, maka mudah terganggu selama penampilannya. Goffman berasumsi bahwa saat berinteraksi, aktor ingin menampilkan perasaan diri yang dapat diterima oleh orang lain. Tetapi, ketika menampilkan diri, aktor menyadari bahwa anggota audien dapat mengganggu

penampilannya. Karena itu aktor menyesuaikan diri dengan mengendalikan audien, terutama unsur-unsur yang dapat mengganggu. Goffman menggolongkan perhatian sentral ini sebagai “manajemen pengaruh”. Manajemen ini meliputi teknik yang digunakan aktor untuk mempertahankan kesan tertentu dalam menghadapi masalah yang mungkin mereka hadapi dan metode yang mereka gunakan untuk mengatasi masalah itu.

Dalam hal ini terkadang lingkungan masyarakat di sekitar orang gemuk dapat mengganggu kenyamanan dari keberadaan orang gemuk dengan stigma negatif yang di ciptakan oleh lingkungan masyarakat. Seperti adanya anggapan bahwa *big is not beautiful*, gemuk lambang keserakahan dan lain sebagainya. Namun orang gemuk tidak ingin di cap dengan stigma yang negatif. Meskipun terkadang merasa tersudutkan oleh stigma negatif yang di lekatkan oleh masyarakat, orang gemuk mampu bertahan dalam lingkungan masyarakat dengan modal stigma yang positif.

## **2. Perspektif Looking The Glass Self**

Menurut Charles Horton Cooley, gejala looking-glass self (diri cermin): seakan-akan kita menaruh cermin di depan kita . pertama, kita membayangkan bagaimana kita tampak pada orang lain; kita melihat sekilas diri kita seperti dalam cermin. Misalnya, kita merasa wajah kita jelek. Kedua, kita membayangkan bagaimana orang lain menilai penampilan kita. Kita berpikir mereka menganggap kita tidak menarik. Ketiga, kita mengalami perasaan bangga atau kecewa; orang merasa sedih atau malu.

Seseorang yang berpostur tubuh gemuk yang merupakan hasil dari makan-makanan yang beraneka ragam, hidupnya santai serta jarang beraktifitas. Masyarakat luas menganggap orang tersebut adalah pemalas serta boros dalam hidupnya sehingga berakibat pada kegemukan. Orang gemuk merasa kurang dihargai dan terlalu di cap buruk. Hal tersebut membuat ia merasa minder berada di dalam lingkungan masyarakat. Maka di sini perasaan seseorang mengenai penilaian orang lain terhadap dirinya menentukan penilaiannya terhadap dirinya sendiri. Seseorang merupakan pencerminan penilaian orang lain.

## **3. Perspektif Mind, Self and Society**

Melakukan sesuatu berarti memberikan respon terorganisir tertentu; dan bila seseorang memberikan respon itu dalam dirinya, ia mempunyai apa yang kita sebut pikiran. Dengan demikian pikiran dapat dibedakan dari konsep logis lain seperti konsep ingatan dalam karya mead melalui kemampuan menanggapi komunitas secara menyeluruh dan mengembangkan tanggapan terorganisir.

Berkaitan dengan konsep pikiran, orang gemuk mampu memikirkan bagaimana pandangan masyarakat luas tentang dirinya dan tentang aktifitas kesehariannya yang mungkin tidak jauh berbeda dengan masyarakat luas. Namun, terdapat beberapa perbedaan yang mencakup pikiran berdasarkan postur tubuh yang berbeda antara orang gemuk dengan orang-orang yang berpostur tubuh normal. Orang gemuk juga memikirkan perbedaan-perbedaan yang terdapat pada dirinya dengan

masyarakat lingkungannya sehingga menjadi suatu pengintropeksi diri agar mampu tetap bersanding dengan masyarakat luas.

Blumer mendefinisikan diri dalam pengertian yang sangat sederhana “apa saja yang diketahui orang lain itu berarti bahwa hanya manusia yang dapat menjadikan tindakannya sendiri sebagai objek, ia bertindak sebagai dirinya sendiri dan membimbing dirinya sendiri dalam tindakanya terhadap orang lain atas dasar pemikiran dia menjadi objek bagi dirinya sendiri”. Proses penapsiran dari dua langkah berbeda. Pertama, aktor menunjukkan kedirinya sendiri sesuatu yang akan ia lakukan; ia menunjukkan ke dirinya sendiri sesuatu yang memiliki arti, interaksi dengan diri sendiri ini adalah sesuatu yang lain dari elemen-elemen psikologis saling mempengaruhi; ini adalah sebuah contoh keterlibatan seseorang dalam proses komunikasi dengan dirinya sendiri. Kedua, berdasarkan proses komunikasi dengan diri sendiri, penafsiran menjadi persoaran pengelolaan makna. Aktor memilih, memeriksa, mengelompokkan ulang dan mengubah arti dilihat dari situasi dimana dia ditempatkan dan arah tindakannya

Orang yang berpostur tubuh gemuk tergolong kedalam masyarakat yang hadir melalui rekrutmen reproduksi, bertahan serta berkembang melebihi masa hidup dari seorang yang berpostur tubuh gemuk. Dalam kehidupannya orang gendut mengembangkan sistem yang bersifat swasembada. Orang gemuk hadir dan berkembang dalam lingkungan masyarakat serta menjadi anggota dari masyarakat dengan hubungan sosial yang terjalin. Proses sosial berupa sosialisasi dialami oleh orang gemuk untuk dapat bertahan serta berkembang di dalam lingkungan masyarakat secara terus menerus dan turun menurun.

#### **4. Prilaku**

Prilaku manusia merupakan hasil dari segala macam pengalaman serta interaksi manusia dengan lingkungannya yang terwujud dalam bentuk pengetahuan, sikap, dan tindakan. Dengan kata lain, prilaku merupakan respons(reaksi) seseorang individu terhadap stimulus yang berasal dari luar maupun dari dalam dirinya. Respon ini dapat bersifat pasif (tanpa tindakan: berfikir, berpendapat, bersikap), maupun aktif (melakukan tindakan). Prilaku aktif itu dapat di lihat sedangkan prilaku yang pasif tidak tampak, seperti misalnya pengetahuan, persepsi ataupun motifasi. Dalam sosiologi kesehatan di jelaskan bahwa prilaku kesehatan dapat di rumuskan sebagai segala bentuk pengalaman dan interaksi individu dengan lingkungannya, khususnya yang menyangkut pengetahuan dan sikap tentang kesehatan, serta tindakan yang berhubungan dengan kesehatan.

#### **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini di lakukan di kota Pekanbaru tepatnya di lingkungan Universitas Riau . Pemilihan lokasi penelitian yang dilakukan di Universitas Riau karena terdapat beberapa Mahasiswa yang masuk dalam kategori orang gemuk (obesitas) di wilayah tersebut. Ketika peneliti melakukan obserfasi lapangan untuk memutuskan lokasi penelitian maka terlihat bahwa di seluruh Fakultas di Universitas Riau terdapat

mahasiswa yang bertubuh gemuk. Maka keberadaan mahasiswa yang memiliki postur tubuh gemuk dengan indeks massa tubuh  $\geq 30$  di Universitas Riau yang menjadi alasan pemilihan lokasi penelitian.

Indeks Massa Tubuh di ukur dengan Rumus sebagai berikut:

$$BMI = \text{kilogram/meter}^2$$

$$BMI = b/t^2$$

Keteranagn: b ialah berat dalam kilogram, t ialah tinggi dalam meter.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### A. Identitas Subyek

#### 1. Subyek Mawar

Mawar merupakan Mahasiswi yang berkuliah di Universitas Riau tepatnya di Fakultas Ilmu Sosial Dan Ilmu Politik. Mawar yang memiliki tubuh yang besar dan gemuk ini berkulit sawo matang memiliki wajah yang cantik dan manis. Mawar digolongkan kedalam Mahasiswa yang berpostur tubuh Gemuk karena memiliki Indeks Massa Tubuh diatas 30 yaitu 36,5 dengan Berat Badan 100 Kg serta Tinggi 165 Cm. Mawar mengatakan bahwa ia sangat alergi terhadap timbangan badan. Menimbang berat badan sangat membuatnya tidak percaya diri sehingga ia tidak pernah menimbang berat badan di depan teman-temannya. Ia sangat takut di jadikan bahan olok-olokan oleh teman-temannya jika ia menimbang berat badan di depan mereka. Mawar pernah mengalami kejadian yang dianggapnya sangat memalukan dengan keberadaan timbangan berat badan. Di waktu Mawar duduk di bangku Sekolah Dasar terdapat praktek mengukur tinggi badan dan berat badan, ketika ia mendapat giliran mengukur tinggi serta berat badan maka ia di tertawai oleh teman-teman satu kelasnya karena berat badanya yang berada di tingkat teratas di kelas tersebut. Olok-olokan yang dilakukan oleh teman-temannya sangat menyinggu perasaannya hingga membuat Mawar menangis.

#### 2. Subyek Fajar Sidik Sitompul

Mahasiswa yang bernama Fajar Sidik Sitompul merupakan Mahasiswa Universitas Riau yang berkuliah di jurusan Ilmu Kelautan Fakultas Perikanan dan Ilmu Kelautan. Mahasiswa yang sedang menjalani perkuliahan di semester delapan ini biasa di panggil Ibob oleh keluarga serta teman-temannya. Fajar terlahir dalam keluarga batak yang memeluk agama islam. Sejak berkuliah di jurusan ilmu kelautan, Fajar sangat hoby menyelam (daiving). Ia mengikuti sebuah organisasi daiving di kampusnya yaitu MSDC ( *Marine Scrence Diving Club*). Selain daiving, fajar juga sangat hoby makan. Porsi makan Fajar tergolong paling besar dintara teman satu kosnya. Di kamar kos Fajar selalu tersedia makanan ringan atau cemilan. Hal tersebut yang menjadi pemicu kegemukan yang terjadi pada dirinya. Selain itu, Fajar terlahir di tengah-tengah keluarga yang memiliki postur tubuh gemuk. Ibu Fajar memiliki tubuh yang gemuk, kedua Kakak Fajar juga memiliki tubuh yang gemuk. Selain itu

Paman dan Tante dari Fajar memiliki tubuh yang gemuk. Fajar yang merupakan anak bungsu dari lima bersaudara, ia lahir pada tanggal 10 September 1991 di Medan Sumatra utara. Fajar di golongkan kedalam Mahasiswa yang berpostur tubuh gemuk karena memiliki Indeks Massa Tubuh di atas 30 yaitu 34,5 dengan berat badan 102 serta tinggi 172 cm.

### 3. Subyek Rosshalia

Rosshalia ialah seorang mahasiswi di Fakultas Perikanan dan Ilmu Kelautan Universitas Riau dan mengambil jurusan Ilmu Kelautan. Mahasiswi yang memiliki nama Panggilan Ocha ini merupakan anak ke dua dari empat bersaudara. Ocha lahir di Tanjung Balai karimun yaitu sebuah pulau kecil yang berada di Propinsi Kepulauan Riau pada tanggal 3 Januari 1992. Ocha lahir di tengah-tengah keluarga yang bersuku melayu. Suku melayu sangat identik dengan Islam yang merupakan agama sebagai kepercayaan dari Ocha beserta Keluarga.

Menyelam (Daiving) merupakan hoby dari mahasiswi yang memiliki berat badan 85 kg dengan tinggi 155 cm ini. Dengan berat badan serta ukuran tinggi tersebut maka Ocha di golongkan kedalam mahasiswa mengalami kegemukan (Obesitas). Indeks Massa Tubuh Ocha diatas 30 yaitu 35,4. Meskipun pada awalnya Ocha sering mengalami kesusahan dalam melakukan daiving dan tergolong lamban di anding teman-temannya. Karena Ocha menyukai dunia selam maka ia terus berusaha dengan giat untuk belajar menyelam. Diakui Ocha selama ia mengikuti Organisasi penyelam (daiving) di kampus ia merasakan berat badanya sedikit berkurang. Hal tersebut membuat Ocha semakin mengemari daiving.

### 4. Subyek Kafka Nafisa

Kafka Nafisa yang memiliki nama panggilan kafka merupakan seorang Mahasiswi Fakultas Ekonomi Universitas Riau. Mahasiswi yang sedang sibuk mengerjakan tugas akhir ini merupakan seorang anak yang terlahir di tengah-tengah keluarga minang. Ayah dari Kafka merupakan orang Padang asli begitu pula dengan Ibu Kafka. Kafka Lahir di Kota Pekanbaru Riau pada tanggal 5 Maret 1991. Dahulunya Orang Tua Kafka menginginkan kafka berkuliah di Kebidanan namun keinginan Orangtua Kafka tidak sejalan dengan Kafka yang menginginkan berkuliah di Jurusan Manajemen. Mau tidak mau Orangtua kafka merelakan anaknya masuk ke Fakultas Ekonomi dan Mengambil jurusan Manajemen sesuai keinginan Kafka. Kafka dapat Berkuliah di Fakultas Ekonomi melalui jalur tes SNMPTN (Seleksi Nasional Masuk Perguruan Tinggi Negeri). Mahasiswi yang memiliki berat badan 95 kg dengan tinggi 165 cm ini sangat gemar makan Bakso. Meskipun ia pernah mengalami luka usus yang membuatnya lama di rawat di rumah sakit hal tersebut tidak membuatnya jera untuk tetap mengkonsumsi bakso dan berbagai jajanan lain yang dapat memicu luka ususnya terjadi kembali.

#### 5. Subyek Merkurius

Merkurius ialah seorang mahasiswa yang berkuliah di Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam Universitas Riau. Mahasiswa yang lahir pada tanggal 2 April 1991 di kerinci jambi ini memiliki suku yang tidak jelas, ia terlahir dari seorang ayah yang bersuku Minang dan Ibu yang bersuku Batak. Seorang nak yang terlahir dalam lingkungan keluarga minang akan ikut suku dari ibu (matrilineal) sedangkan dalam adat batak akan mengikuti suku ayah (patrilinial). Berdasarkan keterangan tersebut maka Merkurius tidak mengikuti suku ayah ataupun suku ibu. Merkurius digolongkan kedalam mahasiswa yang berpostur tubuh gemuk karena memiliki Indeks Massa Tubuh 36,00 dengan berat badan 109 kg dan tinggi 174 cm. Merkurius sering merasakan adanya rasa kurang nyaman dengan tubuh gemuk yang di milikinya. Merkurius merasakan pergerakan tubuhnya terasa sangat lamban jika di bandingkan dengan teman-temannya yang bertubuh sedang.

#### 6. Subyek wahyu Syaputri

Wahyu syaputri ialah seorang mahasiswi jurusan pendidikan Biologi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Riau. Sejak duduk di bangku SMP (Sekolah Menengah Pertama) Wahyu telah menyukai pelajaran Biologi di samping itu Guru faforit Wahyu ketika SMP ialah Ibu Guru Biologi. Hingga duduk di bangku SMA (Sekolah Menengah Atas) Biologi tetap menjadi mata pelajaran faforit Wahyu. Hal tersebut yang menjadi alasan wahyu untuk mengambil jurusan Pendidikan Biologi sebagai jurusannya berkuliah. Mahasiswi yang lahir di Rengat pada tanggal 14 Agustus 199 ini sedang sibuk-sibuk

Sejak kanak-kanak Wahyu telah memiliki tubuh yang gemuk tidak heran jika steman-teman sepermainannya memanggil dia dengan nama panggilan Emrot (gendut). Hingga saat ini nama panggilan Embrot masih melekat pada wahyu. Teman-teman satu kos wahyu sering memanggil wahyu dengan pangilan Emrot. Wahyu di golongankan kedaam Mahasiswa yang berpostur tubuh gemuk karena memiliki criteria bertubuh gemuk (Obesitas) dengan Indeks Massa Tubuh 40,3 dengan berat badan 98 kg dan tinggi 156 cm.

### **B. Makna Gemuk bagi Mahasiswa yang berpostur tubuh gemuk**

#### 1. Kemakmuran

Kata makmur menurut **kamus bebar bahasa indonesia** ialah: makmur adalah banyak hasil, banyak penduduk dan sejahtera, serba berkecukupan dan tidak kekurangan. Berdasarkan uraian kata makmur tersebut maka gemuk suatu lambang kemakmuran ialah bahwa tubuh yang gemuk menggambarkan tentang kehidupan orang gemuk selalu berkecukupan dan tidak kekurangan. Dalam hal ini gemuk mencirikan tentang kehidupan yang sejahtera dari mahasiswa gemuk itu sendiri. Kesejahteraan, hidup yang selalu berkecukupan dan tidak pernah berkekurangan melekat pada diri orang gemuk berdasarkan ukuran makmur di lingkungan

masyarakatnya, bercermin dari masyarakat kemudian di lekatkan pada diri mereka sendiri.

## 2. Keberuntungan

Keberuntungan didefinisikan sebagai suatu fenomena yang tidak terprediksi yang membawa seseorang pada sesuatu yang diinginkan. Dalam kalimat yang lain, keberuntungan ialah mendapatkan sesuatu yang diharapkan dengan cara yang tidak diketahui atau tidak terpikirkan sebelumnya. Dengan kata lain keberuntungan sama artinya dengan hoki. Dalam hal ini keberuntungan meliputi kemudahan-kemudahan yang dapat terjadi tanpa terduga dengan tubuh yang gemuk yang di miliki oleh subyek penelitian.

## 3. Tidak sehat

Definisi tidak sehat berbanding terbalik dengan definisi sehat. Dalam hal ini tidak sehat yang dimaksudkan ialah meliputi badan(jasmani) yang tidak sehat maupun rohani(mental), dan sosial serta dapat mengalami cacat maupun kelemahan. Tubuh seseorang yang tidak sehat terjadi karena pola hidup yang tidak sehat pula. Pola hidup yang tidak sehat diartikan sebagai polahidup yang tidak teratur yang meliputi polamaka yang kurang baik dan tidak beraturan serta olahraga atau pergerakan yang kurang dari tubuh orang tersebut.

Dalam sangkutannya antara pola hidup tidak sehat sangat berpengaruh pada terjadinya kegemukan (obesitas). Pola hidup tidak sehat dapat menimbulkan kegemukan. Selain itu kegemukan dapat berujung pada penyakit, penyakit tersebut timbul dalam tubuh yang seseorang yang berbadan gemuk. Terdapat dua subyek penelitian yang memiliki tubuh gemuk dan tubuh yang gemuk tersebut berhubungan dengan pola hidup tidak sehat serta adanya penyakit (sakit).

## 4. Hak (Keharusan)

Di dalam Kamus Bahasa Indonesia hak memiliki pengertian tentang sesuatu hal yang benar, milik, kepunyaan, kewenangan, kekuasaan untuk berbuat sesuatu. Berdasarkan uraian tersebut maka hak atau keharusan ialah sesuatu yang di dapat oleh seseorang dan harus di terima. Dalam pembahasan hak atau keharusan yang di maksudkan ialah hak atau keharusan menerima kegemukan yang ada pada diri mahasiswa yang berpostur tubuh gemuk. Mahasiswa gemuk tidak dapat meneolah tubuhnya untuk gemuk karena telah menjadi hak miliknya sejak ia kanak-kanak. Hak menjadi mahasiswa gemuk membuat mahasiswa yang bertubuh gemuk menjalankan kewajibannya untuk tetap selalu beraktifitas dan terus menikmati tubuh gemuknya tersebut.

## **C. Prilaku dalam menjalani postur tubuh gemuk**

Lingkungan membentuk perilaku sosial seseorang individu dalam menciptakan kesempatan untuk mengembangkan diri individu itu sendiri, tingkat capaian pendidikan masing-masing orang, jenis mata pencaharian atau pekerjaan, agama yang di anut, bentuk keluarga, tipe pemukiman dan lain-lain.

Perilaku tercipta dari diri seseorang berdasarkan stimulus yang ia dapat dalam lingkungan sosialnya dengan adanya kontak dan komunikasi dengan alam dan orang-orang di sekitar. Mahasiswa yang berpostur tubuh gemuk memposisikan dirinya sebagai individu yang memiliki postur tubuh gemuk dan berperilaku sesuai ego dalam dirinya. Ia tahu kedudukannya dalam masyarakat, ia paham bagaimana ia harus bertingkah laku dalam kedudukannya tersebut.

### **1. Perilaku dalam pergaulan sosial**

Bergaul merupakan suatu aktifitas yang selalu dilakukan setiap orang dalam di dalam bermasyarakat sebagai makhluk sosial. Setiap orang memiliki lingkungan pertemanan begitu pula Mahasiswa gemuk yang merupakan individu-individu yang memiliki lingkungan pertemanan. Seperti halnya mahasiswa yang betubuh dengan ukuran Indeks Massa Tubuh yang normal yang dapat berteman dengan siapa saja maka Mahasiswa gemuk pun merasa tidak memiliki batasan untuk bergaul dan berteman.

#### **a. Subyek Mawar**

Subyek Mawar mengatakan bahwa hidup ini terdiri dari dua sisi yaitu baik dan buruk ataupun menyenangkan dan tidak menyenangkan. Seperti bertubuh gemuk yang memiliki dua sisi yaitu suka dan duka. Suka yang di rasakan oleh Subyek Mawar sebagai Mahasiswa yang bertubuh gemuk ialah banyak orang yang sayang dan peduli pada dirinya terutama keluarga. Namun tidak sedikit orang yang mencibir dan memandang jelek tubuh gemuk dari Mawar. Miris memang ketika kita merasa senang terdapat pula rasa sedih di lain sisi. Hal tersebut dimaklumi oleh Mawar dan ia tetap terus berlapang hati.

Tidak berbeda dengan teman-temannya yang berpostur tubuh normal. Dalam bergaul, Mawar tidak mendapatkan masalah yang menjadi penghalang untuk ia berteman dan bergaul dengan siapapun. Meskipun rasa minder atau kurang percaya diri sering timbul tetapi ia mampu menjalani hari-harinya. Diketahui bahwa ukuran tubuh Mawar yang gemuk membuatnya dalam berpakaian sering bermasalah. Mawar selalu mengajak temannya untuk menemaninya membeli pakaian ditoko yang menjual pakaian dengan ukuran yang besar-besar. Dalam berbelanja pakaian, Mawar membutuhkan waktu yang lama untuk memilih. Tidak jarang pakain yang ia sukai dan ingin ia beli ternyata tidak muat untuk ia kenakan. Hal tersebut menimbulkan kejangkelan terhadap tubuh gemuknya ataupun terhadap pakaian tersebut.

#### b. Subyek Fajar Sidik Sitompul

Dalam kesehariannya, Fajar tidak mengalami kesulitan dalam bersosialisasi di lingkungan pertemanannya. Seluruh teman-temannya selalu terbuka terhadap keberadaan Fajar. Meskipun terkadang ia sering di jadikan bahan olok-olokan oleh teman-teman karena tubuh gemuk yang ia miliki, namun hal tersebut membuatnya ikut merasa lucu dan senang. Teman Subyek Fajar ada yang mengatakan bahwa tubuh Subyek Fajar berguna untuk teman. Yang di maksudkan ialah karena tubuh Subyek Fajar hangat dan ketika berada dalam lingkungan yang dingin maka akan banyak teman-teman dari Fajar yang mendekat ke tubuh Fajar. Seperti ketika diadakan kemping di berbagai tempat oleh organisasi yang di ikuti oleh Subyek Fajar dan ketika malam hari di daerah kemping yang terletak di alam terbuka tersebut akan terasa dingin. Keadaan dingin tersebut akan membuat banyak teman Fajar yang mendekat padanya untuk mendapatkan rasa hangat.

#### c. Subyek Rosshalia (Ocha)

Rosshalia yang merupakan seorang subyek penelitian yang terbiasa di panggil Ocha ini memiliki pribadi yang menyenangkan. Ocha merupakan seorang mahasiswi yang aktif dalam perkuliahan berdasarkan penilaian teman-teman satu kelasnya serta keikutsertaannya dalam organisasi yang di dirikan oleh kampus Universitas Riau. Organisasi kemahasiswaan yang di ikuti Ocha ialah *Marine Science Diving Club* yang di singkat dengan MSDC setra Badan Otoriter Mahasiswa (BOM). Keberadaan ocha sering membawa kelucuan di dalam kelas karena ia merupakan mahasiswi yang suka bercanda meskipun terkadang ia sendiri yang di jadikan bahan bercandaan oleh teman-temannya dengan tubuhnya yang gemuk. Ocha merupakan mahasiswi yang sangat terbuka dengan lingkungan dan dunia luar, ia sangat pintar bergaul dan mudah dekat dengan siapapun.

#### d. Subyek Kafka Nafisa

Subyek Kafka Nafisa menuturkan bahwa gemuk bukan suatu penghalang dalam beraktifitas maupun dalam pertemanan. Kafka merasa menjadi orang yang sering di kangenin oleh teman-temannya. Ketika ia tidak masuk dalam perkuliahan baik dengan alasan sakit maupun alasan yang lain, maka akan terdapat beberapa teman kelasnya yang menanyakan keberadaannya Kafka. Kafka tergolong kedalam mahasiswa yang aktif di dalam kelas, ia selalu berusaha untuk tetap percaya diri dengan tubuh gemuknya. Kafka mengatakan tubuh gemuknya tidak mengganggu dalam beraktifitas, kafka dapat tetap aktif seperti teman-temannya yang memiliki berat tubuh dalam ukuran normal.

## E. Subyek Merkurius

Merkurius merupakan seorang mahasiswa yang pendiam. Merkurius cenderung dingin untuk berteman dengan perempuan atau teman mahasiswi di kampus. Merkurius tidak pernah mengikuti organisasi yang ada di kampus karena ia lebih suka fokus pada perkuliahan. Seperti Mahasiswa gemuk pada umumnya, merkurius sering di jadikan bahan bercandaan oleh teman sesama mahasiswa. Meskipun terkadang ia merasa sakit hati dengan bercandaan yang keterlaluan namun Merkurius tetap diam dan tidak melontarkan kemarahan.

Merkurius menuturkan bahwa ia sangat senang ketika berada di tengah-tengah lingkungan keluarga. Ketika di lingkungan keluarga, Merkurius bukanlah seorang yang pendiam. Sebaliknya Merkurius merupakan seorang anak atau seorang adik yang sangat aktif dan cerewet. Dalam mencari pakaian merkurius sering di bantu oleh kakak-kakaknya. Terkadang kakak Merkurius membelikan beberapa helai pakaian untuk Merkurius karena merkurius sering malu jika membeli sendiri pakaiannya yang berukuran sangat besar. Selain membelikan pakaian untuk Merkurius, kakak Merkurius juga pernah beberapa kali menjahitkan baju untuk merkurius karena salah satu kakak merkurius berprofesi sebagai penjahit.

## f. Subyek Wahyu Syaputri

Subyek Wahyu menuturkan bahwa rasa percaya dirinya akan besar ketika ia memakai pakaian atau asesoris yang membuat lekuk tubuh gemuknya tidak terlalu mencolok. Sejauh ini teman-teman Wahyu selalu suka dengan cara berpakaian yang di kenakannya. Meskipun terkadang terdapat teman-teman laki-laki di kampus yang meledek tubuh Wahyu ataupun cara berpakaian Wahyu namun Wahyu akan menanggapi dengan senyum atau tertawa dan menganggapnya sebagai bercandaan yang biasa. Di balik ledekan dari teman-temannya, Wahyu juga pernah beberapa kali mendapat pujian baik karena pakaiannya bagus maupun sosoknya yang terlihat canti. Hal tersebut sangat menggembirakan bagi Wahyu. Wahyu merasa antara orang yang gemuk ataupun yang kurus ataupun yang bertubuh normal tidak memiliki perbedaan yang signifikan dalam bersosialisasi, semua tergantung pribadinya. “Selama kita menikmati dan mensyukuri tubuh yang di berikan oleh sang pencipta maka semua akan berjalan baik dan menyenangkan”. Begitulah tutur Wahyu Syaputri.

## 2. Prilaku dalam sosial budaya

Dalam lingkungan sosial terdapat berbagai pandangan umum terhadap keberadaan orang gemuk dari pandangan yang positif hingga yang negatif. Terdapat pandangan bahwa gemuk merupakan gambaran kemakmuran seseorang, gambaran keberuntungan, gambaran keindahan, gambaran hidup tidak sehat, hingga gemuk

menjadi suatu keharusan. Berdasarkan pandangan-pandangan tersebut maka terdapat berbagai gambaran perilaku Mahasiswa gemuk berdasarkan pandangan yang di lekatkan pada diri mereka. Perilaku para Mahasiswa gemuk bertitik tolak pada lingkungan sosialnya memandang mereka.

Lima dari enam subyek penelitian yaitu Subyek Mawar, Subyek Fajar, subyek Ocha, Subyek Merkurius dan subyek Wahyu mengatakan bahwa mereka bertubuh gemuk sejak masih balita. Menjadi balita atau anak-anak yang gemuk banyak mendapatkan berbagai jenis perlakuan dari masyarakat yang terasa menspesialkan keberadaan mereka. Terdapat Mahasiswa gemuk yang pro dan menerima dengan senang hati terhadap perlakuan lingkungannya yang menganggap bayi sehat ialah yang bertubuh gemuk. Mereka menyambut bahagia selama hal tersebut tidak di rasa merugikan. Namun ternyata terdapat pula Mahasiswa gemuk yang kontra dan tidak suska di perlakukan serta di manja-manja sebagai anak yang gemuk karena terasa mengganggu jati diri mereka sebagai pria. Terdapat Mahasiswa gemuk pria yang merasa perlakuan masyarakat yang menganggap bayi yang sehat itu yang gemuk dan terlihat lucu serta menggemaskan terasa menggaggunya. Ketika kanak-kanak ia sering di cubit kegemasan sehingga menimbulkan rasa jengkel dan seolah di perlakukan seperti anak perempuan hal tersebut membekas dan membuatnya merasa tidak suka.

## **KESIMPULAN**

Mahasiswa berpostur tubuh gemuk menguraikan bagaimana mereka memaknai tubuh gemuk yang melekat pada diri mereka. Pengertian tubuh gemuk dari para mahasiswa gemuk berdasarkan penelitian yang di lakukan ialah gemuk sebagai suatu simbol kemakmuran, gemuk simbol keberuntungan, gemuk simbol hidup tidak sehat dan gemuk merupakan suatu hak atau keharusan.

Sebagai makhluk sosial maka mahasiswa Gemuk memiliki perilaku sebagai wujud hubungan sosial dengan lingkungan sekitar. Tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara Mahasiswa yang berpostur tubuh gemuk dengan Mahasiswa bertubuh normal. Mahasiswa gemuk cenderung minder dan kurang percaya diri ketika terdapat olok-olokan atau ejekan dari lingkungan sekitar terhadap dirinya. Meskipun terdapat berbagai gejala dalam hubungan sosial seperti adanya ejekan atau olok-olokan, namun para Mahasiswa gemuk selalu berusaha tetap percaya diri dan berusaha terus bertahan di Masyarakat.

Dengan adanya berbagai pandangan masyarakat baik di lingkungan pertemanan maupun sosial budaya. Seperti gemuk sebagai cermin kemakmuran, keberuntungan, keindahan, dan lain sebagainya serta adanya persepsi bayi yang sehat ialah yang bertubuh gemuk. Pandangan yang positif akan di terima dengan baik oleh para Mahasiswa gemuk. Pandangan yang cenderung memandang negatif adanya Mahasiswa gemuk akan di jadikan angin lalu. Ketika para mahasiswa gemuk di

pandangan berguna dan di senangi keberadaannya oleh lingkungan sekitar maka tubuh gemuk terasa sama ukurannya dengan tubuh normal dan gemuk bukanlah sesuatu yang menakutkan.

## **SARAN**

1. Kepada para Mahasiswa yang berpostur tubuh gemuk untuk selalu tetap percaya diri dengan tubuh gemuk yang di miliki. Tubuh gemuk bukan suatu penghalang untuk meraih apa yang dicita-citakan serta dalam bergaul dengan lingkungan sekitar. Tetap tubuhkan rasa percaya diri yang tinggi agar dapat membentuk pribadi yang kuat dan selalu berfikir positif.
2. Kepada Masyarakat yang berada di sekitar Mahasiswa yang berpostur tubuh gemuk untuk tidak memandang sebelah mata terhadap keberadaan Mahasiswa yang berpostur tubuh gemuk. Mahasiswa gemuk merupakan Makhluk sosial yang memiliki ego yang ingin selalu di hargai keberadaannya seperti Mahasiswa yang bertubuh normal. Selain itu merek juga memiliki banyak sisi positif yang menjadi nilai lebih di lingkungan masyarakat.

## **DAFTAR PUSTAKA**

Koentjaraningrat. 1991. *Metode-metode Penelitian Masyarakat*. PT. Gramedia Pustaka Umum: Jakarta

Raho, Bernard. 2007. *Teori Sosiologi Modern*. Prestasi Pustaka Publisher: Jakarta

Rakhmat, Jalaludin. 2002. *Psikologi komunikasi*. Remaja Rosdakarya: Bandung.

Ritzer, George dan Douglas J. Goodman. 2007. *Teori Sosiologi Modern*. Kencana: Jakarta.

Sarwono, Sarlito W. 2005. *Psikologi Remaja*. Rajawali Pers: Jakarta.

Sarwono, Solita. 1993. *Sosiologi kesehatan, beberapa konsep besar aplikasinya*. Gadjah Mada University Press. Yogyakarta.

Wahyu, Genis Ginanjar. 2010. *Obesitas pada Anak*. B-first: Yogyakarta.

Widayatun, Tri Rusmi. 2009. *Ilmu Prilaku*. IKAPI: Jakarta.

Wiramihardja, Kunkun K dan R. Rachmad Soegih. *Obesitas Permasalahan dan Terapi Praktis*. Sagung Seto: Jakarta