

DINAMIKA PENYESUAIAN DIRI PADA PRIA LAJANG MUDA YANG MENGALAMI OBESITAS

Skripsi



OLEH :
Budi Santoso Wasito
NRP : 7103009003

**Fakultas Psikologi
Universitas Katolik Widya Mandala
Surabaya
2012**

DINAMIKA PENYESUAIAN DIRI PADA PRIA LAJANG MUDA YANG MENGALAMI OBESITAS

Skripsi

Diajukan kepada
Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya
untuk memenuhi sebagian persyaratan memperoleh
gelar Sarjana Psikologi



OLEH :
Budi Santoso Wasito
NRP : 7103009003

**Fakultas Psikologi
Universitas Katolik Widya Mandala
Surabaya
2012**

SURAT PERNYATAAN

Bersama ini, saya

Nama : Budi Santoso Wasito

NRP : 7103009003

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa hasil skripsi yang berjudul :

**“DINAMIKA PENYESUAIAN DIRI PADA PRIA LAJANG MUDA
YANG MENGALAMI OBESITAS”**

Benar-benar merupakan hasil karya sendiri. Apabila dikemudian hari ditemukan bukti bahwa skripsi tersebut ternyata merupakan hasil plagiat dan/atau hasil manipulasi data, maka saya bersedia menerima sanksi berupa pembatalan kelulusan dan/atau pencabutan gelar akademik yang telah diperoleh, serta menyampaikan maaf kepada pihak-pihak terkait.

Demikian surat pernyataan ini dibuat dengan sesungguhnya dan penuh kesadaran.

Surabaya, 16 November 2012

Yang membuat pernyataan,



Budi Santoso Wasito

HALAMAN PERSETUJUAN

SKRIPSI

**DINAMIKA PENYESUAIAN DIRI PADA PRIA LAJANG
MUDA YANG MENGALAMI OBESITAS**

Oleh :

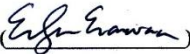
Budi Santoso Wasito

NRP 7103009003

Telah dibaca, disetujui dan diterima untuk diajukan ke tim penguji skripsi

Pembimbing utama

: Erlyn Erawan, Psy. D.



Surabaya, 16 November 2012

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH

Demi perkembangan ilmu pengetahuan, saya sebagai mahasiswa Unika Widya Mandala Surabaya :

Nama : Budi Santoso Wasito

NRP : 7103009003

Menyetujui skripsi/karya ilmiah saya :

Judul :

“Dinamika Penyesuaian Diri Pada Pria Lajang Muda Yang Mengalami Obesitas”

Untuk dipublikasikan/ditampilkan di internet atau media lain (Digital Library Perpustakaan Unika Widya Mandala Surabaya) untuk kepentingan akademik sebatas sesuai dengan Undang-Undang Hak Cipta.

Demikian pernyataan persetujuan publikasi karya ilmiah ini saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 16 Desember 2012

Yang membuat pernyataan,



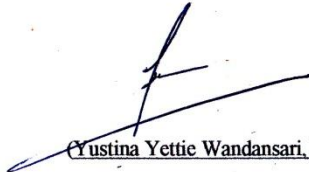
Budi Santoso Wasito

HALAMAN PENGESAHAN

Dipertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi
Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya
Dan diterima untuk memenuhi sebagian dari persyaratan
memperoleh gelar Sarjana Psikologi



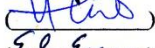

pada tanggal 5 Desember 2012

Mengesahkan,
Fakultas Psikologi,
Dekan,



(Yustina Yettie Wandansari, M.Si., Psi.)

Dewan Penguji :

- | | | |
|---------------|-----------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|
| 1. Ketua | : Jaka Santosa Sudagijono, M.Psi., Psi. | () |
| 2. Sekretaris | : Eli Prasetyo, M.Psi., Psi. | () |
| 3. Anggota | : Narulita Kusuma Ayu, M.Psi., Psi. | () |
| 4. Anggota | : Erlyn Erawan, Psy. D | () |

HALAMAN PERSEMBAHAN

Penelitian ini saya persembahkan kepada mereka yang mencintai dan melindungi saya dimanapun mereka berada. Sebuah akhir dan awal dari segalanya, terima kasih pada semua orang yang telah hidup dalam hidupku dan mendukung perjuanganku.

Hasil karya ini juga saya persembahkan kepada diri saya pribadi dengan rasa bangga dan puas, saya mengapresiasi diri saya sendiri dengan semangat dan perjuangan yang dilakukan. Luar biasa !!!

HALAMAN MOTTO

*IF YOU WANT TO SUCCESS, NEVER GIVE UP AND
NEVER STOP LEARNING*

*HIDUP HANYA SEKALI JADI HARUSLAH
BERARTI*

*AS LONG AS WE STILL KEEP OUR EXCITING
GOAL IN MIND.*

*WE SHOULD NOT STOP HALF WAY. IN REALITY,
THERE IS NO REAL SUCCESS ACHIEVED
WITHOUT ANY FAILURE*

UNGKAPAN TERIMA KASIH

Sujud dan sembah syukur saya berikan kepada Tuhan Yang Maha Esa karena dengan kesempatan yang diberikan maka peneliti dapat menyelesaikan penelitian akhir dalam bentuk skripsi dengan baik adanya. Peneliti menyadari bahwa semua usaha, kerja keras dan keberhasilan yang dilakukan oleh peneliti tidak lepas dari bantuan semua pihak yang dengan rela dan baik hati meluangkan waktu untuk mendukung terselesainya penelitian ini.

Pada kesempatan ini, saya sebagai peneliti dalam penelitian ini ingin mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah mendukung saya untuk menyelesaikan penelitian ini, adapun pihak-pihak yang saya maksudkan adalah

1. Yustina Yettie Wandasari, M.Si., Psi. selaku dekan fakultas psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya. Terima kasih telah mendukung dalam hal memfasilitasi semua kinerja peneliti baik selama masa studi sampai skripsi ini selesai dibuat.
2. Kedua orang informan penelitian ini. Terima kasih atas kesediaannya untuk menjadi informan dalam penelitian ini, segala informasi yang telah diberikan dan waktu yang diluangkan.
3. Florentina Yuni Apsari, M.Si., Psi selaku sekretaris fakultas psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya. Terima kasih telah memberikan peneliti semangat, pengarahan dan memfasilitasi dalam hal pembelajaran peneliti selama studi hingga skripsi ini selesai dibuat.

4. Erlyn Erawan, Psy. D selaku dosen pembimbing utama dalam skripsi ini. Terima kasih atas kesempatan yang telah ibu berikan sehingga ibu mau dengan berbaik hati untuk meluangkan waktu, mengkoreksi, mengajari, mengatasi kekurangan dan memberikan saran kepada peneliti selama proses pengerjaan skripsi ini. Terima kasih juga atas kesabaran ibu dalam membimbing dan mengarahkan saya sebagai peneliti. “*Many thanks for you mam, you like my hero*”.
5. Elisabet Widyaning Hapsari, M.Psi selaku pendamping akademik. Peneliti mengucapkan banyak terima kasih atas kesediaannya dan kesabarannya dalam menjadi pendamping akademik selama peneliti menjalani studi.
6. Narulita Kusuma Ayu, M.Psi., Psi. selaku dosen klinis fakultas psikologi. Terima kasih atas *sharing*, penyemangat dan refrensi yang diberikan sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi dan masa studi dengan baik.
7. Jaka Santosa Sudagijono, M.Psi., Psi. selaku dosen klinis fakultas psikologi. Terima kasih atas masukan, *sharing* dan *feedback* yang telah diberikan sehingga peneliti dapat memiliki pemikiran yang lebih luas dalam menyelesaikan skripsi dan masa studi dengan baik.
8. Eli Prasetyo, M.Psi., Psi. Selaku dosen perkembangan fakultas psikologi. Terima kasih atas dukungan yang diberikan dan refrensi yang dipinjamkan kepada peneliti selama pengerjaan skripsi ini sehingga dapat diselesaikan dengan baik.
9. Tim dosen Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya. Terima kasih atas pengalaman dan pembelajaran yang diberikan kepada

peneliti selama masa studi, semua pengalaman dan pembelajaran itu sangat berguna bagi peneliti untuk dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.

10. Staf Tata Usaha Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya. Mbak Lilis, Mbak Eva, Mbak Wati serta Mas Heru. Terima kasih atas segala hal yang selalu memfasilitasi peneliti selama masa studi dan selama pengerjaan skripsi ini hingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.
11. Keluarga tercinta, papa, mama yang selalu memberi semangat dan dorongan untuk dapat menyelesaikan studi dengan baik serta selalu mendoakan untuk kebaikan dan keberhasilan skripsi ini. Terima kasih atas usaha dan kerja keras mama dan papaku tercinta. *Special thanks to my sister for your love and care.*
12. *My girlfreind*, Angelene Regina Agatha yang telah mendukung, pemberi semangat, dan membantuku selama pengerjaan skripsi ini sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik. *Thanks for all that you do.*
13. Semua teman-teman Fakultas Psikologi Widya Mandala Surabaya yang telah memberikan semangat, dukungan dan doa selama peneliti dalam masa studi hingga pengerjaan skripsi ini dapat selesai dengan baik. *Special thank's to Claudia Tania Tunggal* untuk bantuannya atas referensi informan yang diberikan dan kesediaannya untuk membantu peneliti selama penggalian informasi.
14. Terima kasih kepada semua pihak dan orang-orang yang mungkin belum disebutkan oleh peneliti yang dikarenakan begitu banyak yang menjadi pendukung selama proses penelitian skripsi ini

sehingga dapat terselesaikan dengan baik. Terima kasih atas doa dan dukungan untuk peneliti.

Terima kasih atas segala hal yang telah terjadi selama penelitian skripsi ini, peneliti menyadari bahwa penelitian skripsi ini masih belum sempurna namun peneliti tetap bangga dan bersyukur atas terselesaikannya penelitian ini karena selama pengerjaanya, peneliti telah melakukan hal yang terbaik yang bisa dilakukan dan selalu didukung oleh orang-orang yang terbaik pula seperti yang telah dituliskan diatas.

Akhir kata, peneliti berharap agar penelitian ini dapat berguna dan untuk penelitian selanjutnya yang lebih mendalam dan bermanfaat pula untuk berbagai pihak dan dapat menjadi sumbangan akademis dalam segala bidang.

Surabaya, 26 November 2012

Peneliti

Daftar Isi

	Halaman
Halaman Judul	i
Surat Pernyataan	ii
Halaman Persetujuan	iii
Halaman Pengesahan	iv
Halaman Persembahan	v
Halaman Motto	vi
Ungkapan Terima Kasih	vii
Daftar isi	xi
Daftar bagan	xiv
Daftar Tabel	xv
Abstraksi	xvi
BAB I. PENDAHULUAN	1
1.1. Latar Belakang Masalah	1
1.2. Fokus Penelitian	10
1.3. Tujuan Penelitian	11
1.4. Manfaat Penelitian	11
1.4.1. Manfaat teoritis	11
1.4.2. Manfaat praktis	11
BAB II. LANDASAN TEORI	12
2.1. Kajian Literatur Seputar Fenomena Obesitas	12
2.2. Kajian Literatur Seputar Masa Dewasa Awal	15
2.3. Kajian Literatur Seputar Konsep Psikologis	17
2.3.1. Penyesuaian Diri	17
2.3.2. Aspek Penyesuaian Diri	19

2.3.3. Faktor Yang Mempengaruhi Penyesuaian Diri	21
2.4. Review Penelitian	24
2.5. Dinamika Penyesuaian Diri Pada Pria Lajang Muda Yang Mengalami Obesitas	27
BAB III. METODOLOGI PENELITIAN	31
3.1. Pendekatan Dalam Penelitian	31
3.2. Informan Penelitian	33
3.2.1. Karakteristik informan penelitian	33
3.2.2. Cara mendapatkan informan penelitian	33
3.3. Metode Pengumpulan Data	34
3.4. Teknik Analisis Data	34
3.5. Validitas Penelitian	36
3.6. Etika Penelitian	37
BAB IV. PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN	39
4.1. Persiapan Pengambilan Data	39
4.1.1. Peneliti	39
4.1.2. Perijinan Penelitian	40
4.2. Proses Pengambilan Data	41
4.3. Hasil Penelitian	48
4.3.1. Pengolahan Data	48
4.3.2. Deskripsi Penyesuaian diri	75
4.4. Validitas Penelitian	80
4.5. Etika Penelitian	81
BAB V. PENUTUP	83

5.1. Pembahasan	83
5.1.1. Skema Faktor Internal	83
5.1.2. Skema Faktor Eksternal	88
5.1.3. Obesitas	91
5.1.4. Keunikan Individu	92
5.2. Refleksi	94
5.3. Simpulan	97
5.4. Saran	99
DAFTAR PUSTAKA	101

TABEL BAGAN

Tabel 1.1. Bagan Kategorisasi	101
Tabel 1.2. Karakteristik Informan	102
Tabel 1.3. Dinamika Penyesuaian Diri	103

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Tabel Wawancara, waktu dan tempat	46
Tabel 2.1 Tabel Kategorisasi Informan 1	51
Tabel 2.2 Tabel Kategorisasi Informan 2	61

Budi Santoso Wasito (2012). “Dinamika Penyesuaian Diri Pria Lajang Muda yang Mengalami Obesitas”. **Skripsi Sarjana Strata 1.** Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala.

ABSTRAKSI

Dewasa awal memiliki berbagai tugas perkembangan dan semuanya memerlukan penyesuaian diri untuk dapat mengambil alih peran baru sebagai seorang individu dewasa. Peran baru berkaitan erat dengan interaksi sosial yang dibangun untuk memenuhi tugas perkembangan sehingga bentuk fisik menjadi salah satu pertimbangan yang penting. Obesitas merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi individu dalam membangun interaksi sosial dan berdampak pada penyelesaian tugas-tugas perkembangan. Oleh karena itu tujuan dari penelitian ini adalah untuk melihat penyesuaian diri orang-orang yang mengalami obesitas. Informan yang digunakan dalam penelitian ini adalah semua laki-laki lajang dan obesitas. Informan diperoleh secara purposif sesuai dengan karakteristik penelitian. Metode pengumpulan data menggunakan teknik wawancara semi-terstruktur. Analisis data menggunakan metode analisis tematik induktif. Hasil menunjukkan pengolahan data bahwa orang yang mengalami obesitas dipengaruhi dalam penyesuaian mereka dengan tiga poin utama, yaitu faktor internal, faktor eksternal, dan pengaruh dari kondisi obesitas.

Kata kunci : Penyesuaian diri, Obesitas, Masa dewasa awal, dan Pria.

Budi Santoso Wasito (2012). "Dynamic Adjustment Single Young Men Who Have Obesity". Undergraduate Thesis Strata 1. Faculty of Psychology, Catholic University Widya Mandala.

ABSTRACT

Early adulthood has a variety of development tasks and all of them require an adjustment to be able to take over a new role as a grown up individual. The new role is closely related to the social interaction that is built to meet the task of development so that the physical shape becomes one of the important considerations. Obesity is one factor that can affect individuals in building social interaction and it has an impact on the completion of development tasks. Therefore the aim of this study was to determine the adjustment with people who have obesity. Informants used in this study were all single men and obese. Informants were obtained by purposive in accordance with the characteristics of the study. The method of collecting data used a semi-structured interview technique. Data analysis used thematic analysis inductive method. The results of the data processing show that people who are obese are influenced in their adjustment by three main points, namely internal factors, external factors, and the pure impact of obesity condition.

Keywords: Adjustment, Obesity, early adulthood, and Men