

ABSTRAK

PEMAKNAAN KONSEP DIRI PADA PEREMPUAN OBESITAS (STUDI FENOMENOLOGI)

Nadia Asrina Br Surbakti
Bimbingan dan Konseling
Universitas Sanata Dharma
2025

Penelitian ini bertujuan untuk memahami pemaknaan konsep diri pada perempuan obesitas, mengeksplorasi bagaimana mereka menanggapi stigma negatif, dan membangun konsep diri positif. Obesitas tidak hanya berdampak pada kesehatan fisik, namun juga aspek psikologi dan sosial individu, terutama pada perempuan obesitas yang menghadapi berbagai tekanan standar kecantikan di masyarakat.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian fenomenologi, melibatkan dua subjek perempuan berusia 20-21 tahun dengan IMT > 30 yang merupakan mahasiswa aktif Universitas Sanata Dharma. Data penelitian dikumpulkan menggunakan wawancara mendalam dan teknik analisis data menggunakan model Miles dan Huberman. Landasan teori menggunakan *humanistic* Carl Rogers tentang konsep diri dan teori Erving Goffman.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kedua subjek memiliki cara yang berbeda dalam memaknai pengalaman obesitas. Subjek PW menafsirkan tubuhnya sebagai bagian dari identitas diri yang dapat diterima, menunjukkan rasa percaya diri, dan menolak standar kecantikan sosial. Sebaliknya, subjek OV masih berproses dalam menerima dirinya, disertai pergulatan antara keinginan untuk diterima dan upaya memahami diri sendiri. Dukungan keluarga, terutama penerimaan tanpa syarat (*unconditional positive regard*), menjadi sumber kekuatan utama bagi kedua subjek. Penelitian ini menyimpulkan bahwa pemaknaan konsep diri perempuan obesitas terbentuk melalui proses refleksi, penerimaan diri, dan dukungan sosial yang memungkinkan individu untuk memahami dan menghargai dirinya secara utuh di tengah tekanan sosial yang ada.

Kata Kunci: konsep diri, perempuan obesitas, stigma, Carl Roger

ABSTRACT

**SELF-CONCEPT MEANING IN OBESE WOMEN
(PHENOMENOLOGICAL STUDY)**

*Nadia Asrina Br Surbakti
Guidance and Counseling
Sanata Dharma University
2025*

This study aims to understand how women with obesity interpret their self-concept, respond to social stigma, and develop self-acceptance and a positive view of themselves. Obesity not only affects physical health but also has an impact on psychological and social aspects, especially for women who face the pressure of societal beauty standards.

This research employs a qualitative approach using a phenomenological method, involving two female participants aged 20–21 years with a body mass index (BMI) above 30. Data were collected through in-depth interviews and analyzed using the interactive model of Miles and Huberman. The theoretical framework refers to Carl Rogers' humanistic perspective on self-concept and Erving Goffman's theory of stigma.

The findings reveal that each participant interprets the experience of obesity in different ways. Participant PW perceives her body as part of her personal identity that can be accepted, demonstrating confidence and resistance to societal beauty standards. In contrast, participant OV is still in the process of self-acceptance, experiencing an inner struggle between the desire to be accepted and the effort to understand herself. Family support, particularly unconditional positive regard, serves as a major source of strength for both participants. This study concludes that the self-concept of women with obesity is shaped through reflection, self-acceptance, and social support, allowing them to understand and appreciate themselves holistically amid existing social pressures.

Keywords: *self-concept, obese women, stigma, Carl Rogers*