



BAB VII

FENOMENA PEREMPUAN BERTUBUH GEMUK

Pendahuluan

Tubuh menjadi menarik disebabkan manusia itu “ada” karena kehadiran tubuhnya. Tubuh juga dikatakan sebagai simbol non verbal dalam ilmu komunikasi karena postur tubuh sering bersifat simbolik dan mempengaruhi citra diri seseorang. Berbagai disiplin ilmu sosial, termasuk ilmu komunikasi, psikologi, teori feminis dan sosiologi juga telah mengkaji persoalan tubuh perempuan. Kepustakaan psikologi mengupas banyak penelitian empirik mengenai citra tubuh kaum wanita. Beberapa sosiolog mengemukakan bahwa perhatian yang meningkat terhadap tubuh sebagai alat ekspresi individu mencerminkan hubungan erat yang baru antara tubuh dan identitas diri dalam kehidupan sosial mutakhir (Shaw, dalam Mulyana dan Solatun, 2007: 312). Klasifikasi bentuk tubuh yang dilakukan William Sheldon misalnya, menunjukkan hubungan antara bentuk tubuh dan temperamen. Ia menghubungkan tubuh yang gemuk (*endomorph*) dengan sifat malas dan tenang; tubuh yang atletik (*mesomorph*) dengan sifat asertif dan kepercayaan diri; dan tubuh yang kurus (*ectomorph*) dengan sifat introvert yang lebih menyenangi aktivitas mental daripada aktivitas fisik. (Kaye, dalam Mulyana, 2000: 324)

Maurice Merleau-Ponty (dalam Synnott, 2003:22) adalah seorang ahli filsafat Perancis yang banyak memberikan sumbangan dalam perkembangan fenomenologi, terutama mengenai fenomenologi tubuh. Filsafat Merleau-Ponty dikenal sebagai filsafat yang bersifat ambigu (remang-remang). Menurut Merleau-Ponty kebenaran tidak pernah bersifat definitif dan mutlak. Dalam pandangannya, tubuh dalam ambiguitas berada antara suasana “memiliki” (*avoir*) dan suasana “ada” (*etre*). Pertanyaan kunci paling mendasar tentang tubuh dalam filsafat Merleau-Ponty ini adalah “aku adalah tubuhku” atau “tubuhku adalah milikku?” Di sinilah letak ambiguitas filsafat Merleau-Ponty.

Selanjutnya Marleau-Ponty menggunakan pendekatan psikologi eksperimen. Ia menolak gagasan-gagasan psikologi perilaku dan analisis. Ia lebih fokus pada “*body image*”, yakni pengalaman akan tubuh kita sendiri dan bagaimana pengalaman itu berpengaruh pada aktivitas yang dilakukan. Seperti halnya Husserl, Merleau-Ponty juga menolak pemisahan antara jiwa dan raga. Body Image bukanlah bidang mental, juga bukan bidang fisik mekanis, melainkan sesuatu yang terikat tindakan, di mana ada penerimaan terhadap kehadiran orang lain di dalamnya. Ia membahas mengenai peranan perhatian dalam lapangan pengalaman, pengalaman tubuh, ruang dalam tubuh, gerakan tubuh, tubuh secara seksual, orang lain dan karakteristik kebebasan (Kuswarno, 2009:15).

Mike Featherstone (1982:24), mengelompokkan pembentukan tubuh atas dua kategori yaitu tubuh dalam dan tubuh luar. Tubuh dalam berpusat pada pembentukan tubuh untuk kepentingan kesehatan, dan fungsi maksimal tubuh dalam hubungannya dengan proses penuaan, sementara tubuh luar berpusat pada tubuh dalam hubungannya dengan ruang sosial (termasuk di dalamnya pendisiplinan tubuh dan dimensi estetik tubuh)¹ Menurut Featherstone, dalam kebudayaan konsumen dua kategori tubuh itu

¹ Mike Featherstone, “The Body in Consumer Culture”(1982)



1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan Universitas Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Riau.

berjalan secara bersama. Pembentukan tubuh dalam menjadi alat untuk meningkatkan penampilan tubuh luar. Dalam kebudayaan konsumen tubuh diproklamirkan sebagai wahana kesenangan, bahwa tubuh dibentuk berdasarkan hasrat dan bertujuan untuk mencapai citra “ideal” seperti muda, sehat, bugar dan menarik. Persepsi tentang tubuh dalam kebudayaan konsumen didominasi oleh meluasnya dandanan untuk citra visual. Citra membuat orang lebih sadar akan penampilan luar dan presentasi tubuh.

Memiliki tubuh gemuk kerap membuat wanita merasa malu dan minder. Perasaan tidak cantik dan tak berharga membuat wanita bertubuh gemuk tampil tidak percaya diri. Hal ini berkaitan dengan konsep diri atas *body image* atau imej tubuh yang mempengaruhi perspektif seseorang terhadap bentuk tubuhnya. Perempuan terobsesi memiliki tubuh menawan disebabkan bermacam faktor. Faktor pertama, bisa berkaitan dengan *body image* atau konsep diri seseorang. Jadi, seorang perempuan punya konsep cantik jika tubuhnya putih dan langsing, sehingga ia menganggap, "Saya perempuan, jadi kalau ingin cantik harus langsing" Nilai-nilai yang diterima sejak kecil juga turut berpengaruh, misalnya, nilai-nilai yang dianggap positif jika perempuan yang cantik itu berbadan kurus atau langsing. Hal ini juga bisa mengakibatkan trauma masa kecil, misalnya, seorang perempuan sering mendapat ejekan dari keluarga, saudara kandung atau teman-temannya karena bertubuh gemuk, atau trauma seorang perempuan yang diputuskan pacarnya hanya karena ia bertubuh gemuk.²

Trauma-trauma masa kecil bisa mendorong perempuan sekuat tenaga berupaya melangsingkan tubuhnya agar dinilai positif dan dicintai pasangannya. Setelah berhasil menguruskan badannya dan berhasil mendapatkan pasangan atau suami, maka ia menjadi khawatir jika tubuhnya kembali melar. Ini tentu menjadi masalah, yang dilatarbelakangi konsep diri itu. Faktor kedua, berkaitan dengan budaya atau kultur tertentu. Ada budaya-budaya yang memiliki nilai-nilai yang menganggap semakin langsing perempuan, semakin cantiklah ia. Tetapi justru ada budaya-budaya lain yang memiliki nilai kebalikannya. Perempuan bertubuh kurus dianggap menderita, tidak makmur hidupnya, tidak sejahtera, dan tidak subur. Budaya-budaya ini justru sangat menghargai perempuan-perempuan bertubuh subur dan sangat biasa mendapati kenyataan bahwa perempuan setelah melahirkan akan bertubuh gemuk. Misalnya di India, dimana masyarakatnya tidak menganggap masalah jika perempuan bertubuh gemuk. Bahkan dengan tubuh gemuk pun mereka masih tetap bisa menari. Sebaliknya perempuan di Jepang bertubuh kurus dan langsing, sebab idealisme perempuan cantik di Jepang adalah yang kurus. Konsep tentang kecantikan berubah dari waktu ke waktu, bahkan dari satu daerah ke daerah lain.³

Di samping kedua faktor itu, ada yang disebut faktor tuntutan lingkungan atau *social pressure* yang mampu mendorong seorang perempuan terobsesi memiliki tubuh langsing. Keinginan untuk langsing itu muncul bukan dari keinginan perempuan tersebut, melainkan dituntut oleh lingkungan dimana ia berada, misalnya pekerjaan yang di jalannya. Untuk beberapa pekerjaan tertentu, secara eksplisit seorang perempuan dituntut untuk selalu tampil sesuai gambaran ideal pekerjaan, yaitu cantik dan bertubuh langsing. Sebut saja, sekretaris pribadi, pramugari, model, atau artis. Sebagian besar dari mereka rela merogoh sejumlah uang untuk mendapatkan tubuh ideal sesuai tuntutan pekerjaannya.

² Tabloid Jelita, edisi 26 Maret 2007: Menjawab Problema wanita Bertubuh Gemuk dan Besar

³ Tabloid Jelita, edisi 26 Maret 2007: Menjawab Problema wanita Bertubuh Gemuk dan Besar



1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan Universitas Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Riau.

Citra negatif orang gemuk sudah lama berakar di masyarakat. Sebagian besar orang masih berpikir bahwa gemuk itu tidak cantik, tidak produktif, tidak sehat dan lebih sulit meraih kebahagiaan dibanding mereka yang bertubuh langsing. Kesan itu diperburuk dengan "monopoli citra" yang dipropagandakan industri kosmetik dan kecantikan di dunia konsumsi dan orang gemuk terutama perempuan menjadi korbannya. Tubuh gemuk akan dilekati oleh bayang-bayang obesitas sehingga kerap kali gemuk menjadi sindrom yang menakutkan bagi kebanyakan perempuan. Di dalam buku *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders*, suatu standar diagnosis gangguan mental, disebut sebagai *body dysmorphic disorder*. Gangguan ini dicirikan oleh ketidakpuasan terhadap penampilan tubuh, preokupasi dengan aspek penampilan dan terlalu melebih-lebihkan terhadap kekurangan tubuh. Dilema itu betul-betul muncul dan menjadi konflik diri perempuan setelah Melliana melakukan serangkaian penelitian studi kasus terhadap gejala kegemukan (Melliana, 2006; 61).

Penelitian ini berusaha mengungkap bagaimana perempuan dengan tubuh gemuk memaknai kegemukan tubuhnya, melalui konstruksi pengalaman komunikasi mereka ketika berinteraksi dengan lingkungannya seperti: keluarga, pasangan, teman dan orang-orang disekitarnya, berupa perilaku verbal ataupun non verbal, serta mengungkap konsep diri yang mereka miliki. Studi ini menganggap konstruksi pengalaman komunikasi antarpribadi perempuan bertubuh gemuk berfungsi untuk menjelaskan secara ilmiah tentang konsep diri perempuan bertubuh gemuk. Penelitian ini juga berusaha mengungkap motif mereka dalam upaya menurunkan berat badan dan mendapatkan bentuk tubuh ideal. Penelitian ini bertujuan untuk :1). Mengungkap pengalaman komunikasi antarpribadi perempuan bertubuh gemuk dalam membentuk konsep diri mereka, 2). Mengetahui makna gemuk bagi perempuan bertubuh gemuk, 3). Mengungkap konsep diri perempuan bertubuh gemuk dilihat dari konteks karakteristik fisik, psikis dan sosial, 4). Mengungkap motif perempuan bertubuh gemuk dalam upaya mencapai berat badan ideal.

Tinjauan Pustaka

Fenomenologi

Teori yang digunakan dalam penelitian ini adalah fenomenologi dan interaksi simbolik yang termasuk dalam kelompok teori konstruktivisme. Menurut teori fenomenologi realitas dikonstruksi menurut sudut pandang subjek yang dijadikan partisipan penelitian. Dalam hal ini peneliti sebagai instrumen mencoba merangkai pengalaman subjek penelitian menjadi realitas yang ditemukan sesuai sudut pandang mereka. Teori interaksi simbolik adalah sebuah teori yang mencoba memandang aktivitas manusia sebagai suatu aktivitas yang khas berupa komunikasi dengan menggunakan (pertukaran) simbol. Kehidupan sosial dalam pandangan kaum interaksi simbolik dimaknai sebagai suatu bentuk interaksi manusia dengan menggunakan simbol, yang simbol tersebut selalu digunakan untuk berkomunikasi dan berinteraksi dengan sesamanya. Dalam interaksi tersebut juga terjadi upaya saling mendefinisikan dan menginterpretasi antara tindakan yang satu dengan lainnya.

Secara prinsip Schutz memiliki pemikiran yang sama dengan Husserl mengenai tindakan yang dilandasi pemaknaan berdasarkan pengalaman sehingga ia menyatakan bahwa: *meaning is a certain way of directing one's gaze at an item of one's own experience* (Schutz, 1966: 42). Namun, Schutz berhasil melengkapi proses pembentukan makna dengan memasukkan pengalaman yang mengandung unsur berbagi makna



1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan sumber:
- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan Universitas Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Riau.

dengan yang lain. Adapun pernyataannya adalah: *individuals unquestioningly accept that a mundane worlds exists and others share our uderstanding of the essential features of this world* (Lindlof, 1995: 33).

Lebih lanjut pemahaman mengenai intersubjektivitas dijelaskan oleh Schutz, yaitu: *individual orient to objects and actions by assuming a reciprocity of perspective with other humans* (Lindlof, 1995: 33). Proses berbagi makna ini melibatkan pengetahuan yang dimiliki individu sekaligus menghasilkan pengetahuan baru bagi individu. Schutz mengistilahkannya dengan *stock of knowledge* yaitu *all the facts, beliefs, desires, prejudices and rules we have learned from personal experience as well as ready-made knowledge available to us in the world* (Lindlof, 1995: 33).

Seiring dengan perkembangan hidup individu tersebut, maka semakin besar kemungkinan akan semakin banyak dan semakin kompleks pengalaman individu sehingga semakin banyak dan semakin variatif pula pengetahuan yang dimiliki individu. Kumpulan pengetahuan (*stock of knowledge*) ini akan diklasifikasikan oleh individu menjadi jenis-jenis pengetahuan tertentu, yang diistilahkan dengan *typifications*. Adapun proses berbagi makna yang dilandasi oleh pengetahuan dapat dilakukan dengan individu lain, seperti *Consociates* (orang-orang yang hidup sezaman dan bersama dengan kita), *contemporaries*, (orang-orang yang hidup sezaman dan namun tidak kita ketahui atau kenali), *predecessors* (orang-orang yang hidup sebelum kita), dan *succesors* (orang-orang yang hidup setelah kita) (Lindlof, 1995: 34).

Seperti halnya Husserl, Schutz juga sepakat bahwa tindakan dilandasi pengalaman, makna dan kesadaran. Namun, Schutz juga terinspirasi oleh pemikiran Weber mengenai tindakan sosial yang disebut menekankan faktor makna subjektif yang dilekatkan pada sebuah tindakan yang dilakukan individu berdasarkan pertimbangan yang berorientasi pada perilaku orang lain terhadap tindakannya tersebut (Mulyana, 2001: 61), maka Schutz mengembangkan konsep orientasi ini menjadi motif. Adapun dua jenis motif yang dikemukakannya, meliputi *in order to motive* dan *because of motive* yang digolongkan berdasarkan orientasi temporal. Pada kasus tertentu, akan ditemui kesulitan untuk membedakan kelompok *because of motive* dan *in order to motive* yang dimiliki individu. Hal ini dapat disebabkan oleh rangkaian kata yang membentuk kalimat dalam sebuah bahasa yang menjadi media ekspresi individu memiliki keterbatasan dalam mengungkapkan maksud dari pernyataan manusia secara persis dan akurat.

Namun untuk mempermudah dalam membedakan kedua jenis motif ini Schutz menegaskan bahwa *because motive* mengacu pada pengalaman pada masa lalu sebagai pemicu kemunculan motif tersebut dan proyek yang ingin dicapai pada masa yang akan datang sebagai pemicu munculnya *in order to motive*. Intinya adalah, untuk membedakan kedua jenis motif tersebut maka orientasi waktu dapat dijadikan sebagai pegangan.

Schutz (dalam Campbell 1994), menjelaskan bahwa sedikitnya ada tiga hal yang perlu diperhatikan dalam intersubjektivitas ataupun pemahaman kebermaknaan atas tindakan, ucapan, dan interaksi kita sebagai anggota masyarakat, yakni situasi, tipifikasi, dan motif untuk, serta motif karena. Konsep intersubjektif dalam fenomenologi Schutz merupakan konsep yang memungkinkan adanya kegiatan interaksi dan komunikasi. Berbekal pengetahuan yang dimikinya maka seorang individu dapat berbagi perspektif serta melakukan berbagai bentuk hubungan dengan individu lain, oleh karena itu pengetahuan seseorang tentang dirinya akan senantiasa berubah ketika berinteraksi dengan individu lain.



1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan Universitas Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Riau.

Bagi Schutz tugas utama analisis fenomenologi adalah merekonstruksi dunia kehidupan manusia "sebenarnya" dalam bentuk yang mereka sendiri alami. Realitas dunia tersebut bersifat intersubjektif dalam arti bahwa anggota masyarakat berbagi persepsi dasar mengenai dunia yang mereka internalisasikan melalui sosialisasi dan memungkinkan mereka melakukan interaksi dan komunikasi (Mulyana, 2004:63). Jelas bahwa dunia eksternal tidak ditolak keberadaannya, tetapi dunia luar hanya dapat dimengerti melalui kesadaran kita. Kita hanya tertarik dengan dunia sejauh kita memiliki makna, oleh sebab itu kita harus memahami dengan membuatnya bermakna. Dunia selalu dibagi dengan yang lainnya, dimana ia menjalani dan menafsirkannya. Dunia tak pernah bersifat pribadi, bahkan dalam kesadaran seseorang terdapat kesadaran orang lain. Dalam kehidupan sehari-hari, manusia akan berhadapan dengan realitas makna bersama. Pada puncaknya seluruh pengalaman tersebut dapat dikomunikasikan kepada orang lain dalam bentuk bahasa dan tindakan.

Menurut pandangan fenomenologi, dalam interaksi tatap muka makna rangsangan yang dicari dan ditafsirkan oleh aktor secara khas menunjuk pada motif aktor yang lain seperti diungkapkan Schutz (*dalam* Mulyana, 2004:81). Proses pertukaran motif tersebut dinamakan *the reciprocity of motives* yang identik dengan *taking the role of other* (membayangkan diri dalam posisi orang lain) dan melihat dalam perspektif yang lain. "*Motif is a configuration or context of meaning which appears to the actor as a meaningful ground of his behavior*" (Schutz, 1972:86). Motif adalah konfigurasi atau konteks makna yang tampak pada aktor sebagai landasan makna perilakunya. Kemudian Schutz mengkategorisasikan motif-motif tersebut sebagai (1) "motif untuk" (*in order to motives*) merupakan tujuan yang digambarkan sebagai maksud, rencana, harapan, minat, dan sebagainya yang berorientasi masa depan, (2) "motif karena" (*because motives*) merujuk pada pengalaman masa lalu aktor karena itu berorientasi masa lalu. Melalui interpretasi terhadap tindakan orang lain, individu dapat mengubah tindakan selanjutnya untuk mencapai kesesuaian dengan tindakan orang lain. Untuk melakukan hal tersebut individu dituntut untuk mengetahui makna, motif atau maksud dari tindakan orang lain. Dalam kehidupan sehari-hari tidak ada satu individu yang memiliki pengetahuan yang sama, masing-masing mempunyai kekurangan dan kelebihan.

Selanjutnya, fenomenologi memandang benda-benda dan peristiwa-peristiwa dari sudut pandang individu yang mengalami hal-hal tersebut. Suatu fenomena adalah penampilan dari suatu obyek, peristiwa, atau kondisi yang diperhatikan (akan dipahami). Jadi realita dalam fenomenologi adalah cara bagaimana berbagai hal muncul dalam persepsi sadar dari individu. Maurice Merleau-Ponty (*dalam* Littlejohn, 2005:38), mengekspresikan sudut pandang ini sebagai berikut: "Semua pengetahuan saya mengenai dunia, bahkan pengetahuan ilmiah saya, adalah diperoleh dari sudut pandang saya yang tertentu, atau dari berbagai pengalaman saya di dunia ini yang tanpa simbol-simbol dari ilmu pengetahuan akan menjadi tidak bermakna".

Dari sudut pandang fenomenologi, perempuan bertubuh gemuk adalah aktor-aktor sosial yang melakukan pengkhasan dan tindakan sosial satu sama lain atas dasar kesamaan dalam ikatan makna intersubjektif. Sebagai sebuah tindakan yang dilakukan dengan penuh kesadaran, maka kegiatan-kegiatan yang dilakukan perempuan bertubuh gemuk untuk mendapatkan berat badan yang ideal mungkin memiliki salah satu dari motif, yaitu motif yang berorientasi masa depan ("*in order to motive*"), dan motif yang berorientasi ke masa lalu ("*because motive*") sebagai landasan makna perilakunya. Merujuk pada pemikiran Schutz, dapat



dijelaskan bahwa dengan menggali motif-motif dari perempuan bertubuh gemuk maka akan dapat ditemukan bahwa apa yang dilakukan bukan sekedar tampil berbeda, melainkan wujud dari pemahaman yang khas tentang tubuh sehat dan ideal yang berorientasi kemasa depan.

Dengan memandang masyarakat sebagai proses yang berlangsung dalam tiga momen dialektis yang simultan (eksternalisasi, obyektivasi, dan internalisasi), serta masalah yang berdimensi kognitif dan normatif, maka yang dinamakan "kenyataan sosial" adalah suatu konstruksi sosial produk masyarakat sendiri (*social construction of reality*). Pemikiran Berger & Luckmann dapat menjelaskan bahwa tubuh gemuk merupakan realitas sosial yang dikonstruksikan, dibangun, dibentuk oleh individu-individu yang didefinisikan secara subyektif oleh individu-individu tersebut sesuai kehendaknya.

Kenyataan yang dialami manusia sehari-hari berupa kenyataan simbol baik yang materil dan non materil dikonstruksikan melalui tindakan dan interaksi manusia. Pada tataran kenyataan non materiil manusia mampu mengembangkan kreativitas dalam menciptakan kebiasaan-kebiasaan keluarga, kode-kode hukum, sastra dan sebagainya. Menurut Duncan (*dalam* Johnson, 1987:67) simbol-simbol tidak hanya merupakan alat dari kenyataan sosial tetapi merupakan inti kenyataan sosial. sedangkan hakekat dan sifat dasar hubungan sosial dan keteraturan sosial didefinisikan melalui simbol.

Konsep Diri

Pembahasan mengenai konsep diri dapat ditinjau dari berbagai perspektif, di antaranya perspektif interaksi simbolik yang dikembangkan oleh Charles H. Cooley yang menyatakan bahwa *self* dan *society* (masyarakat) merupakan bentuk konkret dari kondisi sosial yang terbentuk secara bersama-sama. Berdasarkan hal tersebut, Cooley mendefinisikan *self* sebagai sesuatu yang ditandai dengan "I", "me", "mine" dan "myself" yang akan muncul saat individu berinteraksi secara sosial dengan lingkungannya.

Selanjutnya, Cooley memperkenalkan teori *Looking Glass Self* dan menyatakan konsep diri sebagai sesuatu yang secara signifikan dan dipengaruhi oleh kepercayaan individu tentang pemikiran orang lain terhadap dirinya. Teori *looking glass self* dari Cooley memiliki 3 landasan pemikiran (West & Turner, 2007: 104), yaitu:

1. Individu membayangkan bagaimana penampilannya di hadapan orang lain.
2. Individu membayangkan bagaimana penilaian orang lain atas penampilannya.
3. Individu merasa sedih atau bangga berdasarkan *self feeling*-nya tersebut

Teori *Looking Glass Self* ini menyiratkan adanya interaksi simbolik di antara individu. Hal ini merujuk pada pernyataan (Burns, 1979: 14), bahwa:

The looking glass self arises out of symbolic interaction between an individual and his various primary groups. Such a group characterised by face-to-face association, relative permanence and a high degree of intimacy between a small number of members produces an integration of individuality and group. The face-to-face relationship within the group serve to produce feedback for the individual to evaluate and relate to his own person. Self concept is formed by trial and error learning process by which values, attitudes, roles and identities are learned.



1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan Universitas Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Riau.

Sehubungan dengan penelitian ini, dapat dikatakan bahwa konsep diri yang dimiliki oleh perempuan bertubuh gemuk merupakan hasil pembentukan dan proses belajar yang mereka lakukan di lingkungannya, lingkungan yang dimaksud dapat berupa sekumpulan orang yang membentuk kelompok kecil dengan anggota kelompok yang terbatas namun terintegrasi dan memiliki karakteristik tertentu, di antaranya: melakukan tatap muka, permanen, dan akrab. Kelompok ini dapat berbentuk keluarga, teman sepermainan, rekan seprofesi, serta masyarakat sekitar yang berinteraksi langsung dengan perempuan-perempuan bertubuh gemuk tersebut. Dari kelompok inilah perempuan bertubuh gemuk belajar mengenai nilai, sikap, peranan dan tindakan.

Selanjutnya, konsep diri juga berkaitan dengan fenomena yang dihadapi. Artinya, fenomena stigmatisasi yang ada dalam masyarakat mengenai orang-orang bertubuh gemuk akan mengisi pengalaman perempuan bertubuh gemuk terhadap arti kata gemuk. Selanjutnya pemaknaan akan pengalaman yang diperoleh tersebut dapat mempengaruhi tindakan mereka pada masa kini dan masa yang akan datang, sesuai dengan pemahaman konsep diri dan perspektif fenomenologi berikut ini.

Fenomenologi merupakan studi tentang kesadaran yang sebenarnya dan “self” dinyatakan sebagai kesadaran akan diri dan lingkungan. Tesis utama dalam pendekatan fenomenologi pada konsep diri berisi tentang tindakan yang tidak hanya dipengaruhi oleh pengalaman pada masa kini dan masa lalu, melainkan juga dipengaruhi oleh pemaknaan individu terhadap pengalaman tersebut. Konsep diri yang ditinjau dari perspektif fenomenologi, di antaranya dikemukakan oleh Donald Snygg dan Arthur W. Combs, serta Carl Rogers (Burns, 1979:35) yang berupaya menjabarkan konsep diri dan aspek pengalaman, kesadaran dan penilaian. Snyggs dan Combs berpendapat bahwa fenomena ditangkap melalui kesadaran. Kesadaran ini memiliki tingkatan dan intensitas yang berbeda-beda. Kesadaran inilah yang mendorong terbentuknya tindakan. Snygg dan Combs menyatakan konsep diri sebagai: *himself from his point of view* (Burns, 1979:35). Konsep diri juga disebut memiliki derajat stabilitas dan konsistensi tertentu yang dapat mendorong individu untuk mengambil tindakan tertentu.

Selanjutnya Snygg dan Comb (Burns, 1979:35) menjelaskan tentang tiga aspek yang digambarkan saling berhubungan, yaitu fenomena, diri dan konsep diri. Konsep diri dinyatakan sebagai hal penting yang dapat mendorong perilaku individu dalam menyikapi fenomena yang ditangkap melalui kesadaran. Tokoh lain yang memiliki perhatian pada konsep diri adalah Carl Rogers. Rogers membahas fenomenologi yang menitik beratkan pada konsep diri sebagai fokus kajiannya. Iya menyatakan bahwa “self” merupakan faktor utama dalam pembentukan kepribadian dan penetapan perilaku. Butir-butir utama pemikiran Rogers mengenai konsep diri dan kaitannya dengan fenomenologi, di antaranya:

1. *The essence of phenomenology is that man lives essentially in his own personal and subjective world.*
2. *Self concept is the way a person sees and feels about himself*
3. *Self concept is of significance in personality and behaviour.*
4. *Self concept governs the perceptions of meanings attributed to the environment.*
5. *Self concept is an organised configuration of perceptions of the self that are admitsible to awareness.*
6. *The self becomes chffferentiated as part of actualizing tendency, from and through transaction with social environment* (Burns, 1979: 41).



1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan Universitas Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Riau.

Mengacu pada pemikiran Carl Rogers, dapat dikatakan bahwa setiap perempuan bertubuh gemuk akan memiliki, dan hidup dalam dunianya yang bersifat personal dan subjektif. Dunia ini dipandang melalui pemaknaan yang dipengaruhi oleh konsep diri yang dimilikinya, karena konsep diri berpengaruh pada kepribadian dan tindakan perempuan bertubuh gemuk. Konsep diri atau cara pandang perempuan bertubuh gemuk terhadap diri dan dunia sekitar dapat terbentuk melalui interaksi dengan lingkungan.

Berdasarkan penjelasan tersebut maka dapat dikatakan bahwa kegemukan tubuh (tubuh gemuk) dimaknai secara simbolik oleh perempuan-perempuan gemuk. Makna dengan simbol itu, tidak muncul dengan sendirinya, melainkan melalui proses interaksi yang panjang dan berkesinambungan. Pemaknaan sebuah simbol tergantung pada budaya dan proses sosial yang dijalani para perempuan bertubuh gemuk saat berinteraksi dengan lingkungannya. Pemaknaan yang diperoleh dari hasil interaksi ini akan mengembangkan konsep diri yang dimiliki oleh perempuan gemuk. Selanjutnya, konsep diri inilah yang menjadi landasan bagi munculnya motif dari setiap tindakan yang diambil oleh perempuan bertubuh gemuk, termasuk keputusannya untuk melakukan penurunan berat badan.

Konsep diri adalah pandangan kita mengenai siapa diri kita (Mulyana, 2002 :7). Melalui komunikasi antarpribadi, individu menerima informasi dari orang lain tentang siapa dan bagaimana dirinya. Hal ini berarti konsep diri yang dibentuk oleh persepsi individu mendorong ia untuk melakukan sebuah tindakan tertentu saat melakukan komunikasi, termasuk dalam kegiatan komunikasi antarpribadi. Sebaliknya informasi yang diperoleh saat berkomunikasi dengan orang lain akan dimaknai dengan cara tertentu dan menjadi persepsi yang mempengaruhi konsep diri individu. Hal ini terus berjalan secara reflektif dan berkesinambungan. Mengacu pada proses tersebut maka komunikasi bersifat prosedural (Mulyana, 2002 :109).

Konsep diri adalah gambaran seseorang yang relatif stabil tentang dirinya berkenaan dengan pikiran dan perasaannya mengenai fisik, psikologis maupun sosial, berdasarkan pengalaman dan interaksi dirinya dengan orang lain. Adler dan Towne (1987) membagi konsep diri yang terdiri dari tiga dimensi diri: *perceived self*, *desired self*, *presenting self*. Konsep diri merupakan perasaan paling mendasar yang dimiliki seseorang tentang dirinya juga sebagai patokan individu bersangkutan untuk bertindak dan mengambil keputusan. Setiap manusia menjadi subjek sekaligus objek persepsi, demikian juga dengan perempuan bertubuh gemuk. Manusia tidak hanya menanggapi atau membuat persepsi tentang dirinya sendiri saja, tetapi juga mempersepsi orang lain. Menurut Charles Horton Cooley (1864-1929), juga Herbert Mead (1863-1931), manusia dapat melakukan hal tersebut karena dia membayangkan dirinya berdiri di depan cermin dan melalui cermin itu ia mengamati dirinya. Melalui cermin itu kita akan membayangkan bagaimana orang lain memandang kita dan kemudian kita membayangkan bagaimana orang lain menilai penampilan kita.

Pengalaman Komunikasi

Pengalaman merupakan sesuatu yang dialami. Melalui pengalaman, individu memiliki pengetahuan. Hal ini sesuai dengan pernyataan bahwa: *All objects of knowledge must conform to experience* (Moustakas, 1994: 44). Pengetahuan melandasi kesadaran yang membentuk pemaknaan. Kesadaran dan pemaknaan inilah yang mendorong individu untuk melakukan tindakan atau perilaku tertentu, dengan merujuk pada *behavior is an experience of consciousness that bestows meaning through*



1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan Universitas Riau.
2. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

spontaneous activity (Schutz, 1966: 56). Dengan demikian, dapat dikatakan pengalaman menjadi pondasi bagi individu dalam melakukan suatu tindakan. Setiap peristiwa yang dialami akan menjadi sebuah pengalaman bagi individu. Pengalaman yang diperoleh mengandung suatu informasi atau pesan tertentu. Informasi ini akan diolah menjadi pengetahuan. Dengan demikian berbagai peristiwa yang dialami dapat menambah pengetahuan individu. Suatu peristiwa yang mengandung unsur komunikasi akan menjadi pengalaman komunikasi tersendiri bagi individu, dan pengalaman komunikasi yang dianggap penting akan menjadi pengalaman yang paling diingat dan memiliki dampak khusus bagi individu tersebut (Hafiar, 2012: 308-309).

Pengalaman yang dijadikan landasan bagi individu untuk melakukan tindakan, adalah pengalaman yang melekat pada suatu fenomena. Hal ini ditegaskan oleh pernyataan yang menyebutkan, bahwa: *People is retrieving a memory of a prior experience of phenomena* (Radford, 2005:151), serta diperkuat oleh pernyataan: *experience is connected to phenomena* (Moustakas, 1994: 44). Pengalaman atas fenomena yang dimaksud dalam penelitian ini adalah pengalaman atas fenomena komunikasi. Komunikasi dapat didefinisikan sebagai *a systemic process in which individual interact with and through symbols to create and interpret meanings* (Wood, 1997: 17). Artinya, komunikasi merujuk pada suatu proses yang bersifat sistemik di antara individu yang berinteraksi melalui simbol tertentu untuk menghasilkan dan menginterpretasikan makna.

Melalui rujukan tersebut, dapat dijelaskan bahwa pengalaman komunikasi yang dimaksud dalam penelitian ini adalah sesuatu yang dialami individu dan berkaitan dengan aspek komunikasi, meliputi proses, simbol maupun makna yang dihasilkan, serta dorongannya pada tindakan. Dengan demikian pengalaman komunikasi perempuan bertubuh gemuk yang menjadi salah satu fokus dalam hasil penelitian ini, dapat digambarkan sebagai suatu pengalaman komunikasi yang turut mewarnai konsep diri dan kesadaran perempuan gemuk untuk menurunkan berat badan serta mendapatkan tubuh yang normal. Selanjutnya, pengalaman akan dikategorisasi oleh individu melalui karakteristik pengalaman tersebut berdasarkan pemaknaan yang diperolehnya. Hal ini merujuk pada *every intentional experience is thematic... another aspect of intentional experience is its hyletic character... hyle are experiences that we undergo* (Moustakas, 1994: 56). Selain itu, Ihde (1977) mengungkapkan pula bahwa: *every experiencing has its reference of direction toward what is experienced, every experienced phenomenon refers to or reflects a mode of experiencing to which it is present* (Moustakas, 1994: 78). Artinya, pengalaman merujuk pada sesuatu yang dialami dan fenomena yang dialami akan diklasifikasikan menjadi pengalaman tertentu. Pernyataan tersebut memberi gambaran bahwa setiap pengalaman memiliki karakteristik yang berbeda, meliputi tekstur dan struktur yang ada dalam tiap-tiap pengalaman.

Tekstur dan struktur pengalaman ini menggambarkan apa dan bagaimana pengalaman tersebut sekaligus membedakan suatu pengalaman tertentu dengan pengalaman yang lain. Hal ini merujuk pada pernyataan Keen (1975) bahwa: *texture and structure are in continual relationship, in the process of explicating intentional experience and describes what and how of the experience* (Ihde, 1977: 50). Berdasarkan penjelasan tersebut, sejalan dengan hasil penelitian ini maka pengalaman komunikasi yang dimiliki oleh perempuan gemuk akan dikategorisasi menjadi jenis-jenis pengalaman tertentu, misalnya pengalaman komunikasi menyenangkan dan pengalaman komunikasi tidak menyenangkan.



Bentuk Tubuh dari Masa ke Masa

Standar ideal tentang tubuh perempuan selalu berubah mengikuti periode zaman. Dalam lukisan klasik abad pertengahan, sering kita jumpai figur-figur perempuan yang bertubuh subur dengan perut, lengan, serta wajah yang berdaging dan berisi. Sebelum awal abad ini, bentuk tubuh perempuan yang ideal adalah yang gemuk dan berlekuk-lekuk layaknya perempuan rumahan. Dari banyak gambaran yang didapat tentang perempuan, baik dari lukisan maupun foto, bisa didapat kesan bahwa bentuk tubuh perempuan yang ideal pada masa itu adalah yang mampu mewakili citra kesuburan. (Melliana, 2006;63). Tidak diketahui sejak kapan bentuk tubuh perempuan yang gemuk ini menjadi sosok ideal, yang jelas para ahli purbakala banyak menemukan figur patung atau relief yang menggambarkan sosok perempuan bertubuh gemuk dan subur. Bahkan sebuah patung yang cukup terkenal bernama *Venus of Willendorf* seolah-olah mencitrakan bahwa Dewi Venus yang banyak dipuja sebagai simbol kecantikan pun bertubuh gemuk. Berakhirnya Perang Dunia II pada 1950-an, selain membawa hawa baru dalam kehidupan politik juga berpengaruh pada perubahan kehidupan kaum perempuan. Para lelaki yang sebelumnya sibuk mengangkat senjata kini kembali ke kampung halaman dan banyak beralih profesi sebagai buruh atau pegawai kantor. Keadaan ini mendorong para perempuan untuk “kembali” ke rumah.

Dalam masa regresif tersebut para perempuan lebih disibukkan dengan urusan domestik seputar rumah tangga. Pikiran mereka terasing di dalam rumah. Oleh arena itu pada 1950-an, para perempuan cenderung kelebihan berat badan (*over weight*). Aktris Marilyn Monroe yang memiliki berat badan 67 kg dan tinggi 163 cm, saat itu dijadikan simbol seks. Bentuk tubuhnya yang montok dengan payudara penuh dan pinggul besar menjadi inspirasi para perempuan. Lekuk tubuh Marilyn dianggap sangat feminin dan memiliki daya magis yang kuat. Pada masa itu kaum perempuan tidak perlu merasa tersiksa oleh diet ketat dan korset. Berbeda 180 derajat dengan zaman 1950-an yang memuja perempuan bertubuh subur, pada era 1960-an, mendadak tubuh kurus justru menjadi simbol kecantikan, ditunjang oleh *fashion trend* saat itu berupa rok mini yang memperlihatkan sepasang tungkai panjang dan ceking. Banyak pemerhati masalah tubuh ini sepakat bahwa citra ideal perempuan bertubuh subur mulai tergusur seiring dengan munculnya industri media dan periklanan. Media Massa terutama 1960-an, banyak memunculkan figur langsing, entah proses apa yang mengawali terpilihnya figur langsing ini untuk tampil ke muka. Hal yang jelas, diakhir 1960-an, muncul seorang model asal Inggris bernama Twiggy yang bertolak belakang dengan citra perempuan subur. dengan tinggi 170-an cm, berat Twiggy hanya 49 kg. Twiggy mampu merubah citra bentuk tubuh perempuan dan perempuan di berbagai belahan bumi yang terhubung dengan industri media telah menjadikannya idealisasi bentuk tubuh perempuan.

Selain dijadikan simbol kecantikan, bentuk tubuh Twiggy yang kerap disebut sebagai *inovasi British* ini juga dianggap sebagai simbol pemberontakan perempuan. Di era sebelumnya perempuan gemuk dikatakan subur secara seksual, karena itu para gadis pada masa itu ingin membuktikan kalau mereka bukanlah sekadar alat reproduksi. Twiggy disatu sisi membawa perubahan kebebasan bagi perempuan dengan pembawaannya yang merdeka, profesional, mandiri secara ekonomi yang tidak terbayangkan pada 1950-an. Namun disisi lain, kebebasan itu datang bersama bersama suatu standar ukuran tubuh yang sebenarnya tidak realistis untuk perempuan normal. Kecenderungan tubuh tipis yang mulai *booming* pada 1960-an mengalami momentumnya di 1970-an. Pada masa ini hampir semua model yang muncul di media massa memiliki tubuh “tanpa daging”. Para ratu kecantikan yang terpilih adalah mereka



1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan Universitas Riau.
2. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Riau.

yang memiliki badan sangat kurus. Para model majalah *Playboy* pada 1970-an rata-rata memiliki berat tubuh 11% di bawah berat normal. Bahkan pada 1978, para model rata-rata memiliki berat badan 17% di bawah berat badan normal. Namun disaat para perempuan tergila-gila dengan tubuh kerempeng, Farah Fawcett seorang aktris dan juga model, justru mulai mendobrak dengan menampilkan badannya yang atletis dan dialah yang membuka jalan ke kecenderungan selanjutnya.

Bentuk tubuh kurus mencapai puncaknya pada 1980-an. Para gadis mati-matian berdiet untuk memiliki tubuh kurus. Berbagai artikel dan buku yang membahas bermacam diet laris manis di pasaran. Pada tahun 1984 majalah *Glamour* mengadakan survei terhadap 33.000 perempuan yang hasilnya sangat mengejutkan. Ternyata 75% perempuan berusia 18-35 tahun selalu merasa dirinya kegemukan. Padahal hanya 25% yang secara medis benar-benar overweight, sedangkan sisanya hanya berpikir terlalu gemuk, walaupun berat badannya kurang. Selain itu para responden juga memilih menurunkan berat badan 5-8 kg sebagai hal yang paling diidamkan, dibanding kesuksesan karir atau cinta. Berbeda dengan trend langsing yang cenderung kurus kering di era 1960-1970-an. Di era 1980-an tubuh langsing tapi atletis, tidak berlemak dan berpayudara kecil yang menjadi trend, terutama ketika supermodel Elle MacPherson menjadi model sampul majalah *Sport Illustrated*. Dan pada masa itu pula latihan kebugaran Jane Fonda menjadi perbincangan dimana-mana. Kemudian pada masa 1990-an para perempuan bebas “merenovasi” fisiknya akibat adanya berbagai penemuan baru dibidang teknologi kosmetika yang mulai bermunculan dan memberikan “angin segar” bagi mereka yang merasa tubuhnya kurang sempurna. Pengelupasan kulit (*acid peels*), sedot lemak (*liposuction*), injeksi kolagen dan penanaman payudara (*breast implant*) adalah beberapa contoh keberhasilan teknologi kosmetika yang membuat tubuh perempuan berubah dari alami menjadi buatan.

Teknologi koemetika tersebut banyak “menyulap” bentuk tubuh perempuan, mereka yang merasa kegemukan bisa melakukan sedot lemak, sedangkan yang merasa berpayudara kecil bisa membuatnya lebih berisi dengan *breast implant*. Akhirnya terciptalah trend tubuh kurus namun berdada penuh. Ketika banyak perempuan yang gandrung pada teknologi baru tersebut, Kate Moss, model Calvin Klein yang kurus nyaris tanpa payudara dan berwajah lugu melahirkan trend lain dikalangan remaja. Apalagi pada masa itu dunia *fashion* sedang mengarah ke model yang minimalis dan simpel. Alhasil mulai lagi muncul trend bentuk tubuh kurus seperti pada tahun-tahun sebelumnya. Kemandirian perempuan makin tampak pada awal era 2000-an ini. Pribadi yang penuh percaya diri, aktif dan bugar menjadi gambaran ideal sosok perempuan masa kini. Sentuhan feminin yang kental dengan maskulinitas menjadi gambaran ideal bentuk tubuh perempuan, walau belum sepenuhnya tampak bakal mengambil alih “kedudukan” tubuh dengan payudara besar. Kaum perempuan juga lebih peduli terhadap kesehatan, sehingga diet ketat membabi buta mulai ditinggalkan. Sebagai gantinya mereka rajin pergi ke *gym* atau pusat-pusat kebugaran untuk mengencangkan tubuh. Fenomena ini dapat dilihat dengan makin populernya jenis aerobik yang bersifat maskulin seperti *tae bo* dan *kick-boxing* yang mulai/sudah digemari para perempuan. Bentuk tubuh para selebritis dunia seperti Jennifer Lopez yang langsing namun sedikit berotot dijadikan figur bentuk tubuh sempurna. Perempuan di masa kini bangga bila memiliki perut datar dan kencang, bahu dan lengan sedikit berotot serta pantat yang seksi. Trend bentuk tubuh di tahun 2000-an adalah badan yang langsing, bugar, dan sehat sama dengan tubuh yang seksi.



Metodologi Penelitian Metode Penelitian

Untuk mengungkap dan menjelaskan tentang fenomena Konsep diri dan pengalaman komunikasi perempuan bertubuh gemuk di Pekanbaru dari sudut pandang mereka sendiri, maka penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan tradisi fenomenologi. Makna tentang obyek yang diamati dalam penelitian ini dibawa oleh subyek penelitian yaitu perempuan bertubuh gemuk kepada peneliti. Penelitian kualitatif juga dikatakan sebagai penelitian naturalistik (*naturalistic inquiry*), yang berarti bahwa peneliti tidak hanya memperhatikan secara seksama konteks penelitiannya, tetapi juga memperhatikan pada upaya mengungkapkan karakteristik sebuah fenomena sosial sebagaimana adanya ketika diteliti (Pendit, 2003:264).

Tujuan utama penelitian dengan menggunakan metode kualitatif sebagaimana dikatakan Moleong (1996:270), Alwasilah (2008:101-102), Faisal (2001:29) adalah untuk melakukan deskripsi, verstehen (pemahaman dan pemaknaan terhadap fenomena sosial) dari perspektif pelaku atau subyek penelitian itu sendiri. Kemudian Kuswarno (2009:35) menjelaskan bahwa fenomenologi bertujuan untuk mengetahui dunia dari sudut pandang orang yang mengalaminya secara langsung atau berkaitan dengan sifat-sifat alami pengalaman manusia, dan makna yang ditempelkan padanya. Jadi dengan demikian studi dengan pendekatan fenomenologi menjelaskan pengalaman hidup seseorang yang dialami dengan kesadaran tentang sebuah konsep atau fenomena. Selanjutnya fenomenologi mencari pemahaman seseorang dalam membangun makna dengan konsep kunci yaitu intersubjektif. Penelitian kualitatif dengan tradisi fenomenologi berusaha menjelaskan dan memahami konsep diri dan pengalaman komunikasi antarpribadi perempuan bertubuh gemuk di Pekanbaru. Konstruksi makna berdasarkan pengalaman sadar mereka. diperoleh melalui wawancara mendalam dengan subyek penelitian. Selain itu pengamatan terhadap perilaku komunikasi verbal dan non verbal juga dilakukan untuk memperoleh penjelasan tentang konsep-konsep pengalaman yang didapatkannya melalui interaksi dengan individu lain.

Selanjutnya, untuk dapat melakukan pemahaman terhadap fenomena melalui fenomenologi ada dua aspek penting yang harus diketahui yaitu *intentionality* dan *bracketing* yang disebut sebagai logosnya fenomenologi. Adapun yang dimaksud dengan *intentionality* adalah memahami pengalaman individu baik dari sisi obyektif (noema, sesuatu yang dapat dilihat, didengar, dirasakan, dipikirkan, ataupun ide) maupun subyektif (noesis, tindakan yang dimaksud seperti merasa, mendengar, memikirkan, dan menilai ide). Sedangkan *bracketing* yang juga disebut sebagai reduksi fenomenologi adalah upaya peneliti/pengamat untuk menyisihkan semua asumsi umum, prasangka, teori, filsafat, agama bahkan *common sense* yang dibuat mengenai suatu fenomena, agar mampu melihat, menerima fenomena yang ada dan yang dihadapi sebagaimana adanya.⁴

Tahap-tahap penelitian fenomenologi yang dilaksanakan adalah sebagai berikut: (1) *Epoche*, yaitu berusaha menyingkirkan semua pengalaman, pengetahuan awal, juga penilaian dan asumsi tentang hal-hal yang berhubungan dengan perempuan

⁴ Atwar Bajani, Disertasi Program Pascasarjana Unpad, 2009



1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan Universitas Riau.
2. Dilarang mengumpulkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Riau.

bertubuh gemuk. Sebagai upaya menerapkan *epoche*, maka peneliti berusaha menerima semua pengalaman, pandangan, pemikiran tentang konsep diri dan pengalaman komunikasi antarpribadi seperti yang diceritakan oleh individu yang menjalani dan mengalami langsung. (2) Reduksi Fenomenologi, ketika mengumpulkan data penelitian melalui wawancara, ngobrol, diskusi, dan lain-lain, peneliti berusaha mengidentifikasi dan memilah makna obyektif (*noema*) dan makna subyektif (*noesis*) yang dimiliki oleh individu yaitu perempuan bertubuh gemuk di Pekanbaru. Selain itu peneliti berusaha untuk menyisihkan segala asumsi dan mengeliminasi penilaian terhadap respon individu tersebut (*bracketing*) dengan menerima semua opini, sikap dan perilaku mereka sebagaimana adanya agar diperoleh hasil penelitian yang baik. Selain itu melalui interaksi dengan pelaku akan ditemukan bukti baru tentang perempuan bertubuh gemuk di (proses *horizontalization*) sehingga pengalaman tentang fenomena tersebut terus berkelanjutan. (3) Variasi Imajinasi, peneliti mencari dan berusaha menemukan makna dari pengalaman seperti yang diungkapkan oleh perempuan bertubuh gemuk di Pekanbaru. Menurut Kuswarno (2009:52), variasi imajinasi bertugas untuk mencari makna-makna yang mungkin dengan memanfaatkan imajinasi, kerangka rujukan, pemisahan dan pembalikan, pendekatan terhadap fenomena dari perspektif, posisi, peranan, dan fungsi yang berbeda. (4) Sintesis Makna dan Esensi, peneliti berusaha menemukan dan menyatakan esensi dari pengalaman individu perempuan bertubuh gemuk di Pekanbaru yang menggambarkan hakekat fenomena secara keseluruhan.

1.4.3. Sumber Data Penelitian .

Subjek penelitian ini adalah perempuan bertubuh gemuk di Kota Pekanbaru, dengan pertimbangan bahwa perempuan biasanya punya perhatian dan ketakutan yang lebih besar terhadap kelebihan berat badan dibandingkan dengan laki-laki. Subjek penelitian dipilih secara purposif berdasarkan pada mereka yang dapat mengeksplorasi dan mengartikulasikan pengalaman mereka secara sadar seperti yang diungkapkan (Creswell, 1998:115).

“in phenomenological study, the partisipants may be located a single site, although the need not be. Most important, they must be individuals who have experienced the phenomenon being explored and articulate their conscius experieces...”

Adapun kriteria infoman dalam penelitian ini adalah perempuan gemuk yang merasa gemuk, menurut persepsi sosial atau pun berdasarkan perhitungan *Body Mass Index* masing-masing pelaku yang berada diatas normal. *Body Mass Index* (BMI) merupakan suatu bentuk pengukuran yang menunjukkan hubungan antara berat badan dengan tinggi badan. BMI merupakan suatu rumus matematika yang berat badan seseorang (kg) dibagi dengan tinggi badan (m^2). Seseorang dengan BMI 25 – 29,9 dikatakan mengalami kelebihan berat badan (*over weight*), sedangkan seseorang dengan BMI 30 atau lebih dikatakan mengalami obesitas. Kriteria lain yang juga diterapkan dalam pemilihan pelaku adalah perempuan tersebut peduli pada penampilan dan bentuk tubuh, yang ditandai dengan minat dan usaha mereka untuk mendapatkan tubuh ideal atau menarik.



1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan Universitas Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Riau.

Lokasi dan Waktu Penelitian

Dalam fenomenologi, lokasi penelitian boleh disatu tempat atau tersebar, dengan memperhatikan individu yang akan dijadikan pelaku, baik seseorang atau mereka yang dapat memberikan penjelasan dengan baik (Creswell, 1998:122). Lokasi penelitian yang dipilih adalah kota Pekanbaru karena Pekanbaru memiliki karakteristik yang menunjang kriteria pelaku. Berdasarkan pengamatan yang pernah dilakukan, di Pekanbaru ditemukan cukup banyak perempuan yang bertubuh gemuk. Disamping itu sebagai kota yang berkembang pesat, yang pada saat ini terdapat banyak klinik-klinik kecantikan yang menawarkan berbagai bentuk perawatan tubuh dan penurunan berat badan dengan konsumen yang cukup banyak. Hal ini memberi indikasi bahwa perempuan-perempuan di kota tersebut menaruh perhatian dan minat yang cukup besar terhadap penampilan dan bentuk tubuh. Penelitian ini berjalan lebih kurang sepuluh bulan setelah proses revisi usulan penelitian diselesaikan.

Lokasi penelitian dipilih berdasarkan intensitas kegiatan yang dilakukan pelaku di lokasi tersebut. Adapun lokasi yang dinilai sering dikunjungi oleh pelaku adalah tempat mereka bekerja atau beraktifitas. Beberapa diantaranya adalah: 1. Universitas Riau kampus Bina Widya Simpang Panam, 2. Kantor Notaris jln H.Samanhudi no 15, 3. Kantor Dispenda Provinsi Riau jln Sudirman, 4. Bank BNI cabang jln Riau, 5. Salon Mustika Ratu jln Gatot Soebroto dan 6. Kedai kopi Kimteng

Teknik Pengumpulan Data

1). Wawancara Mendalam

Dalam melakukan wawancara mendalam untuk mencapai tingkat pemahaman memerlukan cara penggalan data. Melalui wawancara mendalam bisa digali apa yang tersembunyi disanubari seseorang, apakah menyangkut masa lampau, masa kini maupun masa depan. Dalam studi fenomenologi segala sesuatunya harus bersifat apa adanya, bahkan peneliti harus melepaskan segala sesuatu yang ada dalam benaknya atau menghindari ketentuan kategori teoritik. Wawancara yang dilakukan bersifat terbuka dan diusahakan agar tidak mengganggu kenyamanan pelaku yang diwawancara. Jenis pertanyaan yang dilontarkan sifatnya non formal dan menggunakan bahasa keseharian. Peneliti berusaha untuk menghilangkan kesan "aku dan kamu" dan berupaya menimbulkan kesan "kita" dalam wawancara yang dilakukan, sehingga pelaku merasa nyaman akan wawancara yang dilakukan karena menganggap pewawancara merupakan bagian dari mereka juga.

2). Pengamatan (observasi)

Disamping menggunakan wawancara mendalam, peneliti juga menggunakan teknik pengamatan dalam mengumpulkan data penelitian. Teknik ini adalah strategi lapangan yang secara simultan dan konsisten memadukan analisis dokumen, wawancara, partisipasi dan observasi langsung serta introspeksi (Denzin, 2000:183). Berkaitan dengan penelitian ini, maka peneliti akan melakukan pengamatan terhadap perilaku verbal dan non verbal perempuan bertubuh gemuk ketika mereka berinteraksi dengan orang disekitarnya. Selain itu peneliti juga akan mengamati dengan siapa mereka sering bergaul atau yang menjadi kelompok rujukan (*reference group*) dari perempuan bertubuh gemuk tersebut.

3). Studi Dokumentasi

Studi dokumentasi merupakan hal penting dalam sebuah penelitian kualitatif. Menurut Mulyana (2004:195), data berupa dokumen-dokumen dapat mengungkapkan



1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan sumber:
- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan Universitas Riau.
2. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Riau.

bagaimana subyek penelitian mendefinisikan dirinya sendiri, lingkungan dan situasi yang dihadapinya saat itu, dan bagaimana semuanya itu berkaitan dengan hubungannya dengan orang lain dan tindakan-tindakannya. Dalam penelitian ini telaah dokumen yang berkaitan dengan tema penelitian menjadi salah satu teknik yang digunakan untuk pengumpulan data. Oleh karena itu dikumpulkan dokumen-dokumen yang berhubungan dengan konsep dan teori penelitian ini berupa buku dan jurnal ilmiah. Selain itu juga menggunakan dokumen-dokumen berupa berita koran, artikel majalah, brosur, *leaflet*, dan foto-foto tentang perempuan bertubuh gemuk.

Sebelum peneliti memutuskan untuk meneliti topik yang berkaitan dengan perempuan gemuk, peneliti telah mengenal cukup banyak perempuan-perempuan gemuk disekitar peneliti, artinya sosok peneliti bukan merupakan sosok yang asing bagi sebagian pelaku, sehingga lebih memudahkan untuk menjalin hubungan yang lebih akrab guna pengumpulan data penelitian yang lebih intensif dan komprehensif sebab menurut Blumer hanya melalui hubungan yang akrab dengan mereka yang diteliti, peneliti dapat memasuki dunia dalam (*inner word*) mereka (Mulyana, 2001:154). sehingga didapatkan perolehan informasi yang lebih terbuka dan jujur.

Sebagai contoh, pelaku Indah, Dewi, Anti dan Rani, yang merupakan mahasiswa dan rekan kerja peneliti di Kampus UNRI. Begitu juga dengan Yani salah seorang Hairdresser di salon langganan peneliti dan Novi yang merupakan waitress di kedai kopi Kimteng yang sering peneliti datangi di akhir pekan bersama keluarga. Demikian juga dengan Yanti yang menjadi kasir di Barbershop langganan suami dan anak peneliti. Pertemuan lainnya dengan pelaku dilakukan dengan cara diperkenalkan oleh teman peneliti yang sudah terlebih dahulu mengenal subjek lainnya yang bisa dijadikan pelaku dalam penelitian ini. Beberapa contoh yang peneliti lakukan saat membangun akses dan membina hubungan dengan para pelaku itu sedikit banyak dapat mempermudah proses pencarian dan penggalian informasi dengan wawancara mendalam dengan suasana yang lebih rileks.

Penelitian ini menggunakan pendekatan langsung dimana peneliti mendatangi satu persatu pelaku penelitian ke tempat yang menjadi lokasi penelitian, seperti kampus UNRI, salon, kedai kopi, barbershop, toko, klinik bersalin dan kantor tempat pelaku bekerja dan juga rumah tempat tinggal mereka, tentunya setelah mendapat izin dan konfirmasi dari para pelaku Wawancara umumnya dilakukan disela-sela jam istirahat sambil makan dan minum di kantin atau cafe yang terdapat disekitar lokasi tempat pelaku beraktifitas (bekerja) dalam suasana santai. Peneliti juga memanfaatkan telepon seluler untuk menjangkau pelaku terutama ketika mengadakan janji wawancara.

Analisis Data

Menurut Bungin (2007:153) ada dua hal yang ingin dicapai dalam analisis data kualitatif yaitu : (1) menganalisis proses berlangsungnya suatu fenomena sosial dan memperoleh suatu gambaran yang tuntas terhadap proses tersebut; dan (2) menganalisis makna yang ada dibalik informasi, data dan proses suatu fenomena sosial. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan tiga tahap analisis data yang dijelaskan oleh Miles dan Huberman, yaitu : Reduksi data, Penyajian data serta Penarikan Kesimpulan & Verifikasi (Miles dan Huberman, 1992:19). Adapun ketiga teknik analisis data tersebut dapat dijelaskan sebagai berikut:

Tahap pertama, reduksi data. Pada tahap ini data yang ada dikelompokkan sesuai topik masalah penelitian, yang kompleks dikurangi dan data yang mendukung dimunculkan. Pada intinya tahap reduksi data merupakan penyederhanaan,



1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan Universitas Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Riau.

pengabstrakkan dan transformasi data kasar yang didapat dari lapangan. **Tahap kedua**, penyajian data. Pada tahap ini data yang telah direduksi kemudian disusun secara sistematis serta diklarifikasi berdasarkan jenis dan polanya. Selanjutnya data disajikan dalam bentuk bagan-bagan atau narasi sehingga menjadi informasi yang bermakna sesuai masalah penelitian. **Tahap ketiga**, penarikan kesimpulan dan verifikasi. Pada tahap ini dilakukan pengambilan kesimpulan dari hasil reduksi dan penyajian data. Setelah memperoleh kesimpulan maka langkah selanjutnya adalah melakukan verifikasi, yaitu meninjau ulang data berupa catatan lapangan secara seksama, serta berinteraksi kembali dengan subjek penelitian untuk mengembangkan intersubjektif. Verifikasi dilakukan untuk menghindari kesalahan interpretasi terhadap makna-makna yang muncul dari data.

Validitas dan Otentitas data

Untuk menguji keabsahan data, yang meliputi;

- 1) Perpanjangan Keikutsertaan. Dalam hal ini peneliti langsung melakukan wawancara dan observasi bersama pelaku untuk dapat menggali makna simbol yang digunakan perempuan bertubuh gemuk di Pekanbaru. Kegiatan pengamatan dilakukan tidak hanya tiga atau empat kali tetapi lebih dari itu hingga mencapai kejenuhan pengumpulan data dan terhindar dari distorsi yang mungkin terjadi selama pengumpulan data.
- 2) Menemukan Siklus Kesamaan Data. Tidak ada kesepakatan mengenai kapan sebuah penelitian kualitatif dianggap selesai. Sepanjang peneliti menemukan data baru, maka ia masih terus bekerja, tetapi bila menemukan informasi yang sama yang pernah ia dapat dan begitu berulang-ulang, maka melakukan langkah akhir yaitu menguji keabsahan data penelitiannya dengan informasi yang baru diperolehnya. Bila ternyata tetap sama maka ia sudah mencapai siklus kesamaan data yang berarti telah sampai di akhir penelitiannya.
- 3) Ketekunan Pengamatan. Pengamatan dilakukan dengan seksama tidak hanya mengandalkan kemampuan pancaindra seperti penglihatan dan pendengaran tetapi juga termasuk perasaan dan insting peneliti.
- 4) Triangulasi. Proses Triangulasi dilakukan dengan cara membandingkan hasil wawancara dengan hasil pengamatan. Kemudian juga menggunakan sumber lain di luar data untuk keperluan pengecekan dan pembandingan data yang diperoleh dari lapangan.
- 5) Pengecekan Melalui Diskusi. Diskusi dengan berbagai kalangan seperti rekan-rekan sejawat dan pemerhati fenomena yang sama akan memberikan informasi yang berarti bagi peneliti. Diskusi dilakukan untuk meminta masukan, saran dan kritikan sebagai upaya pengayaan dan terhindar dari bias-bias yang akan merusak fokus penelitian.
- 6) Pengecekan Anggota Tim. Pada tahap ini dilakukan konfirmasi pada pelaku tentang data dan informasi yang diberikan kepada peneliti. Hal ini dilakukan untuk memperoleh keabsahan data dan informasi.
- 7) Kecukupan Referensi. Memperkaya referensi yang dapat menguji hasil penelitian yang dilakukan. Referensi dapat berasal dari orang lain ataupun dari lapangan yang berupa rekaman wawancara, rekaman gambar video, juga catatan harian lapangan.



123



- Repositori Universitas Riau
Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan Universitas Riau.
 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Riau.

terhadap dirinya sendiri. Pelaku yang mengalami kegemukan sejak dari kecil (gemuk diusia dini), umumnya tidak begitu mempermasalahakan bentuk dan ukuran tubuhnya, serta tetap merasa nyaman karena sudah terbiasa dan bisa beradaptasi dengan kondisi kegemukannya. Padahal terhadap pelaku seperti ini tidak tertutup kemungkinan menerima ejekan atau cemoohan dari orang lain. Singkatnya pelaku yang mempunyai sejarah kegemukan sejak kecil tidak merasa menyesali keadaan dirinya.

Selain faktor sejarah awal kegemukan, ada juga pelaku yang merasa tidak bermasalah dengan kondisi tubuhnya yang gemuk karena didasarkan pada perbandingan dengan tubuh orang lain yang lebih gemuk dari tubuhnya. Artinya dia merasa biasa saja karena ternyata ada orang lain yang jauh lebih gemuk dari pada tubuh yang dimilikinya. Hal ini terjadi pada pelaku yang bernama Yanti. pelaku yang bekerja sebagai pengelola *barbershop* ini tidak mempermasalahakan berat badannya yang 85 kg yang berpendapat masih banyak orang lain yang lebih besar dan memiliki berat tubuh yang lebih dibandingkan dirinya Perempuan yang bertubuh gemuk akan memandang dirinya positif selama dia menganggap kegemukan dirinya itu masih di bawah orang lain meskipun secara umum dapat digolongkan kepada kategori *overweight*. Dengan kata lain dapat dikatakan bahwa pelaku yang *overweight* 'tidak merasa gemuk' selama ada yang *obesitas*. Tetapi pandangan seperti ini tetap tidak bisa dilepaskan dari faktor lain yang telah disebutkan bahwa faktor sejarah kegemukan. Pelaku yang tidak mempermasalahakan kondisi tubuhnya yang gemuk karena merasa masih banyak orang lain yang lebih gemuk dari dia, ternyata memiliki sejarah kegemukan sejak dari kecil (kegemukan diusia dini). Dalam hal ini tampaknya faktor yang paling menentukan konsep dirinya adalah karena sudah merasa terbiasa dengan kondisi gemuk tersebut.

Faktor sejarah kegemukan juga tidak terlepas dari faktor lainnya yaitu sikap dan perlakuan orang tua sewaktu pelaku masih kecil. Kalau orang tua tidak mempermasalahakan kegemukan yang 'diderita' anaknya dan mereka memiliki sikap yang sangat toleran serta tidak pernah mengatakan hal-hal yang berbau ejekan kepada anaknya, maka dengan sendirinya anak juga akan memiliki konsep diri yang positif di dalam memandang kegemukan yang dialaminya. Tetapi apabila orang tua bersikap diskriminatif dan sering memperolok-olok kegemukan anaknya, yang menyebabkan si anak menjadi tertekan, maka konsep diri yang terbentuk cenderung akan negatif. Jadi dalam hal ini tidak semua orang yang mempunyai sejarah kegemukan sejak kecil (usia dini) memiliki konsep diri yang positif dalam arti menerima kondisi tubuh apa adanya, melainkan akan tergantung kepada sikap dan perlakuan orang-orang terdekat dengannya (*significant others*), khususnya orang tua.

Terlepas dari faktor-faktor yang mempengaruhi konsep diri perempuan bertubuh gemuk, berdasarkan hasil penelitian ditemukan konsep diri pelaku dalam memandang dirinya setidaknya terdapat 5 macam jawaban mengenai perasaan pelaku, yakni: (1) biasa saja, (2) kecewa, (3) terganggu, (4) menyesal, dan (5) cuek. Dari 5 macam jawaban pelaku (konstruk derajat pertama) ini dapat dikelompokkan menjadi dua kategori konsep diri yaitu konsep diri positif dan konsep diri negatif. Pelaku yang mengaku memiliki perasaan biasa saja dan cuek dapat dikatakan memiliki konsep diri yang positif, karena mereka tidak merasa memiliki kekurangan atau kelemahan berkaitan dengan kegemukan yang dialaminya. Tiga (3) bentuk jawaban berkenaan dengan perasaan pelaku lainnya termasuk ke dalam kategori konsep diri negatif.

Berdasarkan hasil penelitian diri jika dilihat dari perasaan pelaku, maka mayoritas pelaku memiliki konsep diri yang negatif. Dari 10 pelaku yang memiliki konsep diri negatif, 5 orang di antaranya merasa terganggu dengan memiliki tubuh yang gemuk.



1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan Universitas Riau.
2. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Riau.

Dari kelima pelaku ini dua orang merasa terganggu karena merasa memiliki tubuh yang tidak menarik (persepsi fisik), dan dua orang merasa kurang percaya diri (persepsi psikis). Begitu juga dari 4 orang pelaku yang merasa kecewa dengan kondisi tubuhnya, dua orang mengatakan merasa tidak menarik dan satu orang mengaku mengalami penurunan rasa percaya diri. Seorang pelaku menyesali kegemukannya karena dulu tidak mengontrol makan dan tidak merawat diri, dan menyebabkan dia merasa tidak menarik dan merasa rendah diri.

Apabila ditelusuri lebih jauh lagi berdasarkan temuan penelitian, pelaku yang memiliki konsep diri negatif umumnya didasarkan kepada persepsi fisik dan persepsi psikis mereka. Dalam kaitannya dengan persepsi sosial, hampir seluruh pelaku mengaku tidak ada masalah (positif), kecuali satu orang pelaku yang mengatakan malas bergaul. Munculnya sikap malas bergaul ini disebabkan karena dia merasa rendah diri di hadapan orang lain (yang tidak gemuk). Berdasarkan temuan penelitian, dari 15 pelaku ternyata 12 orang di antaranya memiliki konsep diri positif dalam kaitannya dengan perspektif sosial ini dan hanya 3 orang yang termasuk pada konsep diri negatif. Konstruk derajat pertama yang peneliti kategorikan menjadi konsep diri positif di antaranya adalah: mudah bergaul, solidaritas tinggi, ramah, cekatan, menyenangkan, aktif di organisasi, lucu, pantang menyerah, periang, dan suka menolong. Mereka yang termasuk kategori konsep diri negatif dalam perspektif sosial adalah tidak pandai bergaul karena takut dan malu dengan orang yang belum dikenal. Berdasarkan uraian dalam hasil penelitian itu, maka dapat digambarkan suatu model pembentukan konsep diri perempuan bertubuh gemuk berikut:

Gambar 1. Pembentukan Konsep Diri Perempuan Bertubuh Gemuk



Dalam gambar di atas tampak bahwa pembentukan konsep diri perempuan bertubuh gemuk dipengaruhi oleh faktor-faktor, seperti: sejarah kegemukan, kelompok rujukan, sikap dan pandangan *significant others* yang terdiri dari orang tua, teman sejawat, suami atau pacar. Seluruh faktor tersebut berada di luar diri si pelaku (faktor eksternal) yang merupakan unsur utama dalam pembentukan konsep diri pelaku. Di samping faktor eksternal masih dimungkinkan faktor internal juga dapat mempengaruhi



1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan Universitas Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Riau.

konsep diri perempuan bertubuh gemuk ini, seperti misalnya, sikap pelaku sendiri (terutama sikap sewaktu pelaku tidak gemuk terhadap orang lain yang gemuk) dan keyakinan atau kepercayaan pelaku (misalnya keyakinan akan kehendak sang pencipta memberikan yang terbaik bagi diri pelaku). Pelaku yang memiliki keyakinan seperti ini dimungkinkan akan lebih menerima kondisi dirinya dan tetap mensyukuri atas apa yang terjadi.

Dalam penelitian ini ditemukan juga faktor lain yang diduga menentukan terhadap pembentukan konsep diri pelaku, yaitu awal kegemukan yang diartikan sebagai suatu periode awal mulanya terjadi kegemukan. Dilihat dari awal mulanya terjadi kegemukan, maka dapat dibedakan ada tiga kategori awal kegemukan yaitu: kegemukan usia dini, kegemukan usia remaja, dan kegemukan usia dewasa. Kegemukan dalam usia dini dimaksudkan bahwa pelaku mengalami kegemukan sejak dari kecil atau balita, bahkan sejak lahir. Kegemukan usia remaja merujuk pada awal kegemukan yang mulai terjadi pada usia remaja (SMP). Kegemukan usia dewasa umumnya dimulai setelah melahirkan anak pertama.

Dalam kaitannya dengan konsep diri, secara umum pelaku yang mengalami kegemukan sejak dini memiliki konsep diri yang positif dalam arti mereka tidak terlalu mempermasalahakan kondisi tubuhnya yang ekstra dibandingkan dengan orang lain. Hal ini terjadi karena pelaku sudah terbiasa sejak kecil mengalami kegemukan sehingga mereka sudah dapat menyesuaikan diri dengan kondisi seperti ini. Sebaliknya konsep diri negatif lebih banyak terjadi pada pelaku yang memiliki sejarah kegemukan usia remaja dan usia dewasa. Pelaku dalam kategori ini menghadapi kondisi tubuhnya yang gemuk merupakan hal yang baru. Mereka pernah mengalami dan 'menikmati' memiliki tubuh yang normal dan selalu dijadikan perbandingan ketika menilai dirinya pada saat sekarang. Akibatnya saat ini mereka merasa tidak menarik dan merasa kecewa serta menyesali keadaannya. Konsep diri negatif ini terutama dalam kaitannya dengan persepsi fisik dan psikis, karena walaupun demikian mereka tetap melakukan aktivitas dan berinteraksi sosial dengan lingkungannya tanpa menemui hambatan yang berarti.

Awal kegemukan dianggap memiliki peranan terhadap penilaian seseorang akan penampilan dirinya, tetapi faktor sejarah kegemukan ini tidak berdiri sendiri melainkan juga ditentukan oleh faktor perlakuan orang tua terhadap dirinya. pelaku yang mengalami kegemukan sejak kecil (usia dini) bisa juga memiliki konsep diri negatif manakala perlakuan dan sikap yang diterima dari orang tuanya tidak menyenangkan. Perlakuan seperti cemoohan dan olok-olok dari orang terdekat (orang tua dan saudara) sangat besar perannya di dalam membentuk konsep diri yang negatif bagi seseorang. Berbeda halnya dengan pelaku yang dibesarkan dalam lingkungan dengan sikap dan perlakuan dari keluarga, khususnya orang tua, yang menyenangkan. Disadari kalau pelaku yang bersangkutan memiliki ukuran dan berat tubuh yang berbeda dengan kebanyakan orang, tetapi apabila keluarga dan orang tua tidak pernah mempermasalahkannya alih-alih mengejeknya, maka konsep diri yang terbentuk pun akan dapat menerima kondisi tubuhnya yang demikian. Sejalan dengan apa yang telah diuraikan sebelumnya, penelitian ini menemukan empat kategori konsep diri perempuan bertubuh gemuk yaitu : (1). memandang diri positif secara fisik, psikis dan sosial, (2). memandang diri negatif secara fisik dan psikis, namun positif secara sosial, (3). memandang diri negatif secara fisik, namun positif secara psikis dan sosial, dan (4). Memandang diri negatif secara fisik, psikis dan sosial.



Motif Perempuan Gemuk dalam Upaya Mendapatkan Berat Badan Ideal

Kondisi ini kerap mengarahkan para perempuan pada tindakan yang dianggap mampu mewujudkan keinginan tersebut. Tindakan yang diambil oleh perempuan-perempuan yang terobsesi oleh kecantikan tersebut mulai dari pengurangan berat badan bahkan sampai operasi plastik, dimana tak jarang cara-cara tersebut menimbulkan dampak negatif terhadap kesehatan terutama kesehatan mental mereka sendiri. Lalu bagaimana dengan perempuan-perempuan bertubuh gemuk yang menjadi pelaku penelitian ini, motif apa saja yang melatar belakangi tindakan mereka untuk menurunkan berat badan?

Penelitian ini menemukan berbagai alasan atau motif pelaku untuk mendapatkan berat badan ideal yaitu: (1) sehat, terhindar dari penyakit karena obesitas; (2) untuk kesuburan atau kehamilan; (3) mendapatkan kembali tubuh dan penampilan menarik, kembali pede; (4) menyenangkan suami; dan (5) tidak jadi bahan tertawaan atau celaan.

Dari berbagai alasan yang melatar belakangi upaya pelaku menurunkan berat badan, dapat disederhanakan menjadi dua kategori motif, yaitu motif untuk alasan kesehatan dan untuk alasan penampilan. Umumnya, tindakan individu tidak hanya dilandasi oleh satu motif (motif tunggal). Demikian halnya motif perempuan gemuk untuk menurunkan berat badan, selain motif kesehatan, juga terkandung motif penampilan di dalamnya. Dari 15 pelaku, diketahui 8 orang di antaranya memiliki motif ganda dalam hal menurunkan berat badan. Artinya ketujuh pelaku ini memiliki ‘motif bugar’ dan ‘motif segar’ sekaligus. Di samping ingin sehat, juga ingin terlihat menarik di mata orang lain. Empat orang pelaku memiliki motif bugar saja dan 3 orang pelaku memiliki motif segar. Pada setiap tindakan individu, terdapat motif yang menjadi orientasi dari tindakan tersebut. Menurut Weber, makna dan motif inilah yang berhubungan langsung dengan perilaku ataupun tindakan manusia. Demikian juga halnya dengan tindakan yang dilakukan perempuan bertubuh gemuk dalam upaya mendapatkan berat badan ideal. Berdasarkan hasil penelitian diketahui berbagai upaya tindakan yang dilakukan pelaku dalam mendapatkan berat badan ideal, yaitu: (1) ikut program pelangsingan; (2) minum herbalife; (3) tidak makan malam hari; (4) senam dan aerobik; (5) diet; (6) akupunktur; (7) treatmill; (8) puasa; (9) minum merit; (10) minum obat pelangsing; (11) sepeda statis; (12) jogging; (13) ngurangin ngemil; (14) minum teh jati china; (15) minum slimming tea; (16) minum achai berri; dan (17) mengurangi gorengan dan santan.

Dari temuan penelitian juga diketahui ternyata semua pelaku pernah melakukan upaya untuk mendapatkan berat badan ideal dengan cara- cara seperti disebutkan itu. Ini menunjukkan bahwa semua pelaku sebenarnya merasa “tidak nyaman” dengan memiliki tubuh gemuk, walaupun dalam bahasan sebelumnya beberapa pelaku mengaku biasa-biasa saja walau memiliki tubuh gemuk. Pada bagian ini peneliti akan membahas tentang motif perempuan bertubuh gemuk terkait alasan mereka melakukan tindakan/upaya menurunkan berat badan. Tindakan ini dilatarbelakangi oleh berbagai aspek, diantaranya adalah pengetahuan yang diperoleh dari hasil berbagi informasi dengan orang lain mengenai sesuatu hal dan juga motif yang menggerakkan tindakan mereka. “...Schutz posits that individuals orient to objects and actions by assuming a reciprocity of perspective with other humans” (Lindlof, 1995:33). Artinya orientasi tindakan individu dilandasi pengetahuan yang dimilikinya. Pengetahuan ini dapat mendorong timbulnya motif tertentu dalam diri individu.



Gambar 2. Motif Perempuan Gemuk Menurunkan Berat Badan

No	Nama	Pendapat tentang penampilan & bentuk tubuh	Alasan menurunkan berat badan	Upaya yang dilakukan
1	Dewi	Penting, tapi bukan yang utama	Supaya bisa pakai baju kebaya waktu wisuda	- Ikut program pelangsingan - Minum herbalife
2	Anti	Penting	Sehat, menarik, kembali percaya diri	- Gak makan malam - Senam kalau sempat
3	Indira	Penting	- Supaya lebih pede - Gak diejek Bebas bergaya	Diet dan aerobik
4	Sofiah	Penting	- Ingin kembali seperti dulu - Menyenangkan suami	- Akupunktur - Treatmill
5	Yanti	Tidak terlalu penting	Untuk kesehatan dan kesuburan	- Puasa Minum merit
6	Rani	Biasa aja	Untuk menjaga kesehatan	Puasa dan olah raga
7	Aling	Penting	Sehat, cantik dan menarik, mengikuti trend	Aerobik dan program impression
8	Rini	Biasa aja	Untuk kesehatan dan penampilan	- Minum obat pelangsing Speda statis
9	Tini	Penting	- Sehat, menyenangkan suami Tampil menarik dan penuh percaya diri	- Ikut program Mary France Bodyline Sesekali jogging
10	Evi	Penting	- Bisa kembali tampil menarik Sehat dan confidence	Senam, dan minum slimming tea
11	Yani	Biasa aja	Untuk kesehatan dan penampilan	- Puasa Ngurangi ngemil
12	Herasanti	Biasa saja	Untuk kesehatan	Minum teh jati Cina
13	Novi	Perlu	Sehat, gak susah nyari pakaian, gak ditertawakan	Minum obat pelangsing
14	Neneng	Penting	- Takut suami berpaling Tampil menarik	Minum achai berri
15	Dedek	Tidak terlalu penting	Menghindari penyakit dan tetap sehat	- Puasa Mengurangi gorengan dan santan

Berdasarkan hasil penelitian, dari ke tujuh belas bentuk tindakan yang dilakukan pelaku dalam upaya mendapatkan berat badan ideal dapat dikelompokkan menjadi: (1) minum obat atau ramuan pelangsing; (2) mengikuti program pelangsingan; (3) puasa; (4) olahraga; dan (5) mengatur pola makan.

Upaya menurunkan berat badan dilakukan pelaku dengan berbagai motif atau alasan yaitu, (1) untuk mendapatkan kembali bentuk tubuh ideal atau proporsional; (2) mengembalikan rasa percaya diri; (3) bisa berpenampilan menarik sesuai trend; (4) membahagiakan suami; (5) kesehatan; dan (6) agar tidak dilecehkan atau ditertawakan. Berbagai motif dapat disederhanakan menjadi dua kategori motif perempuan gemuk



1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan Universitas Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Riau.

menurunkan berat badan, seperti halnya mereka memaknai kegemukan itu sendiri, yaitu untuk alasan kesehatan dan untuk alasan penampilan. Atas dasar kategori ini, selanjutnya peneliti membuat tipikasi motif yaitu **motif bugar** untuk alasan kesehatan, dan **motif segar** untuk alasan penampilan. Sedangkan apabila dilihat dari sumber motivasi menurunkan berat badan, sebagian pelaku memiliki motif yang berasal dari diri sendiri (*intrinsic motive*) dan sebagian lagi ada yang dimotivasi oleh orang lain (*extrinsic motive*). Dalam hal ini peneliti memberikan istilah **motif personal** untuk motif intrinsik, dan **motif sosial** untuk motif ekstrinsik.

Pengalaman Komunikasi Perempuan Bertubuh Gemuk

Secara umum, komunikasi antarpribadi seorang tidak ditentukan oleh ukuran atau berat tubuhnya. Dengan kata lain pengalaman komunikasi tidak dibedakan oleh gemuk atau tidaknya tubuh orang tersebut. Namun karena perilaku komunikasi seseorang dipengaruhi oleh konsep diri orang yang bersangkutan, dan di sisi lain konsep diri orang gemuk disinyalir memiliki keunikan tersendiri, maka meneliti pengalaman komunikasi orang gemuk (khususnya perempuan) juga menjadi sesuatu yang menarik. Pengalaman komunikasi yang dimaksud dalam penelitian ini adalah sesuatu yang telah dialami individu yang paling mereka ingat (pengalaman yang paling berkesan) yang berhubungan dengan kondisi kegemukan tubuhnya dan berkaitan dengan aspek-aspek komunikasi yang meliputi komunikator, simbol pesan, feedback ataupun efek serta makna yang dihasilkan dalam proses membentuk konsep diri individu yang bersangkutan, dalam hal ini perempuan bertubuh gemuk yang menjadi pelaku dalam penelitian.

Peristiwa komunikasi atau pengalaman komunikasi berupa komunikasi verbal ataupun non verbal yang dialami perempuan bertubuh gemuk, ternyata turut memberikan dampak terhadap munculnya kesadaran akan kondisi tubuh yang mengalami kegemukan, yang menimbulkan beragam pemaknaan terhadap konsep gemuk itu sendiri. Disamping itu pengalaman komunikasi juga berkontribusi terhadap konsep diri dan motif pelaku untuk menurunkan berat badannya, guna mendapatkan berat badan dan bentuk tubuh yang normal. Berbagai stigma negatif sering dilekatkan masyarakat pada perempuan bertubuh gemuk, mulai dari sifat pemalas, banyak makan, sulit jodoh, sampai sebagai sarang penyakit. Stigma negatif tersebut biasanya juga disertai dengan berbagai julukan yang bernada ejekan yang dialamatkan kepada perempuan gemuk, seperti gendut, gembrot, gajah duduk, karung beras dan sebagainya. Karena menghadapi berbagai julukan seperti itu, maka besar kemungkinan perempuan bertubuh gemuk akan mendapatkan perlakuan komunikasi yang agak berbeda yang pada gilirannya juga akan menimbulkan reaksi berbeda pula dari si empunya tubuh gemuk tersebut.

Berdasarkan temuan dilapangan, diperoleh gambaran bahwa pengalaman komunikasi yang diuraikan oleh para pelaku penelitian, berkisar pada pengalaman komunikasi verbal dan nonverbal mereka, yang berisi tentang peristiwa komunikasi yang dihasilkan dari interaksi mereka dengan (1). Keluarga (orang tua dan saudara); (2). Pengalaman komunikasi dengan lingkungan pendidikan dan pekerjaan atau masyarakat umum; serta (3) Pengalaman komunikasi dengan lawan jenis (suami, pacar). Pengalaman komunikasi tersebut ada yang menyenangkan dan juga tidak menyenangkan. Adapun pembedaan jenis pengalaman komunikasi ini dilandasi oleh isi, konteks dan dampak dari peristiwa komunikasi tersebut.



1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan Universitas Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Riau.

Berbagai pengalaman yang dituturkan oleh para pelaku menunjukkan bahwa penerimaan dan motivasi keluarga ataupun lingkungan terhadap kondisi fisik mereka yang berbeda membantu membangkitkan rasa percaya diri, mampu menghargai diri sendiri, menimbulkan upaya untuk menurunkan berat badan, ataupun berbesar hati menerima keadaan ketika usaha mereka untuk langsing belum juga membuahkan hasil yang nyata. Penelitian ini menemukan bahwa, sebagian besar pelaku memiliki pengalaman yang bervariasi dari ketiga konteks tersebut seperti pelaku yang memiliki pengalaman komunikasi yang menyenangkan dengan keluarga, tetapi punya pengalaman yang tidak menyenangkan dengan lingkungan atau dengan lawan jenis. Ada juga pelaku yang punya pengalaman komunikasi tidak menyenangkan dengan keluarga tapi punya pengalaman komunikasi yang menyenangkan dengan lingkungan dan lawan jenis. Atau sebaliknya ada yang punya pengalaman komunikasi yang menyenangkan dengan keluarga dan lingkungan, tapi punya pengalaman komunikasi tidak menyenangkan dengan lawan jenis.

Dari lima belas (15) pelaku penelitian, hanya tiga (3) orang yaitu Rani, Aling dan Yani yang memiliki pengalaman komunikasi yang bersifat linear dalam artian menyenangkan dalam ketiga konteks tersebut. Selain pengalaman yang menyenangkan yang dimiliki pelaku dalam ketiga konteks komunikasi di atas, ditemukan juga satu (1) orang pelaku yang memiliki pengalaman komunikasi tidak menyenangkan dengan keluarga, tetapi memiliki pengalaman komunikasi yang justru menyenangkan dengan lingkungan dan lawan jenis. Dari temuan ini diketahui bahwa pengalaman komunikasi yang tidak menyenangkan dengan keluarga, tidak atau belum tentu menyebabkan komunikasi dalam konteks lainnya juga menjadi tidak menyenangkan.

Penelitian ini juga menemukan bahwa sepuluh (10) dari lima belas (15) orang pelaku mengatakan bahwa pengalaman komunikasi tidak menyenangkan paling banyak mereka alami ketika berinteraksi dengan lingkungan (pendidikan, pekerjaan, masyarakat umum). Hal tersebut karna berbagai stigma negatif yang ada dimasyarakat cenderung menyudutkan atau memarginalkan keberadaan orang-orang berbadan gemuk, terutama perempuan dan menjadikan kondisi tubuh mereka yang berbeda sebagai bahan tertawaan atau olok-olokan. Temuan lainnya menunjukkan bahwa hanya ada satu (1) orang pelaku yaitu Novi yang memiliki pengalaman komunikasi tidak menyenangkan, baik di dalam keluarga, dengan lingkungan, maupun dengan lawan jenis. Apabila dilihat kembali dalam hal konsep diri pelaku, ternyata Novi termasuk kategori pelaku yang memiliki konsep diri negatif dalam persepsi fisik, psikis dan sosial. Temuan ini semakin membuktikan bahwa bagaimana seseorang memandang dirinya sendiri sangat dipengaruhi oleh pandangan orang lain terhadapnya, terutama orang yang merupakan *significant others* bagi individu itu. Semakin tidak menyenangkan pengalaman komunikasi dengan orang lain, maka akan membuat seseorang memandang dirinya secara negatif. Terbukti dengan pelaku yang satu ini, dia mengakui karakter dirinya sebagai orang yang agak tertutup dan sentimentil (persepsi psikis), dan mengakui sebagai orang yang tidak mudah akrab (persepsi sosial), dan memiliki bentuk tubuh dan penampilan yang tidak menarik (persepsi fisik)

Aspek lain yang dapat dikemukakan di sini, dalam kaitannya dengan pengalaman komunikasi pelaku adalah bahwa delapan (8) dari lima belas (15) orang pelaku mengakui mempunyai pengalaman mendapat julukan tertentu terkait dengan bentuk dan ukuran tubuhnya. Kedelapan pelaku tersebut adalah: (1) Dewi dengan julukan 'Wi pok', 'gapuak', 'doraemon'; (2) Anti dengan julukan 'Bu dosen gendut', 'gajah', 'kuda Nil'; (3) Indira dengan julukan 'Si ndut', 'semok', 'gapuak'; (4) Sofiah dengan julukan



- ‘gendut’; (5) Yanti dengan julukan ‘buntal’, ‘kulkas’; (6) Rini dengan julukan ‘gajah duduk’, ‘ganduik’; (7) Erasanti dengan julukan ‘Si mon’, ‘panda’; dan (8) Novi dengan julukan ‘gapuak’, ‘temok’.
- Berbagai julukan itu umumnya bernada ejekan atau mencemooh, namun tidak semua pelaku terpengaruh oleh julukan tersebut, alih-alih marah atau tersinggung, melainkan ada pelaku yang tidak mempedulikan ejekan tersebut dan mengaku sudah kebal dengan hal itu.
- Penelitian ini menemukan bahwa, sebagian besar pelaku memiliki pengalaman yang bervariasi dari ketiga konteks tersebut seperti pelaku yang memiliki pengalaman komunikasi yang menyenangkan dengan keluarga, tetapi punya pengalaman yang tidak menyenangkan dengan lingkungan atau dengan lawan jenis. Ada juga pelaku yang punya pengalaman komunikasi tidak menyenangkan dengan keluarga tapi punya pengalaman komunikasi yang menyenangkan dengan lingkungan dan lawan jenis. Atau sebaliknya ada yang punya pengalaman komunikasi yang menyenangkan dengan keluarga dan lingkungan, tapi punya pengalaman komunikasi tidak menyenangkan dengan lawan jenis.
- Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa pengalaman komunikasi tidak menyenangkan sebagai hasil dari interaksi, lebih banyak berpengaruh terhadap persepsi fisik pelaku (bagaimana memandang diri sendiri secara fisik) dibandingkan dengan persepsi psikis dan persepsi sosial mereka. Kondisi ini sebagian besar dialami oleh pelaku yang mengalami kegemukan di usia dewasa, dikarenakan belum sepenuhnya bisa menerima perubahan bentuk tubuh mereka yang tadinya indah dan proporsional menjadi tubuh “tak berbentuk”. Temuan lain menunjukkan bahwa pengalaman komunikasi tidak menyenangkan yang dialami pelaku hanya berakibat pelemahan sesaat, namun melalui *self defence mechanism* pelaku melakukan interpolasi terhadap pengalaman komunikasi tersebut, sehingga tidak menjadikan mereka larut dalam kekecewaan hanya karena ukuran dan bentuk tubuh yang mereka miliki dan menjadi pemicu semangat untuk membuktikan bahwa disisi lain mereka juga punya kemampuan atau potensi yang tidak kalah dibandingkan dengan orang-orang yang bertubuh normal, serta lebih memilih untuk menggali potensi diri guna mengimbangi kekurangan yang dimiliki.
- Seperti telah diuraikan dalam hasil penelitian, ditemukan bahwa mayoritas pelaku (12 orang dari 15 pelaku) memiliki pengalaman komunikasi yang menyenangkan dalam keluarganya. Pengalaman komunikasi yang menyenangkan mengandung pesan dan efek yang positif. Pesan tersebut dapat berupa pesan verbal ataupun nonverbal. Pengalaman komunikasi dalam keluarga ini menjadi sangat berarti, mengingat pengalaman komunikasi yang menyenangkan dianggap menghasilkan dampak positif di dalam diri pelaku, seperti lebih termotivasi dan lebih percaya diri. Terlebih lagi pesan tersebut berasal dari keluarga, yaitu pihak yang mempunyai peranan penting dalam proses pembentukan konsep diri individu.
- Temuan penelitian juga menunjukkan adanya tiga (3) orang pelaku yang memiliki pengalaman komunikasi tidak menyenangkan dengan keluarga. Hal ini terjadi karena menurut pengakuan salah seorang pelaku, keluarga (khususnya ibu) cenderung memaksakan pelaku untuk mengontrol berat badannya dengan menyuruh mengurangi makan atau ngemil atau mengikuti program pelangsingan, yang dirasa oleh pelaku sebagai sesuatu yang membebani dirinya. Dalam hal ini keluarga seolah memandang kondisi tubuh yang gemuk sebagai suatu kekurangan yang harus diperbaiki. Senada dengan pengalaman pelaku ini, pelaku lainnya mengaku sering dikomentari negatif oleh anggota keluarganya seperti saudara, dan sepupu, terkait dengan bentuk dan ukuran
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan Universitas Riau.
 2. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Riau.



1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan Universitas Riau.
2. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Riau.

tubuhnya. Saudara terkesan usil karena dinilai pelaku terlalu sibuk mengomentari dan menyarankan berbagai cara untuk membuat tubuh langsing. Bahkan terkadang diikuti dengan memberi julukan tertentu yang cenderung melecehkannya. Penjelasan yang didasarkan pada pengakuan pelaku itu, seakan memberi kesan bahwa perlakuan keluarga seolah-olah menempatkan anak bertubuh gemuk sebagai objek yang diharuskan untuk dapat menerima perlakuan keluarga.

Berbeda dari pengalaman komunikasi dengan keluarga yang mayoritas pelaku mengakui memiliki pengalaman komunikasi yang menyenangkan, maka dalam konteks komunikasi dengan lingkungan (pendidikan, pekerjaan atau masyarakat umum), sebagian besar pelaku (10 dari 15 orang) menyatakan pernah merasakan pengalaman komunikasi yang tidak menyenangkan. Hal ini berkaitan dengan berbagai stigma negatif tentang orang gemuk, khususnya perempuan yang berkembang di masyarakat. Dalam jumlah yang tidak begitu banyak, kenyataannya 5 dari 15 orang pelaku mengakui pernah merasakan pengalaman komunikasi yang tidak menyenangkan dengan lawan jenis. Menurut para pelaku, bentuk pengalaman komunikasi tidak menyenangkan dengan lawan jenis yang mereka alami umumnya berupa pelecehan verbal yang sebagian orang masih menganggap remeh keberadaan perempuan gemuk dan cenderung menjadikan kondisi fisik mereka yang berbeda sebagai bahan ejekan atau tertawaan.

Dalam akhir pembahasan ini dapat disimpulkan bahwa pengetahuan pelaku yang membawa kepada kesadaran akan makna kegemukan diperoleh melalui pengalaman komunikasi baik dengan keluarga, lingkungan, dan dengan lawan jenisnya. Dalam berbagai konteks komunikasi tersebut, perempuan bertubuh gemuk dapat menerima berbagai pesan melalui simbol-simbol verbal dan nonverbal. Pesan tersebut diolah di dalam diri mereka serta berperan dalam pembentukan kesadaran. Kesadaran ini dapat memicu munculnya emosi dan motif tertentu di dalam diri pelaku. Motif ini menjadi landasan bagi pelaku dalam mengambil tindakan tertentu untuk menurunkan berat badan, agar mendapatkan tubuh sehat dan proporsional.

Simpulan

- 1). Konsep diri perempuan bertubuh gemuk merupakan produk sosial dibentuk melalui proses internalisasi dan organisasi pengalaman psikologik atau hasil eksplorasi individu terhadap lingkungan fisik dan refleksi dirinya yang diterima dari orang lain. Seseorang yang mengalami kegemukan sejak dini memiliki konsep diri yang positif, tidak terlalu mempermasalahkan kondisi tubuhnya yang ekstra dibandingkan dengan orang lain. Konsep diri itu terbentuk karena seseorang yang mengalami kegemukan sejak kecil terbiasa menyesuaikan diri dengan kondisi itu. Konsep diri negatif lebih banyak terjadi pada orang yang memiliki sejarah kegemukan usia remaja dan usia dewasa. Mereka pernah mengalami dan 'menikmati' tubuh yang normal dan selalu dijadikan perbandingan ketika menilai dirinya pada saat sekarang, yang akibatnya saat ini merasa tidak menarik dan kecewa serta menyesali keadaan. Konsep diri negatif dalam kaitannya dengan persepsi fisik dan psikis, walaupun demikian mereka tetap melakukan aktivitas dan berinteraksi sosial dengan lingkungannya tanpa menemui hambatan berarti. Awal kegemukan dianggap memiliki peranan terhadap penilaian seseorang akan penampilan dirinya, tetapi faktor sejarah kegemukan ini tidak berdiri sendiri melainkan juga ditentukan oleh faktor perlakuan orang tua terhadap dirinya. Pelaku yang memiliki sejarah kegemukan sejak kecil (usia dini) bisa juga memiliki konsep diri negatif manakala perlakuan dan sikap yang diterima dari



1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan Universitas Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

orang tuanya tidak menyenangkan. Perlakuan seperti cemoohan dan olok-olok dari orang terdekat (orang tua dan saudara) sangat besar perannya di dalam membentuk konsep diri yang negatif bagi seseorang. Berbeda halnya dengan pelaku yang dibesarkan dalam lingkungan dengan sikap dan perlakuan dari keluarga, khususnya orang tua, yang menyenangkan. Walaupun disadari kalau pelaku yang bersangkutan memiliki ukuran dan berat tubuh yang berbeda dengan kebanyakan orang, tetapi apabila keluarga dan orang tua tidak pernah mempermasalahkannya alih-alih mengejeknya, maka konsep diri yang terbentuk pun akan dapat menerima kondisi tubuhnya yang demikian.

- 2). Tindakan yang dilakukan perempuan bertubuh gemuk dalam upaya mendapatkan berat badan ideal dilatarbelakangi oleh berbagai alasan yang saling berhubungan satu dengan lainnya. Alasan tersebut dikategorikan menjadi dua kategori motif, yaitu alasan kesehatan dan penampilan.
- 3). Pengalaman komunikasi perempuan bertubuh gemuk membentuk atau konstruksi kesadaran perempuan dari interaksi dengan keluarga (orangtua, saudara), lingkungan pendidikan, pekerjaan dan masyarakat umum, ataupun dengan lawan jenis (suami, pacar, teman). Pengalaman komunikasi menjadi pengalaman komunikasi yang berupa penerimaan, motivasi dan pertemanan. Penelitian ini menemukan bahwa, sebagian besar pelaku memiliki pengalaman yang bervariasi dari ketiga konteks tersebut. Pengalaman komunikasi tidak menyenangkan sebagai hasil dari interaksi, lebih banyak berpengaruh terhadap persepsi fisik pelaku (bagaimana memandang diri sendiri secara fisik) dibandingkan dengan persepsi psikis dan persepsi sosial mereka. Kondisi ini sebagian besar dialami oleh pelaku yang mengalami kegemukan di usia dewasa, dikarenakan belum sepenuhnya bisa menerima perubahan bentuk tubuh mereka yang tadinya indah dan proporsional menjadi tubuh “tak berbentuk”. Bahwa pengalaman komunikasi tidak menyenangkan yang dialami pelaku hanya berakibat pelemahan sesaat, namun melalui *self defence mechanism* pelaku melakukan interpolasi terhadap pengalaman komunikasi tersebut, sehingga tidak menjadikan mereka larut dalam kekecewaan hanya karna ukuran dan bentuk tubuh yang mereka miliki dan menjadi pemicu semangat untuk membuktikan bahwa disisi lain mereka juga punya kemampuan atau potensi yang tidak kalah dibandingkan dengan orang-orang yang bertubuh normal, serta lebih memilih untuk menggali potensi diri guna mengimbangi kekurangan yang dimiliki.
- 4). Perempuan bertubuh gemuk yang menjadi subjek penelitian memaknai kegemukan tubuhnya tergantung bagaimana masing-masing mereka melihat dirinya serta pengalaman dengan lingkungan, melalui interaksinya dengan orang lain. Berdasarkan hasil penelitian, diketahui bahwa terdapat sejumlah elemen yang turut berperan dalam mengkonstruksi makna kegemukan tubuh yang berupa munculnya kesadaran terhadap kegemukan tubuh dalam diri pelaku, awal mula kegemukan, penyebab kegemukan serta pengertian (konsep) gemuk menurut perempuan gemuk. Konsep gemuk dimaknai oleh perempuan bertubuh gemuk secara bervariasi, disebabkan pemaknaan mereka terhadap arti kata gemuk diidentifikasi secara spesifik dan dikorelasikan dengan kondisi fisik mereka berdasarkan pengetahuan yang dimiliki, serta peristiwa yang dialami oleh masing-masing pelaku. Terdapat perbedaan pemaknaan gemuk antara perempuan yang mengalami kelebihan berat badan (*over weight*) dengan perempuan yang mengalami obesitas. Perempuan yang mengalami obesitas cenderung memaknai



kegemukan tubuhnya dengan mengarah pada aspek-aspek yang berkaitan dengan kesehatan, seperti tubuh yang tidak sehat, tubuh yang tidak normal atau tubuh yang kelebihan lemak dan peneliti sebut dengan **kategori Gemuk Medis**. Sedangkan perempuan yang over weight cenderung memaknai kegemukan tubuhnya dengan mengarah pada nilai-nilai keindahan, seperti bentuk tubuh yang tidak proporsional, tubuh yang tidak indah & tidak menarik serta tidak sedap dipandang mata, juga tubuh yang sulit mendapatkan pakaian bagus. Kondisi ini peneliti sebut sebagai **kategori Gemuk Estetis**.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan Universitas Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Riau.