





LAMPIRAN A

A-1 PEDOMAN OBSERVASI DAN WAWANCARA

A-2 HASIL OBSERVASI

PEDOMAN OBSERVASI DAN WAWANCARA

A. Pedoman Observasi

- 1) Kesan Umum : Kondisi fisik dan penampilan subjek
- 2) Perilaku makan subjek (berkaitan dengan diet)
- 3) Lingkungan tempat tinggal subjek
- 4) Kegiatan subjek sehari-hari
- 5) Observasi berdasarkan ciri-ciri yang dapat diamati, antara lain :
 - a. Malnutrisi
 - Kulit kering
 - Gusi berdarah
 - Wajah tampak pucat
 - b. Bagi pelaku diet yang menggunakan korset
 - Sesak Napas, ketidaknyamanan saat bergerak, melakukan aktivitas
 - Sering batuk-batuk atau tidak

B. Pedoman Wawancara

1. Identitas Subjek
 - a. Nama:
 - b. Usia:
 - c. Tempat dan Tanggal Lahir:
 - d. Tinggi Badan:
 - e. Berat Badan:

2. Latar Belakang Subjek

- a. Kondisi keluarga secara umum (jumlah saudara, usia, pendidikan, pekerjaan)
- b. Kondisi ekonomi (pekerjaan ayah, pekerjaan ibu, sumber pendapatan dan pengeluaran, sumber pembiayaan hidup subjek secara pribadi)
- c. Hubungan subjek dengan anggota keluarga lain (hubungan dengan ayah, hubungan dengan ibu, hubungan dengan kakak, hubungan dengan adik, serta hubungan dengan anggota keluarga lain yang tinggal di rumah tersebut).

3. Lingkungan Sekitar Subjek:

- a. Seperti apakah lingkungan tempat tinggal Anda?
- b. Bagaimana hubungan Anda dengan lingkungan sekitar Anda? Dengan teman-teman Anda?
- c. Apakah Anda sering bermain dan berinteraksi bersama dengan teman-teman di sekitar lingkungan tempat tinggal Anda?

4. Kegiatan Subjek Sehari-hari:

- a. Apa saja kegiatan Anda sehari-hari yang Anda lakukan?
- b. Selain melakukan kegiatan rutin di atas, adakah kegiatan lain yang Anda lakukan diluar rumah? (berkaitan dengan hobi, kesenangan)

5. Keadaan Subjek Sebelum Melakukan Diet:

- a. Bagaimana kondisi tubuh Anda sebelum melakukan diet? (berat badan, kondisi fisik berkaitan dengan bentuk tubuh)
- b. Usaha-usaha apa saja yang pernah Anda lakukan berkaitan dengan usaha penurunan berat badan?

c. Perasaan apa saja yang Anda rasakan sebelum melakukan diet?

6. Penyebab Munculnya atau Faktor yang Memengaruhi Perilaku Diet tidak Sehat yang Dilakukan Subjek:

a. Dari beberapa usaha diet yang Anda lakukan, mengapa Anda lebih memilih cara diet yang seperti itu?

b. Bolehkah Anda menceritakan sedikit mengenai diet yang Anda jalani saat ini?

c. Dari mana saja Anda memperoleh informasi mengenai diet tersebut?

d. Sudah berapa lamakah Anda melakukan diet tersebut?

e. Apakah diet tersebut Anda lakukan karena kemauan Anda sendiri atau karena ada kerabat, maupun keluarga yang menyarankan untuk memakai cara tersebut?

f. Apakah dengan cara diet tersebut dapat membantu Anda dalam rangka upaya penurunan berat badan? Jelaskan!

7. Keadaan Setelah Subjek Melakukan Diet tidak Sehat:

a. Apa saja yang Anda rasakan setelah melakukan diet dengan cara tersebut? (Berkaitan dengan dampak psikologis yang dirasakan)

- Bagaimana aktivitas keseharian, apakah dijalani dengan penuh semangat atautkah menjadi mals-malasan, lesu

- Apakah emosi cepat *up-down*; terkadang merasa nyaman, baik-baik saja, namun terkadang emosi juga sepat naik, menjadi soerang emosian, pamarah, dan sebagainya.

- Berkaitan dengan usaha-usaha yang telah dilakukan untuk penurunan berat badan, apakah mengalami frustasi, stress, atau

bahkan depresi akibat usaha yang dilakukan dalam upaya penurunan berat badan tidak memuaskan.

b. Apakah Anda merasa puas ataupun berhasil dengan cara diet yang Anda jalani? Jika puas ceritakan alasannya, dan jika tidak puas ceritakan pula alasannya!

c. Apakah ada efek samping yang Anda rasakan selama menjalani program diet tersebut? Jika ada, berikan penjelasan!

- Mengenai berat badan (cepat berubah atau tidak, jika berubah seberapa pengaruhnya)
- Mengenai haid (teratur atau tidaknya menstruasi datang setiap bulannya, sering terlambat/datang terlalu cepat sebelum tanggalnya, dsb)
- Pernah merasakan sering buang air besar atau air kecil? Sesering apa?

Diet menggunakan korset:

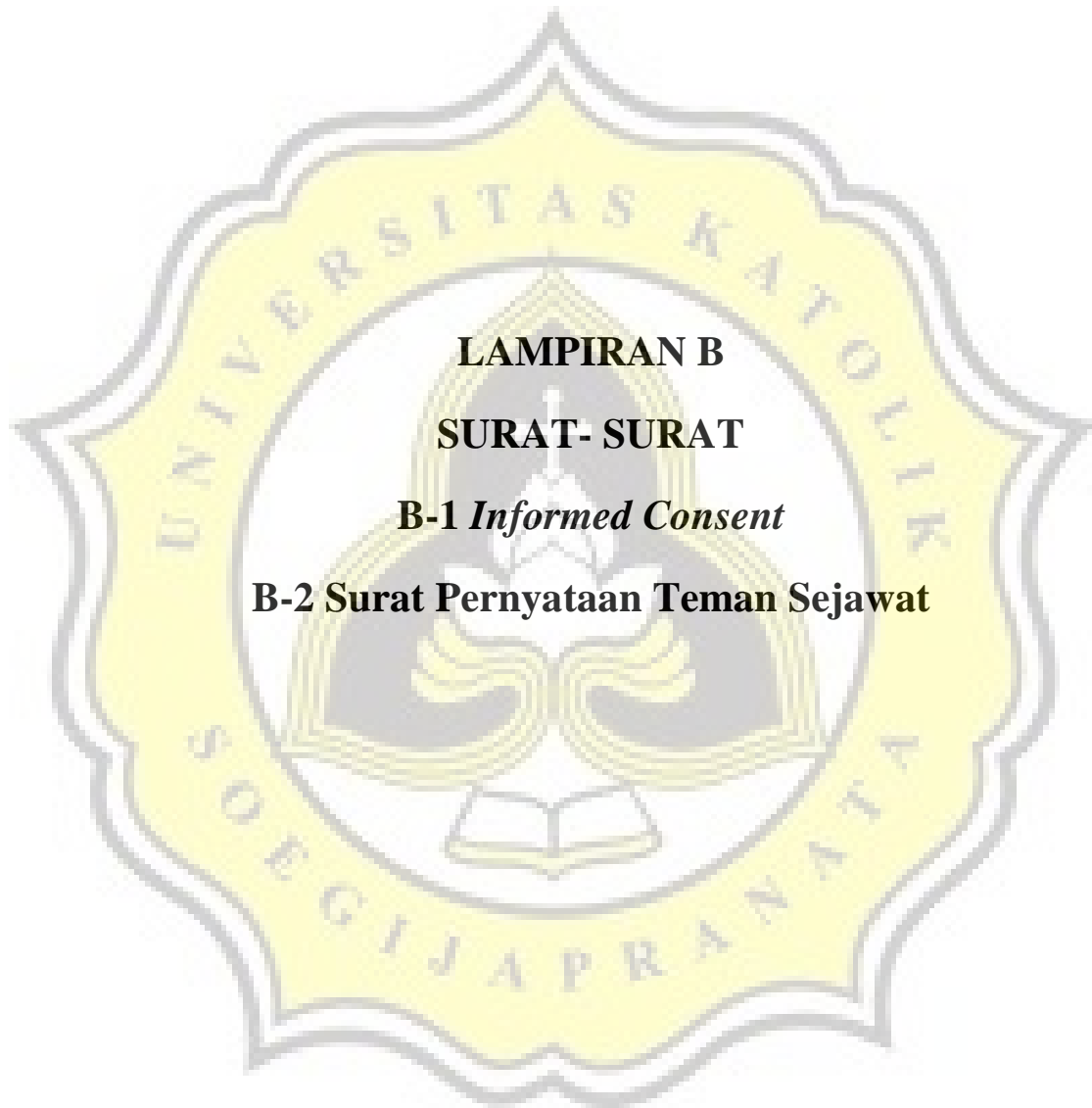
- Apakah merasa nyaman ketika setiap hari harus memakai korset?
- Berapa jam dalam sehari untuk memakai korset? Ataupun ada batasan waktu untuk memakainya?
- Apa sajakah efek samping yang dirasakan saat memakai korset?

d. Apakah Anda akan tetap meneruskan program diet yang Anda pilih tersebut? Ataupun ada cara alternatif lain yang lebih sehat untuk menurunkan berat badan Anda?

HASIL OBSERVASI

Perilaku Makan	1	2	3	4	5
Subjek 1	Subjek belum memperlihatkan perilaku makan saat observasi pertama	subjek makan dengan porsi yang normal, nasi, sayur, dan lauk secukupnya (sedikit nasi, tempe, sup)	Siang itu subjek tidak makan, hanya makan makanan kecil, namun cukup beragam (ketan bubuk, pisang, kolak, makroni)	Subjek makan sayur saja, tanpa nasi, tanpa lauk (sayur capcay kuah)	Pagi menjelang siang, saat itu subjek tidak sedang makan, subjek sedang 'nyemil' berbagai macam jajanan pasar antara lain bakpao gula, pukis, dan onde-onde (yang juga turut disajikan saat peneliti datang
Subjek 2	Saat observasi 1, subjek saat itu	Subjek makan sedikit banyak dari observasi	Subjek makan dengan porsi sedikit	Subjek hanya makan telur goreng dadar	Sore itu, ketika peneliti datang,

	kebetulan sedang makan sore sepulang sekolah. Makanan yang dimakan hanya sedikit nasi, sayur, tanpa lauk	yang pertama (nasi, 2 lele goreng, krupuk, sayur jipan)	(nasi kira-kira tidak ada 4 sendok dan sayur bayam, tanpa lauk)	dengan saos, dan sedikit mencuil roti yang ada di meja makan	subjek sedang menyantap semangkuk indomie rebus+telor
Subjek 3	Pada saat observasi, kebetulan subjek sedang makan siang dengan menu yang menurut saya terlalu berat dan dengan porsi yang banyak. (nasi lumayan banyak, ayam goreng, tempe, krupuk sayur asem, pisang)	Subjek makan dengan porsi yang hampir sama dengan observasi pertama (nasi, sayur buncis, tempe, krupuk, ditambah dengan jajanan pasar setelah menyantap makan siang)	Subjek makan sedikit berkurang, hanya makan sedikit sayur tanpa nasi dengan lauk telur ayam rebus.	Subjek makan seperti biasa, namun dengan porsi yang tidak banyak (sedikit nasi, bobor kangkung, tempe)	Siang itu, subjek menyantap makanan hasil masakannya sendiri yang dipamerkan pada peneliti (rica ayam)



LAMPIRAN B

SURAT- SURAT

B-1 Informed Consent

B-2 Surat Pernyataan Teman Sejawat



LAMPIRAN C

VERBATIM

C-1 Verbatim Subjek 1

C-2 Verbatim Subjek 2

C-3 Verbatim Subjek 3

Verbatim Subjek 1

Pertanyaan	Jawaban	Keterangan
<p>Selamat siang, sebelumnya trimakasih buat waktu yang sudah disediakan, maaf mengganggu waktunya..disini saya akan bertanya-tanya berkaitan dengan skripsi yang saya kerjakan. Sebelumnya, boleh diperkenalkan dulu identitas Anda? Dari nama, usia, dsb.</p>	<p>Eemm.. ya.. nama saya N, usia saya 21 tahun, tempat tanggal lahirnya di Semarang tanggal 2 Oktober '93.. tinggi badan 150cm dan .. berat badannya 50kg.</p>	
<p>Eem.. lalu boleh diceritakan sedikit mengenai riwayat pendidikan Anda dari TK, SD.. sedikit info saja</p>	<p>Kalo saya TK'nya itu di TK Kartika dan SD di Jatingaleh 04, untuk SMP'nya di SMPN 17 Semarang.. dan SMK'nya di Antonius</p>	
<p>Oo jadi Anda di SMK yaa??</p>	<p>Iyaaa..</p>	
<p>Eem..kalau boleh tau, Anda di SMK mengambil jurusan apa itu??</p>	<p>Saya mengambil jurusan admin.. administrasi perkantoran..</p>	
<p>Ooo administrasi perkantoran.. lalu apakah Anda setelah ini, setelah SMK berkeinginan untuk melanjutkan kuliah atau seperti apa?</p>	<p>Kalau untuk itu, saya tidak melanjutkan pendidikan eee...ke..universitas.. melainkan saya lebih mencari pekerjaan</p>	
<p>Eemm..jadi sampai saat ini Anda masih mencari-cari pekerjaan yaa setelah Anda lulus dari SMK lalu..</p>	<p>Oooo.. bisa... Disini saya mempunyai 2 saudara, saya anak yag terakhir..</p>	

selanjutnya, boleh dijelaskan mengenai kondisi keluarga Anda secara umum mulai dari jumlah saudara Anda, usia, dsb..	Untuk saudara yang pertama itu pendidikan terakhirnya SMP, tapi sekarang tinggal di Bengkulu..	
Ooo jadi tinggal di Bengkulu,, apakah sudah berkeluarga?	Ooo.. sudah..	
Sudah mempunyai anak juga??	Sudahhh..	
Eeemm..lalu kalau saudara yang kedua Anda?	Eeeem.. kalau saudara yang kedua itu dia sudah tidak tinggal disini.. dia tinggal di Malang.. Dia nerusin pekerjaannya disana..	
Sudah menikah juga?	Oooo.. sudahhh	
Kalau boleh tahu usia kedua saudara Anda berapa masing-masingnya?	Untuk saudara saya yang pertama usianya 38, eeem.. dan saudara saya yang kedua usianya 20.. ee bukan 20, 35 th	
Eeemm..jadi hampir sama yaa?? Berarti Anda disini, dirumah cuma tinggal bersama bapak, ibuk, dan Anda sendiri?? Atau ada yang lain?	Eeemm.. ada, ponakan saya..	
Keponakan yang dari kakak nomer berapa itu?	Kakak yang pertama..	
Lalu, kalau dengan jarak ini kan kakak Anda sudah berkeluarga sendiri-sendiri, ada yang di Malang, ada	Yaaa tergantung... eeemm.. tergantung kalau mereka <i>free</i> , ya datang	

yang di Bengkulu.. seberapa sering sih, mengunjungi orangtua disini?	liburan kesini..	
Jadi tergantung liburan yaaa..karena mungkin ada pekerjaan yang nggak bisa ditinggalkan.. lalu boleh dijelaskan mengenai kondisi ekonomi keluarga, apa sih pekerjaan ayah Anda? Pekerjaan ibu Anda? seperti apa..	Kakau untuk bapak.. bapak saya bekerja sebagai buruh swasta.. Dan kalau untuk ibu.. ibu membuka warung sembako dirumah..	
Eem.. jadi Anda saat ini dirumah juga ikut membantu ibu berjualandirumah yaa??	Iyaaaaa...	
Lalu mengenai hubungan Anda dengan anggota keluarga Anda, yang pertama ni dengan ibu Anda, seperti apa hubungan Anda dengan ibu Anda?	Kalau dengan ibu saya, saya yang paling dekat..	
Jadi yang paling dekat ya, karena sama-sama wanitanya.. kalau dengan ayah Anda?	Kalau dengan bapak itu biasa.. seperti anak dengan orangtua..	
Lalu tadi diawal dikatakan kalau dirumah ini tinggal bersama dengan keponakan, eem..kalau dengan keponakan hubungan Anda seperti apa? Apakah baik-baik saja, atau sering berantem? Atau seperti apa??	Yaaa... malah seperti kakak adik	

Jadi sudah dekat sekali yaa?	Iyaaaa...	
Lalu apakah dengan kakak-kakak Anda yang tidak berada tinggal dirumah dengan Anda, apakah Anda memiliki hubungan yang baik dengan mereka?	Yaaa... menjalin hubungan yang baik.. masihh..	
Kemudian saya ingin menanyakan mengenai lingkungan sekitar Anda nii, seperti apa sih lingkungan tempat Anda tinggal di sekitar sini tu?	Yaaa seperti biasanya yang kek di kampung gitu..	
Lalu dari tetangga Anda, mungkin tetangganya yang baik-baik, ramah-ramah, atau tetangga yang cuek, atau yang diem-diem aja dirumah, atau seperti apa??	Kalau yang namanya tetangga kan macem-macem sifatnya.. jadi ya <i>standart</i> 'lahh..	
Lalu bagaimana dengan teman-teman Anda? apakah Anda masih sering berinteraksi dengan teman-teman Anda, tau main-main dengan teman sekitar lingkungan sini, atau gimana??	Yaa kalau untuk teman kan sekarang sudah jarang sekali ketemu.. cuman kalau dengan teman yang satu kampung masih..	
Jadi tetap berhubungan dengan teman yaaa, interaksinya masih baik?	Iyaaaaa..	
Lalu mengenai kegiatan sehari-hari ni, bisa dicritain nggak kegiatan Anda sehari-hari, mungkin dari pagi sampai dengan siang	Yaa kayak bantu orangtua jaga warung.. trus entah bantuin orangtua bersih-bersih rumah.. yaaa gituuu..	

atau bahkan malam, soalnya Anda kan ini hanya dirumah saja, lalu apa yang Anda kerjakan??		
Jadi lebih ke pekerjaan yang rumah tangga sekali yaaa?	Iyaaaa...	
Lalau kalau selain kegiatan rutin tadi yang Anda sebutkan, ada nggak sih kegiatan lain yang Anda lakukan berkaitan dengan hobi Anda atau kesenangan Anda?	Eeemmm..kalau soal hobi atau enggak.. yaaaa sebenarnya hobinya jalan-jalan ya, cuman karena nggak ada ongkos jadi yaaa duduk dirumah saja..	
Haha, jadi karena nggak ada ongkos buat jeng-jeng hanya dirumah saja, heee Lalu, ini saya akan menanyakan pertanyaan berkaitan dengan data yang saya cari.. bagaimana sih keadaan Anda sebelum melakukan diet? Mungkin dari segi kondisi tubuh Anda, berat badan, kondisi fisik, bentuk tubuh, seperti apa??	Yaaa.. dulu yaaa kalau sebelum nggak ada kegiatan diet gitu yaa <u>gendutlah..</u> <u>Gendutt</u> <u>Ngaak nyamann</u> <u>Nggak PD</u>	Subjek merasa tidak nyaman, tidak PD memiliki berat badan yang kurang ideal
Ooo.. jadi seperti itu yaa.. Lalu usaha-usaha apa saja yang sudah Anda lakukan berkaitan dengan upaya Anda untuk penurunan berat badan?	Yaaa.. olahraga, <u>mengonsumsi obat diet..</u> Ya trus...	Subjek mulai diet dengan menggunakan obat dan cara-cara lainnya (tahap pertama modeling, memilih stimulus)
Mungkin ada lagi selain itu??	Yaaa... <u>minum jamuu</u>	Subjek mulai diet dengan

		menggunakan obat dan cara-cara lainnya (tahap pertama <i>modelling</i> , memilih stimulus)
oo.. sudah pernah minum jamu juga yaaa.. lalu perasaan apa yang Anda rasakan sebelum melakukan diet? Atau sama seperti yang diatas tadi Anda merasa kurang PD, kurang nyaman, apakah seperti itu?	Yaaa... <u>ngggak nyaman sih</u>	Perasaan subjek sebelum melakukan diet
Jadi perasaannya nggak nyaman nggak PD, seperti itu yaaa, karena memang merasa nggak nyaman.. Lalu apa saja sih penyebab Anda sampai punya keinginan untuk melakukan diet nggak sehat tersebut?	Yaaa.. karena penyebabnya itu karena faktornya yaaa <u>biar pengen cepet langsung langsing..</u>	Faktor subjek melakukan diet
Itu Anda memilih dengan diet apa sekarang?	Kalau untuk ini saya dengan cara minum obat	
oo.. jadi diet yang Anda lakukan dengan cara meminum obat yaa.. lalu bisa diceritakan sedikit mengenai diet yang Anda jalani saat ini, dari segi informasi atau mungkin dari obat yang Anda konsumsi, itu seperti apa?	Eemm.. yaaa itu.. yaaa kalo pakek obat itu aturan minumnya.. heee	

Aturan minumnya seperti gimana? Seperti apa maksudnya? Bisa dijelaskan sedikit..	Aturan minumyaaa.. yaaa sehari 2x, pagi dan sore.. itu saja harus. eemm tetap olahraga juga..	
Oo, jadi minum obat dan tetap olahraga..		
Lalu Anda merasa ribet nggak sih kalau harus minum-minum obat seperti itu dengan jam-jam yang ada ketentuannya itu??	Yaaa ribet...	
Tapi tetep menjalankannya???	Iyaaaa, untuk mendapatkan tubuh ideal..	
Heheee.. Lalu sudah berapa lama sih Anda melakukan diet dengan mengonsumsi obat-obat?	Yaaa kalau untuk sekarang masih 4 bulanan..	
Lalu.. diet yang Anda lakukan itu karena kemauan sendiri atau karena ada kerabat atau teman yang juga memakai cara tersebut untuk upaya penurunan berat badan??	Ituuu... ya ikut-ikut. Selain itu ya memang pengen supaya bisa diet..	Subjek melakukan diet karena <i>modeling</i>
Lalu dari mana sih Anda memperoleh diet obat tersebut hingga Anda ikut melakukan diet tersebut?	Yaaa, saya tau informasinya itu dari <u>televisi, dari media sosial online, majalah, pernah juga ada sales yang menawarkan, temen, lalu dari kerabat juga..</u> Itu obatnya itu yaaa	Tahap ke-2 dalam <i>modeling: retentional processes</i>

	adalah.. itu kalau nggak salah obatnya itu harganya sekitar 200 ribu'an.. isinya saja cumin 60 biji..	
Dari informasi-informasi tadi, Anda apakah langsung membeli obat itu, atau ada yang menyarankan “ini lho pakek obat ini saja manjur” atau seperti apa?	Yaa kalau saya itu ya Tanya-tanya dulu...	
Lalu apakah ada kerabat Andayang juga memakai cara tersebut?	Iyaaa ada... kebetulan itu sepupu saya.. jadi saya tanya informasi dari dia.. untuk membentuk tubuh yang ideal itu harua gimana? Yaaa.. <u>katanya sih harus mengkonsumsi obat.. ya saya sih percaya-percaya ajaa..</u>	Tahap ke-3 dan ke-4 dalam proses <i>modelling</i> yang dilakukan subjek, ikut mengkonsumsi obat diet dan mendapat dorongan dari sepupu
Ooo.. berarti itu Anda juga dapat informasi dari sepupu Anda, lalu Anda ikut mengkonsumsi obat yang sepupu Anda lakukan ya??	Iyaaaa..	
Lalu apakah dengan cara diet tersebut membantu Anda dalam upaya penurunan berat badan Anda?	Yaaa kalau selama ini saya <u>belum bisa merasakan hasilnya..</u>	Perasaan subjek setelah melakukan diet
Eemm..jadi Anda selama 4 bulan ini belum merasakan dengan mengkonsumsi obat-	Iyaaaa..	

obatan seperti itu?		
Eeemmm..oke Lalu dari segi keadaan Anda ni, setelah melakukan diet dengan cara mengkonsumsi obat bagaimana sih aktivitas keseharian Anda, ataukah merasa tertanggu karena harus minum obat?	Yaaa .. selama saya mengkonsumsi obat ini, <u>yaa saya merasakan sering pusing..</u>	Dampak fisik yang dirasakan subjek ketika mengkonsumsi obat diet
Berarti Anda sering berasakan pusing seperti itu yaa?? Kalau soal buang air besar atau kecil? Sering atau tidak?	Yaaa nggak cuman pusing.. <u>Trus,, rasanya tuuu, badan seperti sakit-sakitan..</u> Kalau buang air kecil sering, <u>rasanya tu pengen ke belakang terus..</u>	Dampak fisik yang dirasakan subjek saat mengkonsumsi obat diet
Ooo jadi seperti itu yaaa.. Lalu kalau mengenai kondisi emosinya ni.. dengan mengkonsumsi obat apakah Anda merasa nyaman, baik-baik saja, ataukah emosi Anda kadang meledak atau seperti apa?	Yaaaa.. mungkin saya <u>merasakan lebih sensitif yaaa..</u>	Dampak emosional yang dirasakan subjek
Mungkin bisa dijelaskan kenapa bisa menjadi lebih sensitive?	Yaaa, misalnya kayak <u>masalah kecil gitu bisa jadi sebuah masalah yang besar...</u> Jadi saya <u>langsung marah gituu</u>	Dampak emosional yang dirasakan subjek
Lalu berkaitan dengan usaha-usaha yang telah Anda lakukan dengan obat, pernah nggak sih	Yaaa <u>stress sih</u> , <u>jengkel..</u> Masalahnya udah selama 4 bulan ini <u>kok</u>	Dampak emosional dan dampak kesehatan mental yang dirasakan

<p>Anda merasa stress, frustrasi karena usaha yang Anda lakukan tadi dikatakan sampai 4 bulan tidak merasakan efek penurunan berat badan ?</p>	<p><u>badannya tetep gitu-gitu aja</u></p>	<p>subjek</p>
<p>Eemmm.. nggak ada perubahannya yaa.. jadi bisa dikatakn disini diet yang Anda lakukan itu sedikit tidak berhasil atau bahkan tidak berhasil y?</p>	<p>Yaaaaa.. Bisa dibilang gituu...</p>	
<p>Lalu, dengan tidak berhasilnya tadi, bisa Anda berikan informasi mengenai berat badan Anda ketika melakukan diet itu, apa bisa menurunkan berat badan atau tidak?</p>	<p>Yaaa... emmm.. Awalnya kan berat badan saya 50kg, lalu <u>turun itu cuman sekilo kadang 2 kilo.. trus kadang juga naik lagi</u></p>	<p>Termasuk dalam ciri diet tidak sehat (berat badan tidak teratur)</p>
<p>Ooo, jadi nggak terkontrol gitu yaaa?? Atau mungkin ada faktor lain mungkin, atau karena makannya tidak terkontrol mungkin??</p>	<p>Eemmm.. yaaa... Kalau faktor sih mungkin karena makan juga yaaaa...</p>	
<p>Lalu mengenai haid.. lancar nggak sih selama mengkonsumsi obat-obat gitu?</p>	<p>Kalau haid yaaa, <u>selama ini nggak teratur sih</u> sebenarnya..</p>	<p>Salah satu ciri diet tidak sehat (haid tidak teratur)</p>
<p>Nggak teraturnya itu seperti apa??</p>	<p>Yaaa pernah itu <u>datangnya terlalu cepat.. trus untuk bulan yang selanjutnya itu lama... Hampir juga pernah sebulan itu kok saya nggan mens,, ternyata saya memang</u></p>	<p>Salah satu ciri diet tidak sehat (haid tidak teratur)</p>

	sering telat	
<p>Oooo... sampai seperti itu yaaa..</p> <p>Lalu dari yang sudah Anda jelaskan banyak di atas tadi, apakah Anda akan tetap meneruskan program diet Anda ataukah ada cara atau alternative lain yang Anda pilih untuk menurunkan berat badan?</p>	<p>Mungkin berhubung ini sudah 4 bulan saya mgkonsumsi obat diet dan <u>tidak ada hasilnya.. mungkin saya menggunakan cara lain..</u></p>	<p>Perasaan subjek setelah melakukan diet dengan menggunakan obat</p>
<p>Mungkin Anda sudah memikirkan cara lain apa sih yang akan Anda lakukan, mungkin cara yang lebih baik atau cara-cara lain yang Anda upayakan untuk menurunkan berat badan ?</p>	<p>Mungkin saya untuk cara lain tidak mengkonsumsi obat diet.. tapi lebih cara alami saja seperti olahraga... mengatur pola makann</p>	
<p>Jadi lebih ke cara-cara yang sehat dan lebih alami seperti itu yaa..</p> <p>Anda memilih cara tersebut karena dengan mangkonsumsi obat dirasa kurang efekif seperti itu??</p>	<p>Iyaaaaa...</p>	
<p>Okeee.. mungkin pertemuan kali ini cukup dahulu yang saya tanyakan.. kalau nanti ada informasi yang terlewat, saya akan menanyakan kembali kepada Anda..</p> <p>Trimakasihh sebelumnya untuk informasi yang telah diberikan..</p>	<p>Ooo yaaaa...yaaa..</p> <p>Sama-samaaa...</p>	

Wawancara dengan Orang Terdekat Subjek

Pertama kali ibu subjek tahu mengenai diet yang anaknya jalankan saat ini tidak lain dari subjek sendiri. Subjek mengatakan kepada ibunya jika ingin melakukan diet menggunakan obat saja. Subjek juga mengaku kepada ibunya melakukan diet dengan menggunakan obat diet tersebut atas masukan dan anjuran temannya.

Pendapat ibu subjek mengenai diet yang saat ini anaknya lakukan hanya menanggapinya dengan biasa saja seperti, “ya saya biasa saja mbak, wong dia beli obat-obat langsing yo pakek duitnya sendiri.”

Mengenai perilaku makan subjek berkaitan dengan diet yang sedang dijalankan saat ini, ibu subjek mengatakan “ kalau soal makan anakku yo masih biasa saja mbak makannya, ya enggak banyak enggak sedikit, ya pas’lah kalau untuk ukurannya dia.” Ditanya mengenai boleh tidaknya subjek berdiet dengan menggunakan obat, ibu subjek mengatakan bahwa semuanya itu kembali lagi pada anaknya, kalau anaknya nyaman ibu subjek juga akan membiarkan saja.

Ibu subjek juga menyatakan bahwa selama subjek melakukan diet dengan menggunakan obat langsing, subjek jarang terlihat dan mengatakan keluhan-eluhan kepada ibunya, hanya saja subjek sering mengatakan kalau dirinya merasa kesal karena diet yang subjek jalankan tidak segera memperlihatkan hasil yang maksimal, “nek ngeluh enggak sih mbak, cuman pernah crita aja kok badannya kuruse lama banget.”

Verbatim Subjek 2

Pertanyaan	Jawaban	Keterangan
<p>Selamat sore, sebelumnya trimakasih telah mengganggu waktunya dan trimakasih juga telah disediakan waktu untuk bertemu.. pada kesempatan kali ini saya akan mewawancarai Anda berkaitan dengan penelitian saya. Pertama-tama boleh nggak diperkenalkan dulu dari identitas Anda dari nama, usia, dsb</p>	<p>Saya A, usia saya 18 tahun, saya lahir tanggal 22 Juli 1996 di Semarang.. Tinggi saya 150cm dan dengan berat badan 49kg</p>	
<p>Oke.. lalu bisa diceritakan sedikit nggak tentang riwayat pendidikan Anda dari TK, SD, dan sampai sekarang?</p>	<p>Saya duluuuuu.. .. TK di Santo Yusuf, lalu SD'nya di Kanisius, SMP di Yohannes dan SMA di Sint Louis</p>	
<p>Eemmm.. jadi lumayan dekat-deket ya sekolah Anda.. lalu boleh diceritakan sedikit mengenai saudara-saudara Anda?</p>	<p>Eeeemmm.. .. saya 5 bersaudara punya 2 kakak laki-laki dan 2 kakak perempuan</p>	
<p>Masih tinggal serumah semuakah itu?</p>	<p>Kebetulan yang tinggal satu rumah hanya 2 kakak perempuan saya, 2 kakak laki-laki saya sudah berkeluarga.. Kakak pertama tinggal di Salatiga dan yang kedua tinggal di daerah</p>	

	Jimbaran sana..	
Lalu boleh diceritakan sedikit mengenai kondisi ekonomi keluarga Anda, dari pekerjaan ayah Anda, ibu Anda, seperti apa?	ayah saya seorang wiraswasta dan ibu saya hanya seorang ibu rumah tangga	
ooo.. jadi ayah Anda seorang wiraswasta yaa? Kalau boleh tau wiraswasta di bidang apakah itu?	Kebetulan ayah saya bergerak di bidang <i>advertising</i> ...	
Lalu mengenai hubungan Anda dengan saudara-saudara Anda dengan keluarga di tempat ini.. bagaimna sih hubungan Anda dengan orangtua, dengan saudara.. seperti apa?	Eemmm.. paling dekat dengan ibu, soalnya kalau crita apa-apa biasanya dengan ibu.. Ibu udah tauu..	
oo..jadi lebih dekat dengan ibu yaa.. kalau dengan bapak?	Kalau dengan bapak tidak terlalu dekat.. yaa biasa saja layaknya anak dengan bapak	
Jadi biasa aja yaa.. Lalu kalau dengan saudara-saudara Anda?	Kalau dengan kakak laki-laki mungkin biasa saja, nggak deket-deket banget.. Tapi kadang ya cumin ngobrol biasa..	
Kalau dengan kakak-kakak perempuan Anda yang saat ini masih tinggal dengan Anda?	Kalau dengan kakak perempuan saya yaa lumayan deket.. soalnya sama-sama perempuan	
oo.. lalu kan tadi	Kakau kakak cewek	

diceritain kalau kedua kakak laki-laki Anda sudah berkeluarga, kalau kakak ceweknya??	yang pertama kerja, kalau yang kedua masih kuliah di salah satu universitas swasta di Semarang	
Jadi yang satu sudah bekerja dan yang satu lagimasih sekolah.. eh, mahasiswa maksudnya.. hehe Lalu bisa dijelaskan mengenai lingkungan sekitar tempat Anda tinggal disini tu seperti apa sih?	Yaaaaa... seperti yang mbak lihat, sepi, jarang ada tetangga yang main keluar rumah.. paling ya kalau sore-sore nyapu aja..	
Jadi sepi yaaa??	Iyaaa..	
Lalu, kalau hubungan Anda dengan teman-teman Anda seperti apa?	Kalau dengan lingkungan ya baikk.. Hidup di kampung kan kudu bertetangga, paling ya tau tetangga kanan kiri..	
Kalau dengan teman-teman Anda seperti apa?	Kalau dengan teman, kebetulan di lingkungan tempat tinggal saya ini jarang ada yang seusia saya.. jadi kalau dirumah ya jarang main sama temen kampung.. mainnya lebih sering sama temen sekolah ajaa	
Jadi lebih sering main sama temen sekolah ya	Yaaa bisa dibilang gitu..	

kalo pulang sekolah gitu?		
Lalu kalau tentang kegiatan sehari-hari Anda apa sih yang Anda lakukan? Dari pagi hari sampai malam nanti?	Kegiatan sehari-hari ya paling dari pagi sampai siang atau sore sekolah, pulang sekolah istirahat, ntar agak malem dikit bikin tugas, liat tipi.. udaah gitu, yaaa gitu terus..	
Jadi seputar kegiatan rutinitas seperti itu yaa.. Lalu kalau kegiatan Anda berkaitan dengan hobi? Bagaimana?	Kebetulan hobi saya renang, kalau ada waktu senggang dan ada yang nganter ya saya berenang, tapi kalau nggak ada yang nganter yaudah dirumah tok..	
Dianter siapa ni?? Dianter pacar, kakak, apa orangtua?	Dianter pacar boleh, kakak juga boleh.. hahha Kalo dianter bapak, bapak udah nggak bisa naik motor, bapak udah pernah stroke..	
Bapak udah pernah sempet sakit y? tapi kok tadi saya lihat kalihatan sehat yaa?	Yaaa.. memang sudah sehat, tapi matanya kalau dibuat ngeliat agak kabur.. katanyaaa.. Jadi ya nggak dibolehin nyetir sendiri..	
Jadi karena matanya nggak jelas trus nggak		

<p>boleh kemana-mana gitu..</p> <p>Lalu selanjutnya saya akan tanya-tanya berkaitan dengan penelitian saya nii.. Sebenarnya dulu sebelumnya waktu adek belum diet tu seperti apa sih? Mungkin dari berat badannya, kondisi tubuhnya, atau apa saja..</p>	<p>Yaaaaa.. sebelum diet saya malu, dulu kan <u>gendut banget</u>, tapi ya <u>sekarang masih gendut jugak sihh..</u> Sampek diejekin temenku, dipanggil '<u>cempluk</u>' gitu deh, ada juga yang bilang '<u>montok</u>' ya gitu..</p>	<p>Perasaan (keadaan) subjek sebelum melakukan diet</p>
<p>Hehe, lucu sekali yaa.. Lalu boleh nanyak nggak, berta Anda tu sebelumnya berapa sih? Kan tadi dibilang beratnya diatas 49 y?? padahal tinggi Anda 150.. lalu Anda melakukan diet itu kenapa?</p>	<p>Yaaaa..... yaaaa.... Maka dari itu mbak aku <u>diet semenjak setaun lalu'lah biar beratku ideal..</u></p>	<p>Faktor melakukan diet berkaitan dengan status berat badan yang kurang ideal</p>
<p>Jadi pengen nurunin berat badan yaa.. Memangnya apa aja sih usaha yang udah dilakukan? Udah pernah nyoba diet apa aja?</p>	<p>Dulu yang pertama saya pakek <u>jeruk nipis..</u> tiap hari <u>minum air putih dicampur perasan jeruk nipis..</u> Eeehhh..lama-lama lambung saya tidak kuat, sampek jadi maag</p>	<p>Tahap pertama proses <i>modelling</i> (<i>attentional processes</i>): pemilihan stimulus diet</p>
<p>Lalu apa lagi selain itu?</p>	<p>Pernah <u>minum jamu gendong</u> , <u>jamunya tu 'udhekan gitu'</u> jadi yaa piiiit, nggak enakk</p>	<p>Tahap pertama proses <i>modelling</i> (<i>attentional processes</i>): pemilihan stimulus diet</p>
<p>Lalu ada nggak slain tadi</p>	<p>Pernah jugak <u>diet</u></p>	<p>Tahap pertama</p>

kan jeruk nipis, ada yang pakek jamu, ada yang lain??	<u>makan..</u> tiap hari kalo makan nggak pakek nasi, kalaupun nasi ya cuman satu sendok	proses <i>modelling (attentional processes)</i> : pemilihan stimulus diet
Waahh hebat nasinya cumin satu sendok.. lalu berarti kalau gitu makannya pakek apa?	Yaaa <u>paling sayur di gado, kalau nggak y makan roti tawar, roti sisir, kentang, atau nggak telur ayam rebus</u>	Perilaku makan subjek
Enak sih makannya, tapi berat juga ya dietnya.. Lau, dulu pernah nggak sih nyoba diet, diet yang pakek obat gitu??	Yaaa.. berat mbak, tapi kan demiii ya ituuu.. Kalau pakek obat belum pernah mbak, kan nggak baik kalau minum obat terus kayak gitu, nggak baik.. Saya <u>sekarang malah pakeknya korset diet plus yang buat pelangsing gitu..</u>	Tahap ke-3 dalam proses <i>modelling (behavioral processes)</i> : subjek melakukan diet dengan menggunakan korset diet
Pakek korset.. Lalu dari mana sih idenya kok sampek nyoba pakek korset seperti itu??	Hee, ooo.. <u>itu tu cewek saya yang pertama pakek juga..</u> <u>Trus kakak kedua juga pakek, yaudah saya jugak ikut...</u>	Tahap ke-4 proses <i>modelling (motivational processes)</i> : mendapat dorongan dari kedua kakak subjek yang sama-sama memakai korset diet untuk diet
Eeemm.. lha itu taunya dari kakak atau sebelumnya udah tau?	Ya dari kakak trus dari <u>tv gitu, di facebook</u> juga banyak yang jual	Tahap ke-2 dalam proses <i>modelling (retentional</i>

	korset diet mbak.,	<i>processes</i>): pencarian informasi
Ooo.. dari media online juga ya dik taunya??	Iyaaaa..	
Lalu dibeli dengan harga berapa itu?? Korsetnya yang dipekek itu?	Waktu itu kakak saya pernah beli yang murahan gitu harga 155 trus dia ganti yang harga 700 ribu'an..	
Jadi dulu kakak pertama Anda sudah pernah beli yang harga 155 trus sekarang udah ganti yang 700 ribu.. Trus kalo adik belinya yang harga berapa tu??	Waktu itu saya liat di <u>facebook</u> pas ada <u>promo gede gitu yang kayak punya kakak, cuman jadi harga 480..</u> Trus saya dan kakak kedua sepakat buat beli dengan harga 960, tapi dipotong harga lagi karena beli 2, jadinya cumin 950 ribu..	Tahap ke-2 dalam proses <i>modelling</i> (<i>retentional processes</i>): pencarian informasi
Oooh.. lha itu adik belinya pakek uang sendiri atau pakek uang apa itu?	Yaaa sebagian minta orangtua dengan alasan mau beli baju.. dan yang sebagian lagi pakek uang sendiri..	
Jadi bilanganya beli baju, tapi ternyata beli korset.. pinter juga yaa.. ehhe Kalau pakek korset diet		

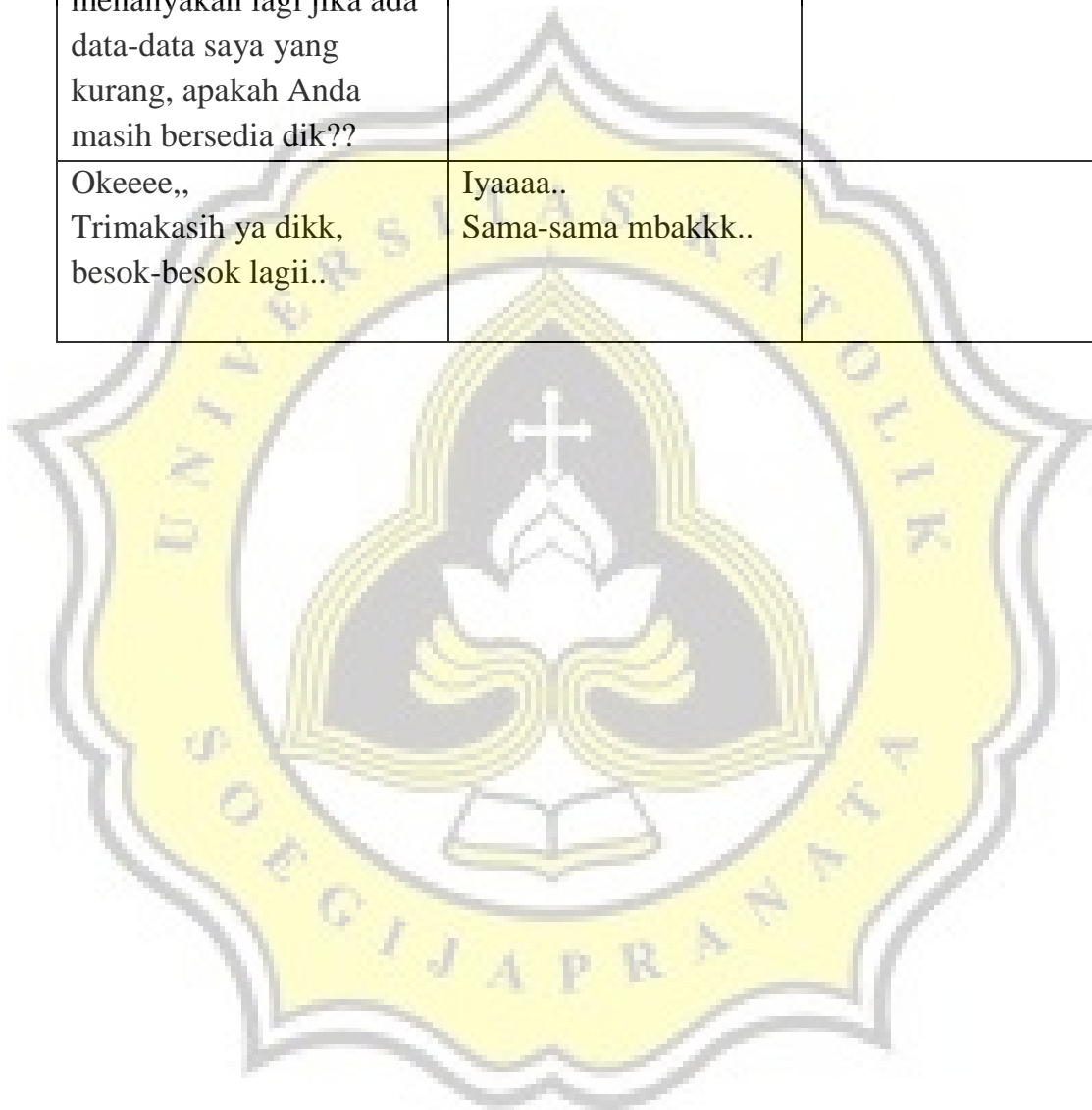
yang adik pakek itu, udah berapa bulan sih makeknya?	Yaaaaaa.. kalo pakek korset ini baru setengah tahun..	
Baru setengah tahunan ini yaa.. Lalu itu karena maunya adik sendiri, karena ikut-ikutan kakak, atau karena waktu itu ada promo??	Yang pasti yang pertama <u>memang karena ikut-ikutan..pengen nyoba berhasil atau enggak..</u>	Subjek melakukan diet karena faktor lingkungan 'modelling'
Trus tapi berhasil atau nggak??	Ya berhasil atau enggak saya juga <u>bingung mbak..</u>	Dampak emosional yang bisa dirasakan subjek
Lhooo... lha kok bisa bingung?	Lha <u>berat badan nggak turun-turun..</u> Turun ya dalam jangka waktu yang lama, sebulan 2 bulan gitu..	Dampak emosional yang bisa dirasakan subjek
Ooo.. memangnya kalau pakek korset gitu rasanya gimana sih, apakah itu mengganggu aktivitas Anda.. rasanya gimana sih menurut adik yang udah memakai korset itu sendiri??	Ya rasanya nggak enak pastinya.. <u>Nggak nyaman...</u> <u>Kayak ada yang ngganjel gitu..</u> <u>Kadang kalau pas disekolah sakit..</u> sampek <u>jadi males</u> , trus tak lepas ajaaa..	Perasaan setelah melakukan diet tidak sehat menggunakan korset diet
Jadi rasanya sampek sakit gitu, nggak nyaman yaa.. Lalu itu dipakek setiap hari??	Yaa pakek mbak, kan biar cepet langsing.. Tapi <u>kalau udah ngaak nyaman, udak sesek ya dilepas..</u>	Dampak fisik yang dirasakan subjek
Kalau pakek korset gitu juga jadi sering ke belakang juga?	Kalau ke belakangnya sih ya <u>paling sering buang air kecil</u> si mbak	Termasuk dalam cirri diet yang tidak sehat

<p>Memang nggak ribet ya kalau pas di sekolah nglepas-nglepas korset gitu?</p>	<p>Yaaa agak ribet gitu sih mbak.. Kan itu bentuknya kayak baju renang gitu, daleman.. jadi ya nyopotnya gitu deh mbak..</p>	
<p>Susah ya berarti.. ribet.. Lalu soal emosi, ketika pas pakek korset gitu ngaruh nggak sih sama emosi adek?? Soalnya kan tadi dikatakan kalau pakek korset itu nggak nyaman, ribet, atau seperti apap tu??</p>	<p>Ya mungkin sedikit mbak.. Paling ya <u>jadi sensian kalau udah sesek dan nggak nyaman</u> gitu.. pengennya kudu cepet-cepet dilepas..</p>	<p>Dampak emosional yang bisa dirasakan subjek</p>
<p>Lalu pernah stress nggak sih? Frustrasi? Jengkel? Ya pokoknya sejenis itulah gara-gara diet-diet gitu?</p>	<p>Yaaa kalau <u>stress sih nggak begitu, kalau jengkel iyaaa..frustrasi kok nggak langsing-langsing</u>, padahal udah segala macam usaha dilakuin usahanya, tapi kok nggak turun-turun berat badannya..</p>	<p>Dampak emosional dan dampak bagi kesehatan mental yang dirasakan subjek</p>
<p>Memangnya seberapa besar sih turun berat badannya?</p>	<p>Yaaa <u>udah lumayan</u> sih mbak 4 kg lho mbak...</p>	<p>Perasaan setelah melakukan diet</p>
<p>Masak?? Ya udah lumayan juga sih turunnya, tapi ya agak ribet.. hehee</p>	<p>Iya mbak.. <u>Dulu tu pipi saya gendut banget, cubby gitu deh..</u> Trus apalagi <u>perut saya mbak, buncit banget, kalo duduk gitu nekuk-nekut perute..</u></p>	<p>Perasaan subjek sebelum dan setelah melakukan diet</p>

Turunnya berapa kilo sih waktu itu?? Turunnya seberapa besar sih? Apa langsung turun banyak apa turun dikit??	Kalau dulu sih <u>turunnya 1kg 3 minggu, tapi kalo <u>nggak dikontrol ya naik lagi..</u> hahaa</u>	Salah satu ciri diet tidak sehat (berat badan tidak teratur)
Berarti turunnya dikit yaaa.. 1kg aja 3 minggu..	Iyaaa mbak..	
Lalu kalau pas pakek korset? Pernah turun nggak waktu itu?	Kalau pakek korset turun juga.. <u>waktu itu berat saya 51 trus jadi sekarang ini mbak 49 gitu..</u> tapi ya dengan intensitas pemakaian korset yang lebih banyak , lebih dibanyakin jam'nya, dilepas kalau mau tidur.. kadang kalo lupa ya tidur nggak dilepas..	Salah satu ciri diet tidak sehat (berat badan tidak teratur)
Hebat juga yaa.. kadang tidur sampek nggak dilepas.. tapi yaa agak susah yaa	Iyaaaa.. Makanya itu mbak..	
Berarti sekarang beratnya uda 49 itu yaa.. udah lumayan dengan pemakaian korset itu..	Iyaaa.. <u>Udah lumayan daripada yang dulu itu..</u> Tapi y sekarang kalau sekolah pas inget aja baru tak pakek	Perasaan setelah melakukan diet
Kalo nggak inget??	Ya enggak pakek.. Hahaa	
Lalu kalau pakek korset itu ngaruh juga nggak sih ke siklus menstruasi Anda?	Ya kalo say baca di internet soal pakek korset gitu emang ada efeknya buat haid..	
Kalauhaid adik sendiri,	Ya lumayan sih mbak..	Termasuk slah satu

lancar atau nggak??	Tapi <u>kadang-kadang ya nggak teratur gitu..</u>	ciri diet tidak sehat berkaitan dengan haid
Boleh dijelaskan, nggak teraturnya itu seperti apa??	Yaaa kadang <u>dateng pas tanggalnya, kadang dating mundur 5-7 hari dari tanggalnya, kadang juga pernah datang 2 kali dalam sebulan itu pas pertama-tama saya pakek korset diet gitu..</u>	Termasuk salah satu ciri diet tidak sehat berkaitan dengan haid
Oohh, jadi saat pertama pakek korset itu sampek haidnya dating 2 kali dalam sebulan yaaa.. Lalu, dari penjelasan semua tadi yang saya tanyakan mengenai diet yang Anda gunakan saat ini, apakah Anda akan tetap meneruskan pakek diet korset ini nggak sih atau mau nyoba diet yang lain dik??	Yaaaa kalau korset tetep tak pakek mbakk.. Tapi mungkin ngurangin intensitas pemakaiannya aja, nggak sering kayak biasanya gitu..	
Jadi tetep dipakek, tapi ngurangin intensitas.. Lalu apa pengen nyoba dengan diet yang lain?	Yaaa paling cuman diet ngontrol makan aja..	
Yaa, itu lebih baik sih.. kan pakek korset juga nggak baik	Heheee Yaa memang nggak baik sih mbak..	
Okeee,, trimakasih sebelumnya buat info-info yang tadi sudah	Oya tentu mbak.. Dateng aja kerumahku nggak papa...	

<p>diberitahukan kepada saya, udah mau membantu saya.. mungkin besok atau lain kesempatan saya akan menanyakan lagi jika ada data-data saya yang kurang, apakah Anda masih bersedia dik??</p>		
<p>Okeeee,, Trimakasih ya dikk, besok-besok lagii..</p>	<p>Iyaaaa.. Sama-sama mbakkk..</p>	



Wawancara dengan Orang Terdekat Subjek

Ibu subjek mengatakan pertama kali tahu mengenai diet yang anaknya lakukan saat ini tidak lain dari subjek sendiri, ibu subjek mengatakan “ya dia bilang kalau meh minta duit papahnya mau buat bayar buku, tapi cuman pura-pura, padahal bilanganya ke saya mau buat tambah-tambah beli korset langsing sama mbaknya.”

Pendapat ibu subjek mengenai diet yang subjek saar ini lakukan, ibu subjek menyatakan bahwa itu terserah subjek sendiri karena kedua kakaknya juga memakai korset diet dalam rangka untuk menurunkan berat badan, jadi kemungkinan besar subjek meniru kedua kakaknya memakai korset sebagai upaya penurunan berat badan.

Perilaku makan subjek berdasarkan wawancara dengan ibu, ibu subjek mengatakan, “kalo Y itu makannya pilih-pilih mbak, kalau nggak suka dengan masakannya ya paling cuman nggado sayur, gado lauk, kadang juga sering neneknya menegor kok makannya sedikit tu kenapa, subjek menjawab ‘lagi diet’ gitu itu.” Mengenai boleh tidaknya ketika ditanya mengenai diet yang subjek lakukan, ibu subjek menyatakan “sebenarnya saya tidak boleh, wong di arisan ibu-ibu pernah ada demo atau seperti pengetahuan kalau pakai korset untuk diet itu tidak dianjurkan dan tidak baik untuk kesehatan, kecuali pemakain korset untuk ibu setelah melahirkan.”

Ibu subjek menyatakan selama subjek melakukan diet dengan menggunakan korset diet pernah mengeluhkan beberapa hal berkaitan

dengan pemakain korset, “ pernah sih mbak, bilang kalau kadang pas pakai korset gitu dibagian dadanya sakit, kalau sudah begitu langsung saya marahi dan saya suruh untuk melepas korsetnya.”



Verbatim Subjek 3

Pertanyaan	Jawaban	Keterangan
<p>Selamat siang, sebelumnya trimakasih buat waktu yang sudah disediakan.. trimakasih juga sudah menyempatkan waktu untuk saya wawancara berkaitan dengan penelitian yang akan saya teliti..</p> <p>Sebelumnya boleh diperkenalkan dulu identitas diri Anda, dari nama, usia, dsb.</p>	<p>Nama saya I, Usia saya 21 tahun Tempat tanggal lahir Semarang, 16 Maret '93.. Tinggi saya 163, berat 58kg.</p>	
<p>Lalu selanjutnya boleh diceritakan sedikit riwayat pendidikan Anda, dari TK'nya, SD, dan sampai sekarang..</p>	<p>Eee.. saya dulu Tk'nya di Santo Yusuf, trus SD saya di Kanisius, SMP di Yohannes, SMA di Don Bosco.. Sekarang saya duduk di bangku kuliah di Universitas Semarang</p>	
<p>Okee.. kalau boleh tahu mengambil jurusan apa ni??</p>	<p>Ekonomi Menejemen</p>	
<p>Ooo, ekonomi menejemen..</p> <p>Lalu boleh diceritakan sedikit tentang saudara</p>	<p>Sayaaa.. hanya anak tunggal..</p>	

Anda?		
Ooo.. sendiri yaa..	Iyaaaaa	
Lalu, kalau jadi anak tunggal enak nggak sih?	Yaaaa.. nggak enak.. Apalagi nggak punya saudara..	
Sepiii jugak??	Iyaa sepiiii... banget	
Nggak pengen punya saudara? Pengen punya adik mungkin?	Enggaklahh..	
Enggak, sudah berumur?	He'emm	
Lalu boleh diceritakan sedikit tentang keluarga Anda.. dari ayah Anda kerja apa, ibu Anda..	Eemmm.. bapak saya dinas di Semarang sebagai tentara.. TNI AD Ibu saya pegawai swasta..	
Kemudian bisa diceritakan sedikit tentang hubungan Anda dengan orangtua Anda? dengan ayah tu seperti apa, sedekat apa, lalu dengan ibu Anda seperti apa?	Kalau bapak saya yaaa.. kurang begitu dekat.. tapi lebih baik bapak saya ketimbang ibu saya.. Kalau ibu saya.. ya ituu,, namanya wanita kan galak, jadi nggak begitu dekatlah.. jadi semuanya sedeng-sedeng saja, nggak begitu dekat..	
Lalu, dirumah ini tinggal bersama siapa aja nii? Selain dengan orangtua?	Eemmm.. ada kakek dan nenek saya disini..	
Lalu, hubungan Anda dengan kakek dan nenek Anda seperti apa?	Nak kakek dan nenek aku lebih dekat banget daripada orangtua.. soalnya yang ngopeni dari kecil..	

Oo, jadi lebih dekat dengan kakek dan nenek..		
Lalu kalau hubungan dengan pacar? Ada pacar nggak nii??	Hehehee,, adaaa	
Lalu, boleh diceritak sedikit mengenai lingkungan sekitar Anda.. dari tetangga Anda, atau seperti apa sih lingkungan tempat tinggal Anda?	Kalau lingkungan di tempat saya itu.. Aduuuhhh..yaa gitulabh..namanya hidup di asrama.. ya nggak enak yaa Mending hidup di rumah sendiri..	
Mungkin bisa diceritakan nggak enak nya tu seperti apa??	Sukaa ngurusi orang.. Susah seneng diurusi mbak...	
Eeemm.. lalu kalau interaksinya dengan tetangga Anda, baik atau seperti apa?	Sebenarnya baik yaaa.. tapi namanya orang yang nggak suka to, jadinya y nggak baik..	
Kalau dengan teman-teman yang di lingkungan Anda? seperti apa? Atau ada mungkin teman dekat di lingkungan Anda?	Nak lingkungan... teman dekat nggak ada di lingkungan..	
Ooo.. jadi nggak ada teman dekat di lingkungan?	Yaaa biasa sajalah.. <i>say hello...</i>	
Lalu mengenai kegiatan sehari-hari Anda, bisa diceritakan mungkin..setiap harinya Anda tu ngapain aja sih?	Kalau aku sehari-hari ya itu... Kuliah, pulang kuliah nonton tv, makan tidur.. nek nggak ya jalan-jalan..	
oo.. jeng-jeng yaa.. lalu kalau berkaitan	Hobinya makan.. hee	

dengan hobi Anda nii.. hobi Anda apa??		
Berarti setiap hari makan yaa?? Heee	He'emmm	
Lalu ini berkaitan dengan penelitian ni, penelitian tentang diet.. Aku mau nanya ni,, sebelumnya dulu waktu sebelum melakukan diet tu seperti apa sih kondisi Anda? dari segi tubuhnya, berat badan, dsb	Dulu tu saya <u>gendut..</u> Ya pokoknya <u>nggak nyaman..</u> Mesti <u>di nyek'i</u> <u>lontong.. lontong..</u> lontong ngono kuwii	Keadaan subjek sebelum melakukan diet (kondisi fisik)
Heheh,, di nyek'i lontong??	He'em lontong.. <u>mosok</u> <u>cah wedok kok lemu</u> <u>koyok lontong .. kan</u> maluu	Keadaan subjek sebelum melakukan diet (kondisi fisik)
Oooo.. tadi kan diceritakan berat badan Anda 58 dengan berat tingginya 163.. padahal idealnya berarti sekitar 50an ya berat Anda? lalu itu seperti apa sih?	Apanyaaa??	
Yaa itu tadi berkaitan dengan berat badan Anda samaii Anda melakukan diet, seperti itukah?	Iyaaa he'ehh.. Maksude biar ideal ngono lhooo	
Oooo.. biar ideal	Yaaa, biar nggak lemu- lemu bangetlah..	
Lalu, eem pernah nyobain diet, usaha-usaha apa sih untuk nurunin berat badan?	Duluuu saya yaaa <u>sering olahraga..</u> tapi kok nggak efektif..	Tahap pertama dalam proses <i>modelling</i> (<i>attentional</i> <i>proceses</i>) memilih

		stimulus untuk melakukan diet
Nggak efektifnya kenapa?	Eeemm.. ya nggak cepet-cepet gitu lhoo.. Kan aku pengennya ndang cepet..	
Ooo turunnya lama gitu?	Naaa.. he'emmm	
Lalu, selain itu pernah usaha apa lagi?	<u>Ngurangin makan, minum susu dikurangin..</u> <u>Maem'nya yoo sedikit-sedikit wae'lah..</u> sesuai aturan..	Tahap pertama dalam proses <i>modelling</i> (<i>attentional proses</i>) memilih stimulus untuk melakukan diet
Lalu kalau sekarang pakek diet apa ni sekarang? Diet yang dilakukan sekarang..	Eeemm.. <u>sekarang saya pakek diet obat..</u> soalnya kalau <u>diet obat msih bisa makan</u> nggak ketang dikit-dikitlahh..	Tahap ke-3 dalam proses <i>modelling</i> (<i>behavioral proses</i>): subjek melakukan diet dengan mengonsumsi obat diet
Jadi tetep minum obat, tapi juga tetep makan yaa?	He'emmm.. iyaaa	
Lalu, boleh tahu nggak sih obat yang Anda konsumsi itu dibeli dengan harga berapa?	Berapa yaaaa??? 75 ribuanlah sepaket itu..	
Itu yang merk apa itu??	Heem.. murahan to yooo	
Oooo...	Tau sendiri to, KW.. Tapi sekarang ya pekeknnya yang lumayan-lumayan elittt..	

Berapa itu ??	Yaaaah.. 450 ribu'lah.. Lumayan menguras kantong	
Kalau yang 450 tadi tu dapet obat apa aja sih itu isinya??	Banyak mbak... Ribet minumnya.. Ada yang sebelum makan, sesudah makan.. trus siang ada lagi, mau tidur juga ada lagii.. piye jal mbakkk?	
Eeemm.. jadi ribet juga yaa?	He'emm	
Tapi itu Anda tetep teratur nggak sih minumnya?	Heheheee.. Ya kadang.. paling lupa tu minum obat malemnya.. Kalau udah capek, udah di kasur lupa minum obatnya..	
Eeemm.. lalu kalau boleh tau, dapet info dari mana sih sampek beli obat pelangsing-pelangsing gitu tu?? Ceritanya dulu gimana sih?	Duluuu yang obat-obatan itu <u>dari tetangga</u> , kebetulan ada yang seusia saya dan diet gitu tu mbakk.. <u>trus disaranin ikutan pakek obat ituu..</u>	Faktor melakukan diet dengan menggunakan obat karena meniru tetangga yang juga melakukan diet dengan menggunakan obat untuk diet
Lalu kalau obat sekarang yang dikonsumsi yang tadi 450 ribu itu?	Kalau yang mahal, saya juga <u>dapet infonya dari temen saya.. temen kuliah..</u> Tapi sebelumnya saya juga <u>pernah liat infonya di media online..</u>	Tahap ke-2 dalam proses modelling (<i>retentional processes</i>): subjek mencari informasi mengenai obat diet
Ooo di media online itu yaa?	Iyaa.. <u>di facebook facebook itu..</u>	Tahap ke-2 dalam proses modelling

		(<i>retentional processes</i>): subjek mencari informasi mengenai obat diet
Eeeem,, lalu berkaitan dengan diet tadi kan dikatakan belinya dari temen kuliah.. berarti Anda belinya beli sendiri atau gimana?	Nitip aja mbakkk	
Nitip ke temen itu tadi yaaaa?	Iyaaaa... Tapi sekarang kalau habis gitu to saya beli sendiri lewat online	
Oooo... Lalu kalau boleh tau ide-ide buat konsumsi obat tadi tu emang maunya sendiri atau ikut-ikutan aja sih?	Heheee <u>Pertamanya sih yaa ikut-ikutan mbak..</u> ya mau gimana lagi, <u>usaha biar langsing..</u>	Faktor melakukan diet dengan menggunakan obat karena meniru tetangga yang juga melakukan diet dengan menggunakan obat untuk diet
Berarti cuman ikut-ikutan aja?	He'eeemmm	
Ikut-ikut tetangga yang disaranain tadi, ikut-ikut temen juga, seperti itu yaa?	Iyaaaaaa	
Itu berhasil nggak sih kalau menurut Anda sendiri??	Berhasil mbakkk...dikitt <u>Ni pipiku udah agak tiruss..</u> <u>Badanku juga udah agak enteng, nggak kayak dulu..</u>	Perasaan subjek setelah melakukan diet dengan menggunakan obat diet
Ooo.. ya lumayan yaa..		

<p>Kalau diet yang pakek obat tadi tu udah dijalaniin berapa lama sih?</p>	<p>Yaaaa... baru 3 bulan mbakk</p>	
<p>Trus dalam 3 bulan itu turun berapa kilo???</p>	<p>Agak lama mbakk.. <u>Seminggu belum tentu turun sekilo..</u> Waktu itu <u>turun sekilo pas udah hamper 3 mingguan..</u> Tapi ni akhir-akhir ini makan'ku nggak kontrol, <u>badanku rasanya agak berat lagi..</u> Itu mamah saya 2 bulan malah nggak turun-turun..</p>	<p>Salah satu ciri diet tidak sehat berkaitan dengan berat badan yang cepat berubah (tidak teratur)</p>
<p>Ooo.. mamah Anda juga mengkonsumsi obat diet tadi yaaa??</p>	<p>Iyaaa mbak.. <u>Aku sama mamah selalu barengan beli obatnya..</u> <u>Jadi sama-sama minum</u></p>	<p>Tahap ke-4 dalam proses modelling (<i>motivational processes</i>): subjek mendapatkan dorongan dan sekaligus motivasi untuk melakukan diet karena orangtua subjek juga turut melakukan diet dengan menggunakan obat diet yang subjek konsumsi</p>
<p>Ooo.. sama-sama beli sama-sama minum juga.. Lalu, saya mau nanya nii..</p>		

<p>setelah megonsumsi obat-obat diet tadi rasanya gimana sih kalau setiap hari kudu minum -minum obat gitu?</p>	<p>Yaaa nggak enak sih mbakk.. Kadang kalau lupa <u>yaaa lumayan nyesell...</u> kayak ada yang kelewatan gitu..</p>	
<p>Lalu kalau minum setiap hari terus gitu ngaruh juga nggak dengan masalah ke belakang? Buang air kecil atau air besar?</p>	<p>Kalau <u>buang air kecilnya sering</u> mbak, soale kan minum obat juga minum air, jadi <u>kebanyakan minum air bikin pengen pipis terus mbak...</u> kalau buang air besarnya sih saya rasa yo masih wajar si mbak..</p>	<p>Termasuk dalam cirri diet yang tidak sehat</p>
<p>Mengganggu aktivitas yang Anda kerjakan nggak sih?</p>	<p><u>Sedikit mengganggu mbakk..</u> Kadang kalo yang jam siang pas kuliah minum obat jadi lemes mbakk <u>malahan..</u></p>	<p>Termasuk salah satu dampak diet tidak sehat berkaitan dengan aktivitas fisik yang menjadi lesu dan tak bergairah</p>
<p>Heee, jadi kalo pas kuliah pas waktunya minum obat jadi lemes ngantuk.. ah tidurr</p>	<p>Hahhaaha,, he'em mbak..</p>	
<p>Lalu kalau dari segi emosi nii, ngaruh nggak semenjak Anda mengonsumsi obat-obat diet tersebut?</p>	<p>Iyaaa... <u>mungkin jadi nggak nyaman gara-gara harus minum obat terus seperti itu..</u> Nggak nyamann..</p>	<p>Termasuk salah satu dampak emosional yang bisa dirasakan subjek</p>
<p>Lalu berkaitan dengan usaha-usaha diet yang sudah disebutkan tadi, pernah nggak sih merasa</p>	<p>Pernah mbakkk.. Yo <u>kadang nggresulo</u> dewe ngono kii... Yowes macem-macem</p>	<p>Dampak emosional dan dampak bagi kesehatan mental yag dirasakan</p>

<p>stress, atau frustrasi berkaitan dengan usaha yang sudah Anda lakukan untuk menurunkan berat badan?</p>	<p>cara tapi kok badan gini-gini ajaa.. <u>Jengkel..</u> <u>Nyebelin..</u> Udah keluar uang banyak, tapi kok nggak turun-turun..</p>	<p>subjek ketika diet dengan mengkonsumsi obat diet</p>
<p>Eeemmm... lalu kalau saya tanya berhasil atau tidaknya, puas atau nggak'nya.. seperti apa??</p>	<p><u>Yaaa puas... tapi ya sedikitlah..</u> <u>Sedikit tok tapi mbakk..</u> lha kan tadi udah tak jelasin mbak, <u>turunnya lamaaaaa banget</u> Jadi ya <u>sedikit nggak puass..</u></p>	<p>Perasaan subjek setelah melakukan diet dengan menggunakan obat</p>
<p>Heee,, puas tapi sedikit aja,, Lalu kalau efek samping yang dirasain mengkonsumsi obat tu apa aja sih??</p>	<p>Apa yaaa mbak... Kadang tu ya <u>mual-mual</u> kalau pas minum obatnya.. <u>Pusing..</u> <u>Pengen dimuntahin lagi obatnya..</u></p>	<p>Termasuk salah satu ciri diet tidak sehat berkaitan dengan dampak fisik yang bisa dirasakan (pusing)</p>
<p>Kallau berkaitan dengan haid ni, mentruasi.. semenjak minum obat-obat diet atau semenjak Anda melakukan diet itu berefek nggak sih terhadap mentruasi Anda? teratua apa enggak?</p>	<p>Eeeemmm.. malah <u>nggak teratur mbakk..</u> Saya nggak.. apa namanya.. nggak lihatin detailnya yaa.. Cuman ya emang <u>sering telat pas aku udah diet-diet gitu..</u> nggak cuman pas diet pakek obat aja..</p>	<p>Salah satu ciri diet tidak sehat (haid tidak teratur)</p>
<p>Ooo.. jadi sudah sejak</p>	<p>Yaaaa tepatnya seperti</p>	

pertama kali yang mbak lakukan diet-diet yang tadi diatas itu?	itu mbak..	
Lalu kalau dari tadi yang sudah duijelasin.. tetep mau nerusin diet pakek obat nggak sih??	Yaaa kalau obat mungkin masih mbak.. Cuma sekarang saya pasrahlah, seingatnya aja minum obate..	
Nggak mau nyoba cara diet yang lain, yang mungkin lebih sehat, lebih efektif, atau yang lebih membuat badan menjadi berefek samping.. atau seperti apa?	Pingin mbakk.. Mbalik olahraga lagi.. tapi ya itu mbak.. kudu teratur juga.. Paling ya diet ngurangin porsi makan dengan gizi yang seimbang aja mbak.. buah dan sayur	
Eemmm.. jadi pengen nerusin pakek obat, tapi disambi dengan yang lain, dengan olahraga	Iyaaa mbak.. Disambii	
Okee.. mungkin ini dulu yang mau saya tanyakan dari data-data yang saya cari.. mungkin besok ada data yang kurang dan saya ingin menanyakan kembali, apakh masih bersedia??	Bersediaaaa... Siap selalu...	
Trimakasih sebelumnya sudah mengganggu..	Oke... Trimakasihh..	

Wawancara dengan Orang Terdekat Subjek

Ibu subjek mengatakan tahu mengenai diet yang subjek lakukan saat ini tidak lain dari subjek sendiri yang member tahu ibu subjek. ibu subjek mengatakan, “pertama tahu dari anak saya sendiri bilang ‘mah aku ditawari tetangga sebelah suruh minum obat diet’ lha tapi saya belum percaya...trus kapanan hari anak saya bilang lagi ditawarin temennya kampus beli obat diet lewat online, trus tau-tau dia beli obat diet itu... tapi ya kadang saja juga ikut urun beli dan minum obat itu mbak.”

Ibu subjek menyatakan bahwa tidak melarang subjek untuk berdiet dengan menggunakan obat diet karena terkadang ibu subjek juga turut membeli dan meminum obat yang sama-sama ibu subjek dan subjek sendiri konsumsi.

Perilaku makna subjek berkaitan dengan diet yang dilakukan saat ini, ibu subjek mengatakan “woooo, kalau I itu aneh mbak, pengennya diet tapi makannya ya tetep banyak, yo masih makan nasi, nyemil jajan, banyak mbak....diet tapi makan tetep nggak diatur”

Mengenai keluhan yang subjek sering sampaikan pada ibu subjek, ibu mengatakan, “jarang mbak, dia biasa saja cuman sering bilang dan menanyakan ‘aku ndak udah kurus ma?’ stress mungkin mbak dia.”



LAMPIRAN D
HASIL DISKUSI TEMAN SEJAWAT

Hasil Wawancara dan Diskusi bersama Rekan Sejawat

Pada penelitian ini, peneliti bekerjasama dengan rekan sejawat yang juga meneliti mengenai masalah diet sekaligus pengetahuan remaja mengenai perilaku makan yang baik ditinjau dari segi kebutuhan gizi dan asupan makanan yang seharusnya dikonsumsi.

Rekan sejawat menyatakan bahwa diet tidak sehat merupakan perilaku yang membahayakan kesehatan. Jenis dari perilaku diet itu sendiri beragam seperti diet dengan berpuasa (diluar niat ibadah), konsumsi obat-obatan, menahan nafsu makan, muntah dengan disengaja, dan masih banyak lagi.

Rekan sejawat juga menyatakan bahwa diet tersebut diatas tidak baik untuk dilakukan. Pada usia remaja, seharusnya kebutuhan pangan makronutrien seperti karbohidrat, protein, lemak harus dipenuhi secara seimbang. Kebutuhan pangan akan mikronutrien seperti kalsium, zink, vitamin juga tidak kalah pentingnya untuk dikonsumsi pada usia remaja. Dampak dari kekurangan gizi baik dari makronutrien maupun mikronutrien dapat menyebabkan seseorang mengalami malnutrisi dan gangguan penyakit yang dapat mengganggu kesehatan.

Diet menggunakan obat yang dijual khayalak bebas sangat tidak baik untuk dikonsumsi dan dapat mengganggu kesehatan. Dampak yang pertama bagi kesehatan adalah masalah pencernaan seperti menaikkan asam lambung dalam tubuh, mengganggu organ ginjal apabila dikonsumsi dalam jangka waktu yang lama. Rekan sejawat mengatakan bahwa diet dengan konsumsi obat sebetulnya hanya mengikat cairan dalam tubuh, sehingga

cara tersebut meskipun dilakukan dalam waktu yang lama tidak akan menunjukkan perubahan berat tubuh yang signifikan.

Dampak kedua dari konsumsi obat pelangsing yang dijual bebas dapat memicu masalah haid pada perempuan. Perempuan yang melakukan diet dengan mengonsumsi obat diet akan mengalami gangguan pada hormone estrogen dan dapat mengakibatkan masalah pada indung telur dan ovarium. Pada saat mengonsumsi obat diet, seseorang akan lebih sering buang air kencing, hal tersebutlah yang akan memicu sirkulasi darah pada indung telur dan ovarium. Indung telur dan ovarium sudah rusak, maka seorang perempuan bisa saja tidak haid selama berbulan-bulan, bahkan bisa juga mengakibatkan masalah menopause dini pada perempuan.

Diet dengan menggunakan korset diet juga dapat mengganggu kesehatan tubuh, “penggunaan korset sebagai upaya diet seperti dua mata pisau, ada positif dan negatifnya”. Sisi positifnya adalah pada beberapa penelitian menyatakan bahwa penggunaan korset bisa menekan perut dari 26 inchi sampai ke 23 inchi, bisa menahan nafsu makan, serta pemakaian korset dengan baju yang berlapis juga bisa mengeluarkan sedikit keringat. Sisi negatifnya bagi kesehatan adalah dapat menyebabkan sakit pada sendi, dan juga menyebabkan menyempitnya paru-paru. Rekan sejawat menyatakan bahwa, “penggunaan korset tidak efektif untuk menyingkirkan sel-sel lemak terutama pada bagian perut”

Pendapat rekan sejawat mengenai diet tidak sehat yang dilakukan para remaja akhir saat ini sudah sangat tidak baik. Dilihat dari faktor keluarga, makanan yang dikonsumsi atau yang disajikan di rumah juga turut mempengaruhi baik tidaknya untuk dikonsumsi. Faktor lingkungan atau

faktor luar seperti asumsi dari teman, dan dari remaja itu sendiri yang harus memiliki *body image* yang baik juga turut membuat para remaja putri melakukan diet. “Para remaja putri berpikiran bahwa yang cantik itu adalah cewek yang kurus, tinggi semampai seperti super model” padahal sehat bukan seperti itu, melainkan tetap memperhatikan asupan gizi dan kebutuhan pangan yang baik bagi tubuh.

Saran yang dianjurkan oleh rekan sejawat untuk melakukan diet yang sehat adalah mengganti karbohidrat yang dikonsumsi menjadi karbohidrat kompleks seperti gandum, beras merah, ubi jalar, dan kentang; selain itu perbanyak meminum air putih sehari 8 gelas, serta hindari makan makanan yang mengandung lemak trans seperti fastfood, dan makanan yang banyak mengandung minyak (gorengan); kurangi makan yang mengandung banyak garam seperti makan snack yang dapat meningkatkan kadar hipertensi; perbanyak makan buah dan sayur yang banyak mengandung vitamin dan mengandung kalori yang rendah yang baik dikonsumsi untuk diet; dan yang terakhir adalah tetap melakukan olahraga selama 20-30 menit agar dapat membakar lemak dalam tubuh seperti cardio (memicu kerja jantung), berlari, berenang, ataupun bermain basket.

Penelitian yang dilakukan oleh rekan sejawat tidak lain juga mengenai pengetahuan para remaja mengenai gizi dan asupan makanan yang seharusnya dikonsumsi oleh para remaja berkaitan dengan usaha diet remaja. Para remaja umumnya mengonsumsi makanan yang mengandung lemak trans seperti *fastfood*, gorengan, dan sebagainya yang turut berpengaruh bagi *body image* yang baik seorang remaja putri. Rekan sejawat juga menyatakan bahwa para remaja banyak yang mengeluhkan

mengenai masalah haid yang diakibatkan cara diet yang salah. Tujuan dari penelitian yang dilakukan oleh rekan sejawat adalah agar para remaja mengetahui mengenai gizi (makronutrien, mikronutrien) yang baik, dan asupan makanan yang seharusnya diasup para remaja, perilaku makan remaja.

