

**COPING STRESS REMAJA PRIA TERHADAP OBESITAS**

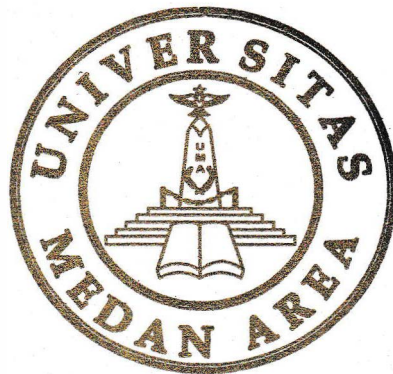
**SKRIPSI**

*Guna memperoleh gelar sarjana psikologi di Universitas Medan Area*

**Disusun oleh :**

**MUHAMMAD ZEINI**

**NPM :07.860.0268**



**UNIVERSITAS MEDAN AREA**

**FAKULTAS PSIKOLOGI**

**2012**

**UNIVERSITAS MEDAN AREA**

JUDUL SKRIPSI : COPING STRESS REMAJA PRIA TERHADAP  
OBESITAS  
NAMA MAHASISWA : MUHAMMAD ZEINI  
NIM : 07.860.0268  
BAGIAN : PSIKOLOGI PERKEMBANGAN

MENYETUJUI  
Komisi Pembimbing

Pembimbing I



Dra. Irna Minauli, M.Si

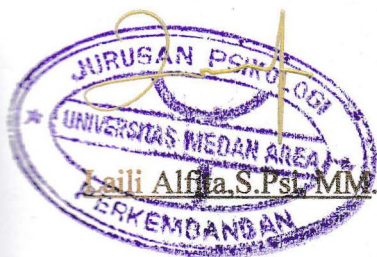
Pembimbing II



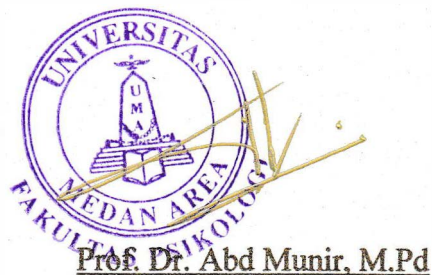
Azhar Azis, S.Psi, MA

Mengetahui

Kepala Bagian



Dekan



Tanggal Sidang Meja Hijau

23 Oktober 2012

DIPERTAHANKAN DI DEPAN DEWAN PENGUJI SKRIPSI  
FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS MEDAN AREA  
DAN DITERIMA UNTUK MEMENUHI SEBAGIAN  
DARI SYARAT-SYARAT GUNA MEMPEROLEH  
DERAJAT SARJANA (S1) PSIKOLOGI

PADA TANGGAL

23 Oktober 2012

MENGESAHKAN  
FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS MEDAN AREA

Dekan



Prof. Dr. Abd Munir, M.Pd

**DEWAN PENGUJI**

1. Dra. Inna Minauli, M.Si
2. Azhar Azis, S.Psi, MA
3. Rahmi Lubis, S.Psi, M.Psi
4. Nurmaida Irawani Siregar, S.Psi, M.Si
5. Syafrizaldi, S.Psi, M.Psi

**TANDA TANGAN**

A handwritten signature in blue ink, consisting of several loops and strokes, positioned above two horizontal lines.

A second handwritten signature in blue ink, also consisting of several loops and strokes, positioned above two horizontal lines.

## **KATA PENGANTAR**

Bismillahirrohmanirrohim...

Alhamdulillahirabbil'alamin... puji dan syukur kehadiran Allah SWT karena berkat rahmat dan ridho-Nya penulis diberikan kesempatan untuk menyelesaikan skripsi ini. Salawat dan salam tak lupa penulis sampaikan pada nabi besar Muhammad SAW yang safaatnya sangat dinantikan semua ummat manusia. Bagi penulis adalah berkah yang luar biasa dengan penuh perjuangan menghadapi berbagai ujian dan cobaan menghasilkan sumber ilmu yang luar biasa kepada penulis sehingga skripsi ini menjadi sebuah goresan tinta yang diharapkan bermanfaat bagi semua. Penulis juga tidak lupa untuk menyampaikan ucapan terima kasih untuk semua pihak yang banyak membantu penulis untuk menyelesaikan penelitian ini. Mereka yang dapat penulis sebutkan adalah:

1. Allah SWT. Yang telah memberikan nikmat kesehatan dan rezeki-NYA, sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
2. Seluruh keluarga yang telah memberikan dukungan dan doanya kepada peneliti khususnya kedua orang tuaku yang tercinta Ayah dan ibuku.
3. Yayasan H. Agus Salim UMA yang telah mendirikan Universitas Medan Area, sebagai kampus peneliti menimba ilmu.
4. Prof. Dr. H. Ali Yakub Matondang, M.A., selaku rektor UMA.
5. Prof. Dr. Abd Munir, M.Pd, selaku Dekan Fakultas Psikologi.

6. Dra. Hj. Irna Minauli, M.Si, selaku pembimbing I yang memberikan inspirasi dan motivasi bagi saya dalam menggali potensi diri, sekaligus sebagai innovator yang dengan ketekunan dan kecerdasannya selalu menyingkap bintang yang tertutup debu, menciptakan mahasiswa-mahasiswa berpotensi dan berakhlak serta dengan sabar membimbing saya sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini.
7. Azhar Azis, S.Psi, MA, selaku dosen pembimbing II yang terus memberikan semangat pada peneliti untuk menyelesaikan penelitian ini. Serta kesabarannya dalam membimbing peneliti. Banyak masukan dan diskusi yang berarti sekaligus bimbingan beliau mulai dari pra seminar sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini.
8. Rahmi Lubis, S.Psi, M.Psi, Nurmaida Irawani Siregar, S.Psi, M.Si, Syafrizal, S.Psi, M.Psi selaku ketua penguji, dosen tamu dan sekretaris. Saya mengucapkan terima kasih karena telah bersedia hadir dan memberikan masukan-masukan kepada penulis.
9. Laili Alfita, S.Psi, MM, selaku kepala jurusan perkembangan atas kemurahan hati dalam memberikan respon ketika pengurusan surat-surat yang diperlukan peneliti.
10. Seluruh staf dosen Fakultas Psikologi UMA yang telah mengajarkan ilmunya kepada peneliti selama kuliah di kampus tercinta ini, sehingga peneliti dapat memahami dan merasakan manfaat dari ilmu psikologi yang diajarkan.



11. Untuk seseorang yang special dalam hidupku (Aisah) yang selalu sabar menghadapiku, yang selalu menjadi motivator dalam segala hal dan selalu memberikan dukungan kepadaku.

12. Seluruh sahabat-sahabatku khususnya : Indah Munaziah, Arifianda, Ghani Syahbana beserta ibundanya, Dhiko, Wiwik, Nesya, Ramadhan, Henny Nainggolan, Henny Rusnia, Elvira, nanang, Kiki, Fanny, Ayu, Suci, Topik, Ricky, Randu, Ivan, Fikri yang selalu membantu, mendukung dan menyediakan tempat berkeluh kesah bagi penulis, semoga persahabatan kita tidak akan pernah lekang oleh waktu.

Dalam skripsi ini masih banyak ditemukan kesalahan-kesalahan dan kekhilafan. Penulis mengharapkan kritik dan saran guna perbaikan dan penyempurnaan skripsi ini. Akhir kata, semoga skripsi ini bermanfaat bagi semua.

Medan, 23 Oktober 2012

Penulis

**ABSTRACT**  
Fakultas Psikologi  
Universitas Medan Area  
23 Oktober 2012

**MUHAMMAD ZEINI:07.860.0268**  
**Male Adolescence's Coping Stress for Obesity**  
**Literature: 22 (1990-2010)**

This study aims to determine what kind of Coping stress that used by male adolescence who have Obesity problems. This knowledge can be used by other obese people and make the parents and public understand of what causes obesity and what problems that have been faced by obese people and how to manage it. This study used a qualitative approach to obtain complete data about this issue.

This study used two respondents which characteristics are: individuals who are male adolescence who have obvious traits and types of obesity and having problems because of it. Data collection methods used in this research is to use in-depth interviews and observation.

The research concludes that obesity leads to the emergence of low self-esteem in male adolescence eventually made them stressed, verbally bullied by classmates made a tendency for them to withdraw and do a confrontative coping. Coping stress strategy that they used are problem focused coping; seeking social support, self-control, changing diet and Emotion focused coping; namely to maintain distance from the ridicule of friends, praying, seek and receive advice and motivation.

keyword: *Coping stress*, Obesity, Male adolescences.

**ABSTRAKSI**  
Fakultas Psikologi  
Universitas Medan Area  
23 Oktober 2012

**MUHAMMAD ZEINI:07.860.0268**

***COPING STRESS* REMAJA PRIA TERHADAP OBESITAS**

**Daftar Bacaan: 22 (1990-2010)**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui *Coping stress* seperti apa yang digunakan remaja pria yang mengalami masalah yang disebabkan obesitas. Pengetahuan ini bisa dimanfaatkan oleh para penderita obesitas lain dan membuat orang tua dan lingkungan paham apa penyebab obesitas dan masalah yang dihadapi oleh penderita obesitas serta cara penanganannya.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif untuk mendapatkan data yang lengkap mengenai permasalahan ini. Penelitian ini menggunakan dua orang responden dengan karakteristik responden adalah: individu yang merupakan remaja pria yang memiliki ciri dan jenis obesitas yang jelas dan mengalami masalah karena obesitasnya. Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan wawancara mendalam dan observasi.

Hasil penelitian menyimpulkan bahwa obesitas menyebabkan munculnya rendah diri pada remaja pria yang akhirnya membuat mereka stress, menarik diri dan ada kecenderungan melakukan *confrontative coping*. Ditambah lagi *bully-an* secara verbal oleh teman sekolahnya. *Coping stress* yang digunakan adalah *problem focused coping* yaitu mencari dukungan sosial, Kontrol diri, mengubah pola makan dan *Emotion focused coping*, yaitu menjaga jarak dari ejekan teman, beribadah, mencari dan menerima nasihat serta motivasi.

Kata kunci: *Coping stress*, Obesitas, Remaja Pria.



## DAFTAR ISI

<b>BAB 1 PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
<b>A. Latar Belakang.....</b>	<b>1</b>
<b>B. Rumusan Masalah.....</b>	<b>13</b>
<b>C. Tujuan Penelitian.....</b>	<b>14</b>
<b>D. Manfaat Penelitian.....</b>	<b>14</b>
<b>BAB II LANDASAN TEORI.....</b>	<b>15</b>
<b>A. <i>Obesitas</i>.....</b>	<b>15</b>
<b>1. Pengertian <i>Obesitas</i>.....</b>	<b>15</b>
<b>2. Klasifikasi <i>Obesitas</i>.....</b>	<b>16</b>
<b>3. Faktor-faktor Penyebab Terjadinya <i>Obesitas</i>.....</b>	<b>19</b>
<b>4. Dampak <i>Obesitas</i>.....</b>	<b>22</b>
<b>B. <i>Coping stress</i>.....</b>	<b>24</b>
<b>1. Definisi <i>Coping stress</i>.....</b>	<b>24</b>
<b>2. Jenis-jenis <i>Coping stress</i>.....</b>	<b>27</b>
<b>3. Aspek-aspek <i>Coping stress</i>.....</b>	<b>29</b>
<b>4. Strategi <i>Coping stress</i>.....</b>	<b>30</b>
<b>C. Remaja.....</b>	<b>35</b>
<b>1. Pengertian.....</b>	<b>35</b>
<b>2. Batasan Umur Remaja.....</b>	<b>36</b>



3. Tahapan Perkembangan Remaja.....	37
4. Ciri-ciri Remaja.....	38
5. Tugas Perkembangan Masa Remaja.....	39
6. Aspek-aspek Perkembangan Remaja.....	40
D. Remaja yang Mengalami <i>Obesitas</i> .....	42
E. Paradigma Penelitian.....	44
<b>BAB III METODE PENELITIAN.....</b>	<b>45</b>
A. Metode Kualitatif.....	45
B. Jenis Penelitian Kualitatif.....	49
C. Definisi Konsep.....	50
D. Responden Penelitian.....	51
E. Teknik Pengambilan Data.....	52
F. Prosedur Penelitian.....	53
<b>BAB IV ANALISIS HASIL DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>55</b>
A. ANALISIS INTRAPERSONAL .....	55
1. Responden I (Ronny).....	55
a. Identitas responden.....	55
b. Identitas orang tua.....	55
c. Identitas informan.....	56
d. Jadwal penelitian.....	56
e. Hasil observasi.....	56
1) Kondisi fisik.....	56
2) Observasi tempat tinggal.....	58

f. Hasil wawancara.....	58
2. Responden II (Abdi).....	71
a. Identitas responden.....	71
b. Identitas orang tua.....	71
c. Identitas informan.....	71
d. Jadwal penelitian.....	72
e. Hasil observasi.....	72
1) Kondisi fisik.....	72
2) Observasi tempat tinggal.....	74
f. Hasil wawancara.....	74
B. PEMBAHASAN.....	93
1. Faktor-faktor penyebab terjadinya obesitas.....	93
2. Klasifikasi obesitas.....	98
3. Dampak obesitas pada remaja.....	99
4. <i>Coping stress</i> .....	103
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	108
A. Kesimpulan.....	108
B. Saran.....	110
DAFTAR PUSTAKA.....	112

## DAFTAR TABEL

Tabel 1 .....	18
Tabel 2 Identitas Diri Responden I.....	55
Tabel 3 Identitas Orang Tua.....	55
Tabel 4 Identitas Informan.....	56
Tabel 5 Jadwal Penelitian.....	56
Tabel 6 Analisis Intrapersonal Responden I.....	65
Tabel 7 Identitas Diri Responden II (Abdi).....	71
Tabel 8 Identitas orang tua.....	71
Tabel 9 Identitas Informan.....	71
Tabel 10 Jadwal penelitian.....	72
Tabel 11 Analisis Intrapersonal Responden II (Abdi).....	81
Tabel 12 Analisis Interpersonal Kedua Responden.....	86

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar belakang

Di zaman yang modern ini, masyarakat di daerah perkotaan secara umum masih ada yang berpendapat keliru soal bentuk tubuh yang sehat. Hal ini ditandai dengan adanya persepsi bahwa orang sehat adalah yang mencirikan tubuh gemuk. Keadaan seperti ini tentunya memerlukan upaya untuk meluruskannya. Salah satu upaya tersebut adalah dengan melakukan berbagai penerangan mengenai betapa pentingnya keseimbangan kebutuhan gizi yang diperlukan oleh tubuh manusia. Keadaan ini di daerah perkotaan umumnya telah dipicu oleh perkembangan teknologi di bidang makanan dengan ditemukannya makanan siap saji. Secara keseluruhan makanan siap saji mempunyai dampak positif yaitu berupa kepraktisan sehingga menarik untuk dinikmati oleh sebagian masyarakat. Meskipun demikian teknologi makanan yang siap saji tersebut mempunyai dampak negatif yang terkadang jauh lebih besar dari dampak positifnya.

Gaya hidup masyarakat perkotaan mengalami berbagai perubahan yang sangat cepat sebagai akibat adanya kemajuan di bidang teknologi dan pengaruh globalisasi. Percepatan di bidang teknologi dan globalisasi sulit diatasi dengan cepat, karena hal ini berkaitan erat dengan perilaku individu. Gaya hidup cenderung lebih praktis sehingga menyebabkan individu menjadi kurang gerak. Keadaan seperti ini memicu masyarakat perkotaan untuk mempunyai gaya



hidup yang tidak teratur sehingga pola makan pun menjadi terganggu. Apabila hal ini berkelanjutan maka akan berdampak pada gangguan makan yang berlebih sehingga menyebabkan para remaja tersebut menjadi obesitas. Menurut Mayer (dalam Wulandari & Zulkaida, 2007) obesitas merupakan keadaan patologis dengan terdapatnya penimbunan lemak yang berlebihan daripada yang diperlukan untuk fungsi tubuh.

Obesitas dapat terjadi pada semua umur, baik wanita maupun pria. Di kalangan remaja permasalahan obesitas menjadi masalah tersendiri. Hal ini diakibatkan oleh adanya ciri masa remaja sebagai masa pencarian jati diri dan remaja mulai memperlihatkan penampilannya sebagai penunjang interaksi sosial. Masa remaja ini pada akhirnya membawa permasalahan. Obesitas tidak hanya mengenai keadaan fisik saja tetapi lebih cenderung ke arah psikologis, seperti adanya pandangan wanita bahwa laki-laki atau pria ideal dan berotot jauh lebih enak dipandang daripada pria gemuk. Hal ini dapat menyebabkan pria obesitas menjadi rendah diri sehingga menjadi tidak percaya diri dihadapan umum. Apalagi di depan lawan jenisnya, sesuai dengan komunikasi personal dengan Ronny (nama inisial, responden I) tanggal 29 maret 2012 sebagai berikut:

*“Ingin sekali rasanya punya badan ideal, karena badan seperti ini bang tidak diterima di kalangan cewek-cewek cantik. Saya merasa dunia ini tidak adil, kenapa cewek-cewek suka cowok berbadan ideal walau dia jelek. Padahal saya nggak jelek, Cuma badan saya aja kek gini tapi kenapa cewek nggak ada yang mau sama saya”.*

Obesitas di kalangan remaja pria ini sangat erat kaitannya dengan adanya perubahan gaya hidup sebagai dampak dari kemajuan teknologi dan pengaruh

## DAFTAR PUSTAKA

- American Psyciatric Association. DSM-IV-TM Fouth Edition. 1994. Washington DC.
- Brizendine, Louann. 2006. *Female Brain*. Jakarta Selatan: PT. Ufuk Publishing House.
- Brizendine, Louann. 2010. *Male Brain*. Jakarta Selatan: PT. Ufuk Publishing House.
- Fausiah, F. dan Julianti Widuri. 2005. *Psikologi Abnormal Klinis Dewasa*. Jakarta: UI-Press.
- Gerald, Davison C., dkk. 2006. *Psikologi Abnormal*. Jakarta: PT. RajaGrafindo Persada.
- Hurlock, E.B. 1990. *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Penerbit Erlangga
- Kaplan, H.I., dkk. 1997. *Synopsis psikiatri*. Jakarta Barat: Binarupa Aksara.
- Kaplan, H.I, Benjamin J. sadock. 1998. *Ilmu Kedokteran Jiwa Darurat*. Jakarta: Widya Medika.
- Mashuri. 2007. *Binge Eating* (<http://www.mashuriweblog.wordpress.com> tanggal akses 26 Maret 2010)
- Maramis, W.F. 1995. *Catatan Ilmu Kedokteran Jiwa*. Surabaya: Airlangga University Press.
- Lubis, Arifianda., 2010. *Perilaku PSK Melalui Dunia Maya*. Skripsi. Fakultas Psikologi Universitas Medan Area
- Sarwono, Sarlito Wirawan. 2006. *Psikologi Remaja*. Jakarta : Penerbit PT. Raja Grafindo Persada.
- Sarafino, Edward.F. 1997. *Health Psychology Third Edition*. USA
- Wulandari, Tri, Zulkaida, Anita. 2007. *Self Regulated Behavior pada Remaja Putri yang Mengalami Obesitas*. *Jurnal Psikologi Vol 2*. Jakarta : Universitas Gunadarma. (<Http://ejournal.gunadarma.ac.id> tanggal akses 18 Maret 2009)
- Horayanda, Endang. 2007. *Lingkar Pinggang dan Kolesterol Berkurang Kesehatan Bertambah*. *Makalah*. Medan: Prodia
- UNIVERSITAS MEDAN AREA

Papalia, Old, dan Feldman. 2008. *Human Development Ninth Edition*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.

<http://infosihat.gov.my>

<http://mashuriweblog.wordpress.com>

<http://www.cyberforums.us>

<http://rumahbelajapsikologi.com>

<http://www.tanyadokteranda.com>

[www.opera.com](http://www.opera.com)

[www.herniherlita22.vox.com](http://www.herniherlita22.vox.com)



The image features a large, faint watermark of the Universitas Medan Area logo in the background. The logo is circular and contains the text 'UNIVERSITAS' at the top and 'MEDAN AREA' at the bottom. In the center, there is a stylized emblem with a star above it and the letters 'U', 'M', and 'A' stacked vertically within a shield-like shape. Below this shield is a book and a decorative base.

# LAMPIRAN

## PEDOMAN WAWANCARA

### 1. Penyebab obesitas (wawancara + observasi):

- Bagaimana berat badan orang tua?
- Bagaimana aktivitas responden sehari-hari?
- Bagaimana cara makan responden?
- Apakah responden mengalami kecelakaan yang menyebabkan kerusakan syaraf otak?
- Bagaimana pengaruh tingkat ekonomi orang tua dengan responden?
- Apakah responden pernah cek kedokter tertentu?

### 2. Masalah yang dihadapi:

- Bagaimana perasaan responden memiliki tubuh seperti sekarang ini?
- Bagaimana pandangan responden terhadap dirinya sendiri?
- Bagaimana lingkungan memandang responden?

### 3. Strategi *coping stress*:

- Bagaimana strategi responden dalam menghadapi permasalahannya?
- Apakah responden pernah mengalami tekanan emosi?
- Bagaimana cara responden mengatasi tekanan tersebut?



## INFORMED CONSENT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, secara sukarela dan tidak ada unsur paksaan dari siapapun, berperan serta dalam penelitian ini:

Nama :

Jenis Kelamin :

Usia :

Pekerjaan :

Saya telah diminta dan telah menyetujui untuk berpartisipasi sebagai responden penelitian ini. Peneliti telah menjelaskan penelitian ini beserta dengan tujuan dan manfaatnya, dengan demikian saya mengatakan tidak berkeberatan untuk memberikan informasi dan menjawab pertanyaan-pertanyaan yang diajukan kepada saya dengan sejujurnya.

Saya mengetahui bahwa identitas diri dan juga informasi yang saya berikan akan dijamin kerahasiaannya oleh peneliti dan hanya digunakan untuk kepentingan penelitian saja.

Medan, 19 Mei 2012

Responden Penelitian

(.....)

## LAMPIRAN WAWANCARA PADA RESPONDEN I

**Nama samaran** : Ronny  
**Hari / tanggal** : Sabtu, 19 mei 2012  
**Pukul** : 13.00 WIB – 13.55 WIB  
**Tempat** : Di Rumah Responden  
**Tujuan** : Melakukan Wawancara I dan Rapport  
**Code** : R1

NO	ITER	ITEE	CODING
101	Selamat siang dek. Gimana kabarnya?	Siang bang, Alhamdulillah baik bang.	
102	Alhamdulillah deh. Nah gini dek, sebelumnya perkenalkan nama abang zeini. Abang mahasiswa UMA fakultas psikologi yang sedang melakukan penelitian untuk kepentingan skripsi abang. Adek lagi tidak ngejar waktukan?	Tidak bang	
103	Ok deh untuk mempersingkat waktu kita mulai aja ya.	Iya bang	
104	Tapi sebelum kita mulai, ada nggak hal yang tidak boleh abang tanyakan seputar diri adek?	Tidak bang.	
105	Ok sep..bagaimana pola makan adek sehari-hari?	Sekarang uda ngikutin orang normal bang, 1 hari 3 kali	
106	Emank dulu bagaimana dek?	Dulu bisa 6 piring sehari atau bisa sampai 4 kali makan sehari.	
107	4 kali makan y..waktunya kapan aja tu kira-kira?	Yg pastinya pagi, siang sore. Tapi kadang sorenya diajak makan diluar sama teman. Sementara dirumah diwajibkan makan 1 hari 3 kali.	Pola makan
108	Maksudnya?	y.. walau bagaimanapun setiap yang emak masak, harus di makan sama setiap anggota keluarga. Kata mak, kalo semuanya makan diluar,	

		mak ga mau masak lagi biar semuanya makan diluar aja setiap hari.	
109	o.... bagaimana berat badan orang tua?	Orang tua dua-duanya ideal badannya bang.	
110	Bagaimana dengan kakek-nenek?	Kalo nenek kurus sedangkan kakek ideal.	
111	Hmm... adek sering makan tengah malam atau cemilan nggak?	Kalo cemilan jarang bang, tapi kalo makan tengah malam lumayan sering juga.	Pola makan
112	Seminggu berapa kali tu?	Seminggu kayaknya 3 sampai 4 kali.	
113	bagaimana makanan favorit adek?	Burger bang	
114	Mengapa adek menyukai burger?	Karna enak bang, lagian yang saya tau sih dari info-info di tv, burger itu makanan padat gizi. Jadi males deh lirik cemilan lain. Tapi semenjak mengenal makanan burger, nafsu makan awak jadi meningkat bang.	
115	o... gitu.. apakah adek pernah mengalami kecelakaan yang menyebabkan luka serius?	Alhamdulillah nggak bang.	
116	Bagaimana dengan aktivitas sehari-hari?	Ya seperti biasalah bang, bangun tidur, sarapan, pergi sekolah, lalu pulang makan, nonton tv, lalu tidur deh..	Kurang aktivitas fisik
117	Hmm... bagaimana ketika ibu mengandung adek? Apakah mengalami perubahan berat badan yang sangat signifikan?	Kalo berdasarkan yang pernah diceritakan emak sih, kayaknya nggak.	
118	Adek tau nggak tentang apa itu obesitas?	Kalo nggak salah Obesitas itu orang yang kegemukan, seperti awq gini ya kan bang?	Mengetahui tentang obesitas
119	Iya pintar, sejak kapan adek memiliki badan obesitas?	Sejak dari SMP bang.	Awal obesitas
120	Kelas berapa?	Kelas 1 bang	
121	Tadi berdasarkan cerita adek tadi, adek ada mengalami perubahan pola makan. Kapan hal itu terjadi?	Sejak SMP dan SMA bang.	
122	Perubahan yang bagaimana itu?	Hmm..... Waktu SD makan awak 3 kali sehari tapi setelah SMP saya makan 4 kali sehari bang, kadang bisa nambah-	Pola makan



		nambah dan plus 2 burger tiap malam bang,. hehehe waktu SMA baru berusaha untuk diet bang..	
123	Wah..dietnya bagaimana tu?	Y,... Cuma ikuti pola makan sehat aja bang. 3 kali sehari.	
124	Apakah adek pernah cek ke dokter tertentu yang berhubungan dengan berat badan adek?	Nggak pernah bang.	Tidak ada catatan klinis
125	Hmmm... bagaimana perasaan adek memiliki berat badan seperti ini?	ya.... Awalnya sengsara banget bang, tapi sekarang sudah mulai agak mending bang.	
126	Hmmm... bagaimana? sengsara	Ya... jadi bahan ejekan teman-teman di sekolah hampir setiap hari bang. belum lagi sering kena marah papa mama bang karna bawaannya malas aja, kerja dikit capek. Ada-ada ajalah bang kejadiannya.	Perlakuan negatif dari lingkungan
127	Terus apa yang adek rasakan saat itu?	Rasanya pengen menjauh aja dari semua orang dan sedih rasanya harus diperlakukan seperti itu bang.	Stress
128	Selain itu apa lagi yang adek rasakan?	Rasanya malu bang punya badan besar kek gini. Kawan-kawan awq pada menjauh dan yang lebih menyakitkan lagi bang nggak ada cewek yang mau berteman dengan awq bang.	Kesepian dan malu
129	o... terus kalo yang sekarang apa yang adek rasakan?	Sudah agak mendingan bang, uda mulai bisa bangkit dan mulai bergaul dengan teman-teman di sekolah bang.	
130	Mulai sejak kapan?	Sejak awal kelas 2 SMA bang	
131	Bagaimana strategi adek dalam menghadapi permasalahan yang membuat adek sengsara hingga sekarang?	e..... saya cerita sama emak, lalu emak memberikan nasehati-nasehatnya kepada awak bang dan Alhamdulillahnya nasehat-nasehat itu membuat saya terus berusaha untuk	Seeking social support

		memperbaiki keadaan, walaupun naik turun semangatnya.	
132	Hmmm..Terus?	Terus ya..awak mencoba berbuat baik aja sama orang-orang bang, sampai pada akhirnya awak bertemu dengan teman-teman yang baik hati, yang mau menerima keadaan awak apa adanya dan membuat awak jadi makin bersemangat.pas pula diantara mereka ada yang jadi agen MLM, karna awak melihat disana memiliki banyak seminar motivasi dan sistem yang bagus, ya... akhirnya awak ikuti bang.	
133	Terus?	Ya pada akhirnya seminar-seminar tersebut, yang membuat saya terus berkembang bang.	
134	Berkembang seperti apa?	Berkembang seperti pengetahuan saya tentang dunia luar, pengetahuan dalam menghadapi diri sendiri, dan menata kehidupan yang lebih baik.	
135	Hmm..	Nah dari situlah saya, berusaha mengabaikan ejekan-ejekan teman saya dan terus mencari teman baru. Dan tentunya berusaha mengecilkan tubuh saya, karna dari perusahaan itu awak mengetahui bahwa, penyebab saya malas dan cepat capek adalah tubuh awak yang besar dan asupan gizi yang berlebihan tadi.	distancing
136	Hmmm... terus bagaimana pandangan adek terhadap orang lain yang memiliki tubuh obesitas?	Kalo menurut awak sekarang sih bang, mereka nggak seharusnya makan berlebihan. Karna terlalu banyak yang nggak enaknya dari badan gemuk bang.	
137	Bener-bener... terus bagaimana adek memandang	mulai sekarang awak harus terus berusaha memperbaiki	





**UNIVERSITAS MEDAN AREA**  
**FAKULTAS PSIKOLOGI**

Jalan Kolam Nomor 1 Medan Estate Medan 20223

**SURAT KETERANGAN**  
**SELESAI MELAKUKAN PENGAMBILAN DATA**  
**(Menggunakan Metode Penelitian Kualitatif)**

Yang bertanda tangan dibawah ini,

Dosen Pembimbing I : Dra.Hj.Irna Minauli. MSi  
Dosen Pembimbing II : Azhar Aziz, MA

Dengan ini menerangkan

Nama : Muhammad Zeini  
NPM : 07.860.0268  
Fakultas : Psikologi  
Judul T.A. : *"Coping Stres Remaja Pria Terhadap Obesitas."*

benar telah melakukan penelitian / pengambilan data (Kualitatif) kepada respondernya sesuai dengan kebutuhan penelitian.

Demikian surat keterangan selesai penelitian/pengambilan data ini diperbuat untuk dapat dipergunakan seperlunya.

Pembimbing I

Dra.Hj.Irna Minauli,MSi.

Medan, September 2012

Pembimbing II

Azhar Aziz, MA