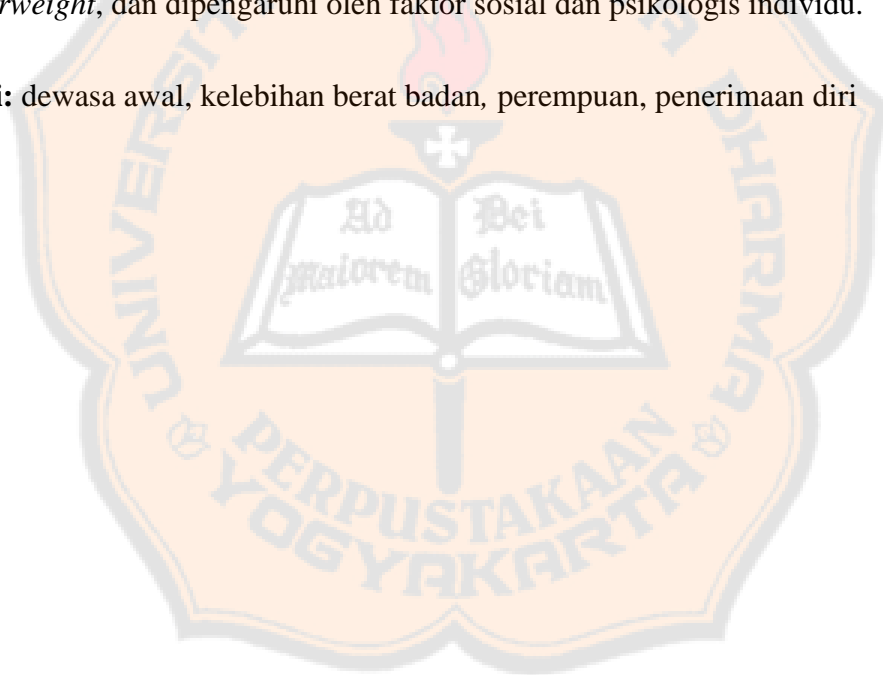


ABSTRAK

Winnie. (2023). Gambaran Penerimaan Diri pada Perempuan Dewasa Awal *Overweight*. *Skripsi*. Yogyakarta: Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Sanata Dharma.

Penelitian ini merupakan penelitian yang menggunakan metode kualitatif dengan tujuan untuk mengeksplorasi gambaran penerimaan diri khususnya pada perempuan dewasa awal yang mengalami *overweight* di lingkungan perkotaan. Penelitian ini melibatkan lima informan perempuan dewasa dengan rentang usia antara 18-25 tahun. Pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan dengan wawancara semi terstruktur secara *online*. Hasil penelitian menemukan enam tema yang membentuk makna terkait gambaran penerimaan diri perempuan dewasa awal *overweight*, yakni: (1) ketidaksukaan terhadap kondisi tubuh yang mengarah ke citra tubuh negatif; (2) persepsi negatif terhadap preferensi lawan jenis; (3) kemampuan sosial dalam merespon kondisi *overweight* secara positif mempengaruhi penerimaan diri; (4) kesadaran realistis akan tubuh; (5) kemampuan adaptasi atau resiliensi yang baik terhadap kondisi *overweight*; dan (6) keinginan untuk mengatasi perasaan negatif terkait kondisi *overweight*. Secara umum hasil penelitian menunjukkan bahwa penerimaan diri masih menjadi sebuah tantangan bagi perempuan dewasa awal dalam menanggapi kondisi *overweight*, dan dipengaruhi oleh faktor sosial dan psikologis individu.

Kata kunci: dewasa awal, kelebihan berat badan, perempuan, penerimaan diri



ABSTRACT

Winnie. (2023). Self-Acceptance of Overweight in Young Adult Women. *Thesis*. Yogyakarta: Psychology, Psychology Faculty, Sanata Dharma University.

This research aims to explore the image of self-acceptance, specifically for overweight in young adult women that lives in the city. This research involves five young women as informants, within the age of 18-25 years old. Data collection in this research collected through semi-structured interviews via online. The results of this study found six themes that form meaning of the self-acceptance of overweight in young adult women, namely: (1) dislike of body figure which leads to a negative body image; (2) negative perception from opposite gender preferences; (3) social reaction in responding to overweight conditions positively affect self-acceptance; (4) realistic awareness of the body; (5) good adaptability or resilience regarding overweight conditions; and (6) desire to overcome negative feelings about being overweight. The results of the study generally show that self-acceptance is still a challenge for young adult women in responding to overweight conditions, and is influenced by individual's social and psychological factors.

Keywords: *overweight, self-acceptance, young adult women*

