

ABSTRAK

Obesitas merupakan salah satu masalah medis yang berdampak pada resiko terserangnya penyakit. Obesitas menjadi momok yang menakutkan bagi remaja, karena pada usia remaja penampilan ideal merupakan impian semua remaja. Obesitas disebabkan karena gaya hidup tidak sehat yakni individu tidak mengontrol pola makan, serta kurangnya melakukan aktivitas fisik seperti olahraga sehingga mengakibatkan terjadinya proses penumpukan lemak didalam tubuh. Upaya yang dilakukan untuk mencegah obesitas dengan melakukan diet, diet dibagi menjadi dua yaitu diet sehat dan diet tidak sehat. Diet sehat dilakukan dengan menerapkan gaya hidup sehat mengontrol pola makan dengan benar serta melakukan aktivitas fisik, sedangkan diet tidak sehat merupakan diet yang dilakukan untuk mendapatkan hasil secara cepat tanpa melakukan aktivitas fisik.

Teori yang digunakan dalam penelitian ini adalah teori konstruksi sosial dari Peter L. Berger dan Thomas Luckmann serta teori perilaku kesehatan dari Alonzo. paradigma yang digunakan adalah definisi sosial dengan menggunakan pendekatan kualitatif. Penelitian ini dilakukan di Surabaya dengan informan delapan orang, dipilih dengan menggunakan teknik *purposive* pada remaja yang mengalami obesitas dilihat dari usia, jenis kelamin, kondisi sosial ekonomi.

Hasil yang ditemukan dalam penelitian ini adalah remaja memaknai obesitas yang dialami sebagai rasa syukur atas anugerah tuhan dan remaja mengkonstruksi diet sebagai upaya pencegahan penyakit, upaya mendapat penampilan menarik, serta terdapat remaja yang mengkonstruksi diet sebagai penyiksaan dan membahayakan tubuh jika tidak dilakukan dengan benar. Remaja yang mengalami obesitas melakukan diet tidak sehat dengan mengkonsumsi obat pelangsing dan baru menyadari jika obat pelangsing dapat merusak ginjal dan rahim perempuan.

Kata Kunci: *Remaja, Penampilan, Obesitas, Diet*

ABSTRACT

Obesity is one of the medical problems that affect the risk of disease attack. Obesity is a frightening specter for teens, because of teenage ideal appearance is the dream of all teenagers. Obesity is caused by unhealthy lifestyle that individual do not control eating, and lack of doing physical activity like exercise, which causes process buildup of fat in the body. Efforts made to prevent obesity with diet, diet is divided into two: a healthy diet and an unhealthy diet. A healthy diet be done with adopt a healthy lifestyle to control eating properly and doing physical activity, whereas an unhealthy diet is a diet which performed to get results quickly without doing any physical activity.

The theory used in this research is theory of social construction by Peter L. Berger and Thomas Luckmann and theory of health behavior by Alonzo. paradigm used is the social definition with used a qualitative approach. This research was conducted in Surabaya with the informant eight people, selected by using purposive technique in teenagers who are obese visible by age, sex, socioeconomic conditions.

The results found in this study are to interpret obese teenagers experienced as gratitude for boon of god and teenagers construct diet as prevention of disease, efforts to obtain attractive appearance, and there are teenagers who constructs the diet as torture and bodily harm if not done properly. Adolescents who are obese unhealthy diet with slimming drugs and realized if a slimming drug can damage the kidneys and uterus of women.

Keyword: teenage, appearance, Obesity, Diet

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis mengucapkan terima kasih kepada Allah SWT atas kelancaran dan kemudahan yang diberikan selama proses penulisan hingga penyelesaian skripsi ini yang berjudul: “Konstruksi Sosial Obesitas Pada Kalangan Remaja Di Surabaya (Studi Deskriptif Tentang Makna Obesitas Pada Remaja Obesitas Di Surabaya)”.

Penelitian mengenai Obesitas telah banyak dilakukan di berbagai bidang ilmu kedokteran dan kesehatan. Namun jika permasalahan ini dibahas menggunakan studi sosiologi masih jarang dilakukan, oleh karena itu penulis mengangkat isu tersebut menjadi salah satu sebuah permasalahan dalam skripsi ini dengan menggunakan teori dari sosiologi sebagai tempat untuk menganalisis sebuah permasalahan. Dengan menggunakan teori dari sosiologi untuk menjawab permasalahan yang diangkat dalam penelitian ini, isu mengenai obesitas dan diet yang awalnya hanya dibahas melalui studi medis saja, namun kini penulis akan membahas isu tersebut melalui perspektif sosiologis dengan mengangkat aspek konstruksi sosial.

Latar belakang penelitian yang dilakukan yakni obesitas merupakan permasalahan medis yang kini menjadi kecemasan bagi semua masyarakat khususnya dokter dan ahli gizi, obesitas kini tidak dialami oleh individu yang telah memasuki usia dewasa atau lanjut usia, melainkan obesitas kini dialami oleh usia remaja dimana usia tersebut masih tergolong sangat mudah. Obesitas pada awalnya dianggap biasa saja oleh masyarakat namun jika obesitas tersebut dibiarkan maka akan berdampak pada resiko terserangnya berbagai macam

ADLN - PERPUSTAKAAN UNIVERSITAS AIRLANGGA

penyakit yang dapat membahayakan tubuh. Sehingga dibutuhkan upaya pencegahan untuk mengatasi obesitas yakni dengan melakukan diet, diet dilakukan dengan tujuan untuk mengurangi jumlah lemak didalam tubuh melalui pengaturan pola makan dan aktivitas fisik seperti olahraga. Namun dewasa ini terdapat individu melakukan diet dengan menempuh jalan pintas seperti melakukan diet instan dimana diet yang bersifat instan tersebut akan dapat menimbulkan permasalahan baru bagi individu dan jika diet tersebut dilakukan tidak berdasarkan pada aturan medis maka akan dapat ,mengurangi asupan nutrisi dan protein didalam tubuh.

Selama proses skripsi ini, banyak mendapat dukungan serta motivasi dari berbagai pihak hingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik dan lancar. Penulis ingin mengucapkan terima kasih yang banyak kepada: Bapak Drs. Septi Ariadi, MA, selaku dosen pembimbing yang telah memberikan saran dan motivasi kepada penulis untuk dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Selanjutnya terima kasih untuk Ibu Sutinah selaku dosen wali yang yang memberikan saran dalam proses pengambilan mata kuliah, sehingga penulis dapat menyelesaikan semua mata kuliah dengan baik. Dan yang terakhir terima kasih untuk Bapak Herwanto selaku kepala Departemen Sosiologi yang telah memberikan saran dan kritiknya selama proposal skripsi dan telah memberikan kesempatan untuk penulis melanjutkan ke tahap skripsi hingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik dan lancar.

Terima kasih penulis tidak lupa sampaikan kepada orang-orang kesayangan yang telah memberikan semangat, dukungan, dan motivasi hingga penulisan skripsi ini terselesaikan.

1. My Best Teacher and My Spirit Bapak Imam Sukanto terima kasih banyak karena bapak selama ini telah memberikan banyak motivasi dan semangat kepada saya untuk tetap bertahan hidup dalam menjalani kehidupan yang keras ini dan tidak boleh menyerah terus berdoa, berdoa dan berusaha. Dan terima kasih untuk doa yang bapak selama ini berikan kepada saya akhirnya saya bisa menyelesaikan skripsi ini dengan lancar.
2. My Family My dad Bapak Berry dan My Mom Ibu Sutini, kalian adalah penyemangat ku untuk terus berjuang membahagiakan kalian, meskipun aku bandel tapi aku sayang kalian. Terima kasih untuk doa yang tidak pernah berhenti mengalir buat aku dan kasih sayang ibu dan bapak. Dan untuk My Brother Pinkky Anggardhani dan My Sister Kusuma terima kasih untuk semangat dan sayangnya buat aku.
3. Untuk keluarga runkut Emak, Neng Zul, Neng Tima, Umi, Neng Nur, Cak Abit, Mas Parno, Mbak Pipit terima kasih untuk semangat dan bantuannya selama ini.
4. Sahabat ku akhirnya tak lupa aku menyebut nama kalian, terima kasih banyak yaa buat ciwi-ciwi ku Eka Yuliawati, Risty Amelia, Citra Febri, Anggraeni Desy, Esti Rofiqoh kalian sahabat terindah yang Allah berikan untuk mengisi kesepian ku merangkul ku disaat susah maupun senang dan memberikan semangat untuk menyelesaikan skripsi ini.
5. Untuk calon suami ku Faisol Fahrurozi (ganang) terima kasih banyak “lek” sudah menemani ku selama 6 tahun, terima kasih banyak kamu gag pernah lelah buat nemenin aku dan terus ngasih semangat aku untuk menyelesaikan skripsi ini.

6. Terutama untuk bapak Septi Ariadi dan bapak Bagong Suyanto terima kasih telah memberikan kesempatan untuk mengikuti penelitian dan mengajarkan sosiologi lebih luas dan memberikan motivasi untuk menjadi orang yang lebih sabar dan tegas.
7. Terima kasih untuk Bapak Doddy Sumbodo Singgih yang telah memberikan semangat dan nasihat selama semester 3-5 untuk menjadi wanita yang tegas dan percaya diri.
8. Tak Lupa untuk para dosen sosiologi Bapak Prof. Dr. Hotman Siahaan, Drs.,; Bapak Prof. Dr. IB. Wirawan, SU., Drs.,; Bapak Drs. Herwanto, MA.,; Ibu Dra. Sutinah, MS.,; Bapak Drs. Benny Soembodo, M.Si.,; Bapak Prof. Dr. Subagyo, Drs., MS.,; Bapak Drs. Doddy S.Singgih, M.Si.,; Ibu Dr. Emy Susanti, Dra., MA.,; Bapak Drs. Daniel Sparringa, MA., Ph.D.,; Ibu Dra. Udji Asiyah, M.Si.,; Bapak Prof. Musta'in, Drs, M.Si.,; Bapak Dr. Bagong Suyanto, Drs, M.Si.,; Bapak Drs. Septi Ariadi, MA.,; Bapak Drs. Edy Herry Pryhantoro, M.Si.,; Bapak Drs. Sudarso, M.Si.,; Ibu Dr. Tuti Budirahayu, Dra., M.Si.,; Bapak Karnaji, S.Sos., M.Si.,; Bapak Novri Susan, S.Sos., MA.,; Ibu Siti Mas'udah, S.Sos., M.Si. Terima Kasih telah memberikan ilmu dan bimbingannya selama ini dan untuk staf sosiologi mas Indra terima kasih untuk semangat dan motivasinya dan buat mbak Sukma juga terima kasih.
9. Untuk satu-satunya sahabat laki-laki Okkyq Endrastyia terima kasih banyak untuk semangat dan motivasinya yang gag pernah lelah buat dengerin curhatan ku. Dan terima kasih untuk Wasia (Sasa) yang telah memberikan motivasi buat aku tetap jadi anak mandiri dan buat cece

ADLN - PERPUSTAKAAN UNIVERSITAS AIRLANGGA

Michelle terima kasih ya buat semangat dan motivasinya berkat kalian aku sekarang lebih percaya diri.

10. Ajeng, Angel, Lia, Kharlasita Ken, Vianna, Pritya, Unsiyah, Riza, Risma, Dinda, Nurhayati, Ni Wayan, Hilda, Tika terima kasih banyak yaa untuk motivasi dan semangat nya dan terima kasih untuk bantuan kalau ada kesusahan memahami matkul. Buat Rani PS dan Mas Sufyan terima kasih sudah mau diajak sharing mengenai teori konstruksi dan juga pencerahannya.
11. Teman-teman KKN BBM 52 Taddan: Bima, Danti, Elak, Aini, Dewi, Erfan, Mas Yance (Yanuar), Mbak Dilla, Junis, dan Mas Rizky terima kasih untuk pengalaman hidupnya walaupun Cuma sebulan tapi udah berasa setahun deket banget.
12. Untuk teman-teman angkatan 2012 yang tidak bisa aku sebutkan satu persatu terima kasih banyak buat kebersamaannya.
13. Terima kasih banyak untuk para informan IS, SR, LM, LH, IR, RA, NM, MP yang telah bersedia meluangkan waktunya untuk saya wawancarai dan menjadi inspirasi bagi peneliti.

Dengan adanya skripsi ini diharapkan dapat memberikan manfaat baik praktis maupun akademis kepada masyarakat untuk tetap menjaga kesehatannya dengan baik dan tetap menerapkan gaya hidup sehat karena semua itu berawal dari kebiasaan yang telah kita pelihara selama ini. Dan mohon maaf apabila ada kesalahan baik perkataan maupun penulisan.

Surabaya, Desember 2015

Penulis