

**ANALISIS PSIKOLOGI EKSISTENSIAL TOKOH UTAMA DALAM
NOVEL SEMESTA ANASERA KARYA HINDHIASTINAAA**

Heppi Naomi Lastio Sihombing¹, Ahada Wahyusari², Tessa Dwi Leoni³,
Dody Irawan⁴, Asri Lolita⁵, Zaitun⁶
¹²³⁴⁵⁶Program Studi Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia, Fakultas Keguruan
dan Ilmu Pendidikan, Universitas Maritim Raja Ali Haji
Alamat e-mail : ¹heppinaomi1@gmail.com, ²ahadawahyusari@umrah.ac.id,
³tessadwileoni@gmail.com, ⁴dodyirawan@umrah.ac.id, ⁵asrilolita@umrah.ac.id,
⁶zaitun@umrah.ac.id

ABSTRACT

*This study aims to describe the meaning of life, the meaning of suffering, and the existential vacuum experienced by the main character in the novel *Semesta Anasera* by Hindhiastinaaaa, based on Viktor E. Frankl's theory of logotherapy. The study employs a qualitative approach with a descriptive research design. Data collection techniques involved reading the novel serving as the research object, identifying excerpts containing elements of Viktor E. Frankl's logotherapy, and recording data corresponding to the research indicators. Data analysis techniques included identifying data related to Viktor E. Frankl's logotherapy, classifying the data into the aspects of the meaning of life, the meaning of suffering, and the existential vacuum, and subsequently describing and drawing conclusions from the research findings. The results indicate that the main character in the novel *Semesta Anasera* by Hindhiastinaaaa experiences three aspects of Viktor E. Frankl's logotherapy: the meaning of life, the meaning of suffering, and the existential vacuum. The meaning of life is identified through two indicators: specific meaning in life and responsibility toward life. The meaning of suffering is identified through the indicators of changing one's attitude toward suffering and finding meaning within suffering. The existential vacuum is identified through the indicators of boredom and existential frustration. The research findings indicate that the protagonist's psychological journey evolves from a state of existential emptiness—through the ability to find meaning in their suffering—to ultimately discovering the meaning of life, in accordance with Viktor E. Frankl's concept of logotherapy.*

Keywords: Analysis, Existential Psychology, Logotherapy, Novel

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan makna kehidupan, makna penderitaan, dan kehampaan eksistensial yang dialami tokoh utama dalam novel *Semesta Anasera* karya Hindhiastinaaaa berdasarkan teori logoterapi Viktor E. Frankl. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian deskriptif. Teknik pengumpulan data yang dilakukan ialah peneliti membaca terlebih dahulu novel yang dijadikan objek penelitian, kemudian menyimak kutipan-kutipan yang mengandung logoterapi Viktor E. Frankl, selanjutnya mencatat data yang sesuai dengan indikator penelitian. Adapun teknik analisis data yang dilakukan ialah mengidentifikasi data yang mengandung logoterapi Viktor E. Frankl, mengklasifikasikan data ke dalam aspek makna kehidupan, makna penderitaan, dan kehampaan eksistensial, kemudian mendeskripsikan serta menyimpulkan hasil penelitian. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tokoh utama dalam novel *Semesta Anasera* karya Hindhiastinaaaa mengalami tiga aspek logoterapi Viktor E. Frankl, yaitu makna kehidupan, makna penderitaan, dan kehampaan eksistensial. Makna kehidupan ditemukan melalui dua indikator, yaitu makna hidup yang spesifik dan bertanggung jawab terhadap hidup. Makna penderitaan ditemukan melalui indikator mengubah sikap terhadap penderitaan dan menemukan makna dalam penderitaan. Kehampaan eksistensial ditemukan melalui indikator kebosanan dan frustrasi eksistensial. Hasil penelitian menunjukkan bahwa perjalanan psikologis tokoh utama berkembang dari kondisi kehampaan eksistensial, kemudian mampu memaknai penderitaan yang dialaminya, hingga akhirnya menemukan makna kehidupan sesuai dengan konsep logoterapi Viktor E. Frankl.

Kata Kunci: Analisis, Psikologi Eksistensial, Logoterapi, Novel

A. Pendahuluan

Karya sastra memiliki banyak nilai-nilai kehidupan. Karya sastra merupakan ekspresi manusia seperti pikiran, gagasan, perasaan, ide, serta pengalaman penulis. Melalui karya sastra, seorang penulis dapat mengekspresikan sudut pandangnya mengenai kehidupan yang ada di sekitarnya. Sastra sendiri merupakan hasil dari pengolahan jiwa seorang penulis, yang dihasilkan melalui suatu

proses pemikiran mengenai kehidupan.

Psikologi sastra ialah studi yang memanfaatkan teori psikologi dalam memahami serta menganalisis suatu karya sastra. Dalam istilah sansekerta sastra berarti tulisan dengan pedoman, pada umumnya yakni karya tulis yang mempunyai nilai-nilai estetika. Sedangkan, psikologi ialah suatu ilmu yang mempelajari perilaku serta proses mental seseorang.

Psikologi digunakan dalam memahami karakter-karakter dalam suatu karya sastra, yang membantu dalam memahami berkembangnya psikologis seseorang. Oleh karena itu, psikologi sastra merupakan gabungan analisis sastra serta teori psikologi yang menyampaikan wawasan mendalam mengenai karakter dan tema pada karya sastra (Walfajri, 2024). Hal ini menjadikan psikologi sastra sebagai pendekatan yang mampu mengungkap dinamika kejiwaan tokoh, termasuk proses pencarian makna hidup yang dipresentasikan dalam karya sastra.

Bentuk karya sastra yang populer serta kuat dalam menghadirkan suatu konflik psikologi ataupun pengalaman eksistensial seseorang adalah novel. Novel juga sangat banyak digemari oleh kalangan anak muda. Hal ini tidak terlepas dari peran novel yang tidak hanya menghibur, namun juga menggambarkan berbagai persoalan kehidupan seperti cinta, identitas, tekanan, serta pencarian makna hidup.

Nurgiyantoro, (2018), menjelaskan novel populer adalah novel yang banyak diminati pada masanya serta memiliki jumlah

pembaca yang cukup besar, terutama di kalangan remaja. Novel populer menyajikan permasalahan yang bersifat aktual dan sesuai dengan perkembangan zaman, namun umumnya hanya dibahas pada tingkat permukaan. Novel jenis ini tidak mendalami permasalahan kehidupan secara lebih mendalam serta tidak berupaya mengungkap hakikat kehidupan secara intens.

Salah satu karya yang relevan untuk dikaji dari perspektif psikologi eksistensial adalah novel *Semesta Anasera* karya Hindhiastinaaaa. Novel ini menggambarkan perjalanan batin tokoh utamanya, Anasera, yang hidup dalam penderitaan, kesepian, dan kebingungan dalam mencari arti dan makna hidupnya. Tokoh Anasera menjadi representasi manusia yang berjuang menghadapi kekosongan batin akibat kehilangan makna.

Berdasarkan novel tersebut, Hindhiastinaaaa menampilkan konflik batin yang mendalam melalui gaya bahasa yang puitis dan penuh perenungan. Tokoh utama tidak hanya berhadapan dengan lingkungan sosialnya, tetapi juga dengan kehidupan pribadinya. Pergulatan batin Anasera tersebut menjadi cermin nyata dari proses

pencarian makna di tengah penderitaannya.

Penelitian ini bertujuan untuk melengkapi penelitian sastra Indonesia, khususnya dalam bidang psikologi sastra. Penggunaan teori Frankl membuka ruang baru dalam menganalisis karya sastra. Teori ini berfokus pada konflik internal dan perjalanan untuk menemukan makna yang lebih dalam. Penelitian ini juga memiliki nilai edukatif, karena melalui tokoh Anasera, mendorong pembaca untuk merenungkan penderitaan, tanggung jawab pribadi, dan makna hidup. Dalam konteks pembelajaran sastra, analisis seperti ini dapat membantu mahasiswa memahami bagaimana sastra berkaitan dengan kehidupan nyata. Sastra bukan sekadar sebagai teks, tetapi mencerminkan pengalaman manusia yang universal.

Psikologi merupakan ilmu yang mempelajari tingkah laku serta perjalanan mental seseorang. Istilah sastra berasal dari bahasa Sansekerta yang artinya tulisan dengan pedoman atau arahan yang umumnya mengacu terhadap karya tulis yang memiliki nilai seni, seperti drama, esai, serta puisi. Maka psikologi sastra merupakan

penggabungan antara analisis sastra serta teori psikologi yang memberikan wawasan yang luas mengenai karakter atau tingkah laku serta tema pada karya sastra (Walfajri, 2024).

Menurut V. Frankl, (2020), terdapat dua fenomena yang paling manusiawi, yaitu cinta dan kesadaran. Kedua fenomena tersebut merupakan bentuk nyata dari kemampuan manusia untuk melampaui dirinya sendiri. Manusia dapat melampaui dirinya melalui hubungan dengan orang lain maupun melalui usaha dalam menemukan makna hidup. Oleh karena itu, cinta dan kesadaran menjadi bagian penting dalam kehidupan eksistensial manusia.

Setiap situasi kehidupan selalu menghadirkan tantangan dan permasalahan yang harus dihadapi oleh manusia. (V. E. Frankl, 2017) menegaskan bahwa manusia tidak semata-mata bertanya tentang makna hidupnya, melainkan menyadari bahwa kehidupannyalah yang “bertanya” kepadanya. Oleh karena itu, jawaban manusia terhadap kehidupan hanya dapat diwujudkan melalui sikap bertanggung jawab dalam menjalani hidupnya.

Menurut V. E. Frankl, (2017) penderitaan tidak selalu dipandang

sebagai pengalaman yang harus dihindari, melainkan dapat menjadi jalan bagi seseorang untuk menemukan makna hidup. Ketika manusia berada pada situasi yang tidak dapat diubah, seperti kehilangan, penyakit, atau berbagai bentuk kemalangan, ia masih memiliki kesempatan untuk mengubah sikap terhadap keadaan tersebut. Oleh karena itu, makna penderitaan terletak pada kemampuan individu menerima kenyataan serta menjadikan pengalaman pahit sebagai sarana pertumbuhan diri.

Kehampaan eksistensial sering kali tampak dalam bentuk rasa bosan yang dialami oleh individu dalam kehidupannya (V. E. Frankl, 2017). Kondisi ini menunjukkan adanya kekosongan batin ketika seseorang kehilangan arah, tujuan, atau makna dalam menjalani aktivitas sehari-hari. Dalam keadaan tersebut, individu merasa hidupnya tidak memiliki nilai yang memberikan kepuasan atau keterlibatan emosional yang mendalam.

B. Metode Penelitian

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kualitatif karena data

yang dihasilkan berupa data deskriptif dalam bentuk kata-kata, kalimat, maupun kutipan, bukan berupa angka-angka. Menurut (Endaswara, 2011) ciri utama dari penelitian kualitatif yakni, peneliti menjadi instrumen kunci yang akan membaca secara rinci sebuah karya sastra.

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah jenis penelitian deskriptif. (Abdussamad, 2021) mengungkapkan penelitian kualitatif bersifat deskriptif, yang berfokus pada penggambaran makna dari data yang diamati oleh peneliti. Alasan peneliti menggunakan jenis penelitian deskriptif karena peneliti ingin mendiskripsikan serta menjelaskan logoterapi yakni eksistensial yang dialami tokoh utama dalam novel *Semesta Anasera* karya Hindhiastinaaa.

Sebagaimana yang telah diuraikan pada pendekatan penelitian, dalam penelitian kualitatif yang menjadi instrumen penelitiannya ialah peneliti itu sendiri. Adapun peran peneliti dalam penelitian ini ialah merencanakan penelitian, mengumpulkan data, menganalisis data, serta menyajikan hasil penelitian.

Data dalam penelitian ini merupakan data deskriptif kualitatif. Data deskriptif kualitatif bukan berupa angka-angka melainkan berupa kutipan dan kalimat. Informasi data penelitian ini bersumber dari kutipan dialog dan kalimat yang terdapat dalam novel *Semesta Anasera* karya Hindhiastinaaaa.

Abrar, (2024) menyatakan teknik pengumpulan data dapat diartikan sebagai proses dalam penelitian yang dilakukan oleh peneliti dengan menggunakan cara ilmiah untuk mengumpulkan data secara sistematis yang berkaitan dengan permasalahan penelitian. Dalam proses pengumpulan data, peneliti perlu memilih teknik yang tepat agar data yang diperoleh dapat digunakan untuk menjawab rumusan masalah penelitian. Teknik pengumpulan data yang digunakan peneliti ialah teknik baca, dan teknik catat.

Setelah peneliti memperoleh data, langkah selanjutnya ialah menganalisis data tersebut. Proses analisis data merupakan tahapan penting untuk memperoleh jawaban dari permasalahan yang terdapat dalam data penelitian tersebut. Teknik analisis data dalam penelitian ini dilakukan secara deskriptif kualitatif

dengan menggunakan teori psikologi eksistensial Viktor E. Frankl.

C.Hasil Penelitian dan Pembahasan

Hasil penelitian disajikan berdasarkan data yang telah diperoleh melalui teknik analisis data. Peneliti menggunakan teori (V. E. Frankl, 2017) yang membagi logoterapi secara ringkas di antaranya 1) makna kehidupan, 2) makna penderitaan, dan 3) kehampaan eksistensial. Logoterapi tersebut dapat dilihat sebagai berikut.

V. E. Frankl (2017) menjelaskan bahwa makna kehidupan tidak bersifat umum, melainkan bersifat unik dan spesifik bagi setiap individu sesuai dengan situasi yang dihadapi. Frankl menjelaskan bahwa setiap manusia memiliki tugas dan kesempatan yang berbeda dalam menjalani kehidupannya sehingga makna hidup tidak dapat disamakan antara satu individu dengan individu lainnya. Oleh karena itu, makna kehidupan diperoleh melalui cara individu memberikan nilai terhadap pengalaman hidup, hubungan dengan orang lain, serta tanggung jawab yang dipilih dalam menjalani kehidupannya.

Pendapat tersebut juga sejalan dengan Purnama (2021), yang

mengatakan tidak ada makna hidup yang bersifat universal dan berlaku bagi semua orang. Makna hidup bersifat tunggal dan situasional sehingga setiap individu memiliki tugas untuk mewujudkan makna hidupnya sendiri sesuai dengan keadaan yang dihadapi. Pandangan tersebut sejalan dengan perjalanan hidup Sera yang menemukan makna melalui pengalaman dan situasi yang berbeda-beda. Makna yang ditemukan Sera tidak berasal dari orang lain, melainkan dari proses menerima kehilangan, mempertahankan hubungan dengan orang-orang yang dicintainya, serta menjalani kehidupan sesuai dengan kondisi yang dialaminya.

Berdasarkan hasil penelitian, makna kehidupan pada tokoh Sera ditemukan melalui dua aspek, yaitu makna hidup yang spesifik dan bertanggung jawab terhadap hidup. Kedua aspek tersebut menunjukkan perkembangan psikologis Sera dari seorang anak yang dipenuhi rasa kehilangan menjadi pribadi yang mampu menemukan nilai kehidupan di balik berbagai pengalaman yang dialaminya. Kebermaknaan hidup tersebut tampak melalui hubungan Sera dengan ayah, ibu, dan kakaknya,

aktivitas melukis sebagai bentuk ekspresi diri, rasa syukur terhadap kehidupan yang dimilikinya, serta kesediaannya untuk tetap memikirkan kebahagiaan orang-orang yang dicintainya. Dengan demikian, makna kehidupan yang ditemukan Sera tidak hanya berpusat pada dirinya sendiri, tetapi juga diwujudkan melalui hubungan interpersonal dan tanggung jawab terhadap orang lain.

Berikut merupakan data yang mengandung makna kehidupan dalam diri Sera setelah mengalami kehilangan ibunya. Pada bagian ini, Sera mulai menyadari bahwa meskipun keluarganya sama-sama terluka, mereka masih memiliki satu sama lain sebagai sumber kekuatan untuk bertahan. Kutipan tersebut berbunyi, "*Tapi Sera tahu, mereka sama-sama terluka. Dan meskipun kehilangan peran paling penting dalam hidup mereka telah merenggut sesuatu dari diri masing-masing. Setidaknya, mereka masih memiliki satu sama lain. Mereka bertahan bersama dalam diam.*"

Menurut V. E. Frankl (2017), makna hidup tetap dapat ditemukan ketika individu dihadapkan pada penderitaan yang tidak dapat dihindari. Penderitaan tidak selalu

menjadi sumber keputusan, tetapi dapat menjadi kesempatan bagi seseorang untuk menunjukkan kualitas dirinya melalui sikap yang dipilih dalam menghadapi keadaan tersebut. Frankl menjelaskan bahwa ketika suatu keadaan tidak lagi dapat diubah, maka manusia ditantang untuk mengubah dirinya sendiri melalui cara memandang dan menyikapi penderitaan yang dialaminya. Dengan demikian, penderitaan dapat menjadi sumber kebermaknaan apabila individu mampu menemukan nilai di balik pengalaman tersebut.

Data berikut menunjukkan puncak proses pemaknaan penderitaan yang dialami Sera. Pada tahap ini, Sera tidak lagi memandang penderitaan sebagai sesuatu yang harus disesali, melainkan sebagai pengalaman yang membantunya memahami kasih sayang ibunya sekaligus menjadi sumber kekuatan dalam menjalani kehidupan. Penderitaan yang sebelumnya terasa berat telah berubah menjadi motivasi bagi Sera untuk menjadi pribadi yang lebih kuat. Kutipan tersebut berbunyi, *"Ayah, Sera lega karena ternyata, Sera dan Ibu terikat sedekat itu sampai kita merasakan sakit yang*

sama. Sesayang itu ya Ibu sama Sera? Ibu pasti mau Sera menjadi sekuat Ibu kan, Yah? Ayah, Sera ingin menjadi orang sekuat Ibu."

Berdasarkan hasil penelitian, makna penderitaan pada tokoh Sera ditunjukkan melalui kemampuannya menerima berbagai pengalaman hidup yang menyakitkan sebagai bagian dari proses kehidupan. Penderitaan yang dialami Sera, seperti kehilangan sosok ibu, keterbatasan kasih sayang dari ayah, hingga penyakit yang dideritanya, tidak hanya dipandang sebagai pengalaman yang menimbulkan kesedihan, tetapi juga menjadi sarana bagi Sera untuk memperoleh pemahaman baru mengenai kehidupan. Melalui pengalaman tersebut, Sera belajar menghargai kasih sayang keluarganya, menerima kenyataan yang tidak dapat diubah, serta memandang penderitaannya sebagai bagian dari rencana Tuhan yang harus dijalani dengan tabah.

Selanjutnya, V. E. Frankl (2017), menjelaskan bahwa kehampaan eksistensial muncul ketika individu mengalami hambatan dalam menemukan makna hidup sehingga muncul kebosanan dan frustrasi eksistensial. Hasil penelitian

menunjukkan bahwa kedua aspek tersebut juga dialami oleh Sera sebagai akibat dari berbagai pengalaman kehilangan yang membentuk perjalanan hidupnya. Namun, keadaan tersebut tidak berlangsung secara permanen. Seiring perkembangan cerita, Sera mulai menerima kenyataan yang tidak dapat diubah, memaknai penderitaan yang dialaminya, hingga akhirnya menemukan kebermaknaan hidup. Dengan demikian, perjalanan psikologis Sera memperlihatkan bahwa kehampaan eksistensial menjadi tahap awal sebelum ia mencapai kehidupan yang lebih bermakna sebagaimana dijelaskan dalam logoterapi Viktor Frankl.

Pendapat tersebut sejalan dengan Purnama (2021), yang menyatakan bahwa kekhawatiran dan keputusan terhadap arti kehidupan merupakan bentuk tekanan eksistensial, bukan penyakit mental. Kondisi tersebut muncul ketika individu belum berhasil menemukan makna hidup sehingga mengalami frustrasi eksistensial. Pada tokoh Sera, tekanan eksistensial tampak melalui perasaan kehilangan arah, kehampaan, dan kebingungan dalam menjalani hidup setelah berbagai

peristiwa yang dialaminya. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa kehampaan yang dialami Sera bukan merupakan gangguan psikologis, melainkan bagian dari proses pencarian makna hidup yang kemudian mendorongnya untuk menemukan tujuan hidup yang lebih bermakna.

Data berikut memperlihatkan awal munculnya kehampaan eksistensial dalam diri Sera setelah kehilangan kehadiran ayahnya. Pada tahap ini, Sera mulai mengalami kebingungan, kegelisahan, dan perasaan kosong yang memengaruhi aktivitas sehari-harinya. Kondisi tersebut menjadi titik awal munculnya konflik batin yang kemudian berkembang sepanjang perjalanan hidup tokoh. Kutipan tersebut berbunyi, "*Selama di sekolah, ia lebih banyak melamun. Pikirannya melayang entah ke mana, ia hanya tak percaya dengan ucapan ayahnya pagi tadi. Saat pulang ke rumah, ia berharap punya kesempatan untuk bicara dengan sang ayah. Sayangnya, yang ia temui justru kehampaan. Sang ayah tak ada di rumahnya, begitu pun mobil dinas yang kemarin terparkir, kini sudah tak ada di garasi.*"

D. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa tokoh utama dalam novel *Semesta Anasera* karya Hindhiastinaaaa mengalami tiga komponen logoterapi Viktor E. Frankl, yaitu makna kehidupan, makna penderitaan, dan kehampaan eksistensial. Makna kehidupan ditunjukkan melalui kemampuan tokoh menemukan makna hidup yang spesifik serta bertanggung jawab terhadap kehidupannya. Makna penderitaan ditunjukkan melalui perubahan sikap tokoh terhadap penderitaan dan kemampuannya menemukan makna di balik berbagai pengalaman kehilangan yang dialaminya. Kehampaan eksistensial ditunjukkan melalui kebosanan dan frustrasi eksistensial yang dialami tokoh sebelum akhirnya menemukan kebermaknaan hidup.

Penelitian ini menunjukkan bahwa perjalanan hidup tokoh Sera menggambarkan proses pencarian makna kehidupan melalui berbagai pengalaman kehilangan, kesedihan, dan penderitaan. Pengalaman tersebut memengaruhi kondisi psikologis tokoh hingga mengalami kehampaan eksistensial, namun pada

akhirnya mampu menerima penderitaan sebagai bagian dari kehidupan dan menemukan makna hidupnya. Fenomena tersebut relevan dengan kehidupan manusia saat ini karena setiap individu berpotensi mengalami kehilangan, kesedihan, maupun konflik batin, sehingga diperlukan kemampuan untuk memaknai setiap pengalaman hidup agar dapat menjalani kehidupan yang lebih bermakna.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdussamad, Z. (2021). *Metode Penelitian Kualitatif* (P. Rapanna (ed.); 1st ed.). Syakir Media Press.
- Abrar, M. (2024). *Teknik Pengumpulan Data Penelitian Kualitatif Suatu Pengantar* (Pertama). Unja Publisher.
- Endaswara, S. (2011). *Metodologi Penelitian Sastra Epistemologi, Model, Teori, dan Aplikasi* (1st ed.). Center for Academic Publishing Service.
- Frankl, V. (2020). *The Will To Meaning*. Noura Books.
- Frankl, V. E. (2017). *Man's Search For Meaning* (1st ed.). Noura Books.
- Nurgiyantoro, B. (2018). *Teori Pengkajian Fiksi*. UGM PRESS.
- Purnama, D. (2021). *Pembaruan LOGOTERAPI Viktor Frankl Pembaruan Makna Hidup Melalui Interpretasi Hermeneutika Naratif Restoratif* (U. Prastya (ed.)). Anggota IKAPI.

Walfajri, N. A. (2024). Pengantar Psikologi Sastra. CV. Literasi Nusantara Abadi.

Yulianto, A., Sunahrowi, Ningrum, M. R., Aeni, Y., Hapsari, L. T., Cresentia, A. G., Wening, T. P., Fitri, S., Hawa, I. B., & Safitri, L. N. (2022). Seri Psikologi Sastra Dari Sigmund Freud, Alfred Adler, B.F. Skinner Sampai Rollo May (A. Yulianto & Sunahwori (eds.)). Cipta Prima Nusantara.

Artikel in Press :

Lyznicki, J. M., Young, D. C., Riggs, J. A., Davis, R. M., & Dickinson, B. D. (2001). Obesity: Assessment and management in primary care. *American Family Physician*, 63(11), 2185-2196.