

STUDI KASUS PESERTA DIDIK KORBAN BULLYING PADA SEKOLAH MENENGAH PERTAMA SAAT PEMBELAJARAN PJOK**Rizky Hidayat¹, Syukur Damai Zebua², Badia Manalu³***Correspondence:* ¹Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Medan, Medan, Indonesia

Email: rizkyhidayat64@mhs.unimed.ic.id

ABSTRACT

This research aims to examine the influence of bullying on junior high school students during PJOK lessons at Kalam Kudus Middle School or aimed at existing students. This research uses a qualitative approach with a literature study method to find out the problems that will be studied in detail. The subjects of this research were students at Kalam Kudus Middle School. This research was conducted at Kalam Kudus Middle School. Research data was obtained using interview and observation techniques. The interview technique is a data collection technique carried out face to face and direct question and answer with the PJOK teacher at Kalam Kudus Middle School. Observation is one way of collecting data by making observations during PJOK learning at Kalam Kudus Middle School. After the data was collected, the data was analyzed using descriptive analysis techniques. A common factor in the occurrence of bullying at Pertam Kalam Kudus Middle School during PJOK learning occurs due to the lack of movement activities carried out by children so that the child has a body weight that is not ideal, so that the child gets the nickname "fat" by his friends.

Keywords: *bullying, pjok, weight***ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji mengenai pengaruh bullying terhadap siswa sekolah menengah pertama pada saat Pelajaran PJOK di Sekolah SMP Kalam Kudus atau ditujukan kepada para pelajar yang ada. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi literatur untuk mengetahui permasalahan yang akan diteliti secara terperinci. Subjek penelitian ini adalah pelajar SMP Kalam Kudus. Penelitian ini dilakukan di sekolah SMP Kalam Kudus. Data penelitian diperoleh dengan menggunakan teknik wawancara dan observasi. Teknik wawancara adalah teknik pengumpulan data yang dilakukan melalui tatap muka dan tanya jawab langsung dengan guru PJOK SMP Kalam Kudus, observasi adalah salah satu pengumpulan data dengan cara melakukan pengamatan pada saat pembelajaran PJOK di sekolah SMP Kalam Kudus. Setelah data terkumpul, data dianalisis menggunakan teknik analisis deskriptif. Faktor umum terjadinya bullying di Sekolah Menengah Pertama Kalam Kudus pada saat pembelajaran PJOK terjadi karena faktor kurangnya aktifitas gerak yang dilakukan anak sehingga anak tersebut memiliki berat badan yang tidak ideal, sehingga anak tersebut mendapatkan julukan “gendut” oleh teman-temannya.

Kata Kunci: *Bullying, PJOK, Berat badan.***PENDAHULUAN**

Setiap individu akan melakukan interaksi dengan satu sama lain, terutama dalam keluarga, setiap anak mulai dari kecil hingga menuju remaja dan sampai dewasa setiap individu berhak mendapatkan kasih sayang, fasilitas, dan perlakuan serta mengajarkan nilai-nilai positif

yag ada sebagai tanda makhluk sosial. Semakin bertumbuh dewasa sosialisasi interaksi bertambah luas. Hal ini dapat menyebabkan sebagian remaja meninggalkan nilai moral yang telah diajarkan. Berdasarkan fakta tersebut timbul suatu sisi pemikiran remaja yang lebih berkembang dan ada juga yang terhambat sehingga menimbulkan perilaku saling membedakan antara anak yang satu dengan yang lainnya dengan memandang fisik, ras, suku, maupun agama serta latar belakang perekonomian keluarga yang berbeda. Pada kenyataannya banyak siswa di sekolah yang mendapatkan perlakuan berbeda. Dimulai dari perbuatan tersebut akibatnya para remaja dan pelajar yang menunjukkan perilaku beresiko salah satunya adalah Bullying..

Adapun faktor yang berperan dalam hal ini adalah pribadi anak itu sendiri, keluarga lingkungan, dan semua turut mengambil peran. Adapun factor penyebab terjadinya bullying : 1. Bullying secara fisik, yaitu yang berupa tindakan kontak fisik antara pelaku dan korban secara langsung maupun tidak langsung. Menurut penelitian terdahulu bullying fisik merupakan bullying yang dilakukan dengan menggunakan kekerasan bagian tubuh korban, seperti menampar, menendang, memukul, mendorong, dan merusak barang korban. 2. Bullying secara verbal, yaitu bullying yang dilakukan dengan mengejek atau melontarkan kata-kata yang membuat seseorang akab merasa kehilangan kepercayaan diri pada korban. Contoh Tindakan bullying secara verbal ini seperti nama julukan yang kurang pantas, memaki hingga pengancaman dari seseorang atau kelompok pada seseorang yang lebih lemah. 3. Cyberbullying, yaitu bullying yang dilakukan melalui media sosial. Seperti memberikan komentar kasar atau kata-kata mengancam yang ditulis melalui jejaring sosial. Rifauddin menyebutkan bahwa cyberbullying merupakan bentuk ancaman yang dilakukan untuk melecehkan atau menyakiti korban dengan perangkat teknis.

Nilai ini terutama didasarkan pada nilai kelompok sebaya yang digunakan untuk menilai anggota-anggota kelompok. Salah satu permasalahan yang sering dihadapi para remaja berhubungan dengan penolakan teman sebaya adalah munculnya perilaku bullying. Menurut Komisi Nasional Perlindungan Anak mengatakan bahwa: “bullying adalah kekerasan fisik dan psikologis berjangka panjang yang dilakukan seseorang atau kelompok terhadap seseorang yang tidak mampu mempertahankan diri”. Bullying menurut Andrew Mellor (dalam Musbikin, 2012:122) mengatakan bahwa: “bullying terjadi ketika seseorang merasa teraniaya dan direndahkan oleh tindakan orang lain, baik yang berupa verbal, fisik, maupun mental dan orang tersebut takut bila perilaku tersebut akan terjadi lagi”. Sejalan dengan pendapat Coloroso (2004:178) mengatakan bahwa “bullying is verbal or physical behavior designed to disturb someone less powerful”. Artinya bullying adalah perilaku verbal atau fisik yang dirancang untuk mengganggu seseorang yang kurang kuat. Dalam penelitian ini dapat disimpulkan bahwa bullying adalah tindakan yang sengaja dilakukan oleh peserta didik atau sekelompok peserta didik untuk menyakiti peserta didik yang lain baik secara fisik atau psikis tanpa alasan yang jelas dan terjadi berulang-ulang.

Keterlaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani, kesehatan, dan olahraga memiliki peran yang cukup signifikan dalam perwujudan tujuan pendidikan dan pengembangan keterampilan berolahraga siswa (Damsir et al., 2021) dalam (Rizky Alfridyaputra et.al 2023). Pendidikan jasmani, kesehatan, dan olahraga yang sudah diajarkan di sekolah menengah pertama maupun menengah atas memiliki peran penting dalam kehidupan sehari-hari peserta didik, dikarenakan dalam pembelajaran pendidikan jasmani diberikan pengalaman yang terjun langsung dan terlibat dalam aktivitas jasmani maupun olahraga tersebut. Pengalaman belajar tersebut diharapkan peserta didik dalam pertumbuhan fisik dan psikis dapat meningkat, serta membentuk pola hidup yang sehat dan bugar.

Pendidikan jasman olahraga dan Kesehatan sangat berperan penting dalam mengatasi bullying. Salah satu penyebab terjadinya bullying adalah karena kurangnya aktifitas gerak anak sehingga membuat anak memiliki badan yang tidak ideal (gemuk) sehingga membuat anak

tersebut menjadi bahan bully bagi pelaku bullying. Ketika individu mengalami obesitas, maka individu tersebut memiliki kemungkinan untuk mengalami gangguan pada kesehatan dan rentan terhadap beberapa permasalahan psikologis dan sosial. Menurut Prager dalam (Cicilia Ajeng Yunisca & Dhevy Setya Wibawa, 2019), gangguan kesehatan yang mungkin akan dialami oleh individu yang mengalami obesitas antara lain adalah diabetes, asthma, dan osteoarthritis. McClanahan, Huff, & Omar (2009) dalam (Cicilia Ajeng Yunisca & Dhevy Setya Wibawa, 2019) menyatakan bahwa permasalahan psikologis dan sosial yang mungkin dialami oleh individu dengan obesitas antara lain adalah depresi, self-esteem yang rendah, gambaran diri yang negatif, mendapatkan stigma yang buruk dari lingkungan, dan memiliki risiko lebih besar untuk mengalami bullying. Berkaitan penelitian ini dampak yang muncul dari pelaku, korban serta yang menyaksikan tindakan bullying dominan ke perilaku yang negatif. Guru PJOK memberi sesuatu aktivitas untuk menghindari dan mengatasi persoalan - persoalan di dalam kehidupan sebenarnya.

Melihat kejadian tersebut, dalam penelitian ini bertujuan untuk mengkaji mengenai pengaruh bullying terhadap siswa sekolah menengah pertama pada saat Pelajaran PJOK di Sekolah SMP Kalam Kudus atau ditujukan kepada para pelajar yang ada. Korban Bullying akan merasa sakit, menghindari sekolah, mempengaruhi nilai prestasi akademik, rasa takut, cemas dan panik secara berlebihan, serta timbulnya keinginan untuk bunuh diri. Pada saat penelitian di sekolah SMP Kalam Kudus, peneliti mendapatkan permasalahan mengenai bullying terhadap anak yang memiliki badan yang tidak ideal (gemuk) pada saat pembelajaran PJOK berlangsung. Sehingga peneliti tertarik meneliti kasus bullying di Sekolah Menengah Pertama Kalam Kudus pada saat pembelajaran PJOK. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bahaya bullying dan solusi mengatasi bullying sehingga tidak ada lagi bullying terjadi di tingkat sekolah.

Metode

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi literatur untuk mengetahui permasalahan yang akan diteliti secara terperinci. Subjek penelitian ini adalah pelajar SMP Kalam Kudus. Penelitian ini dilakukan di sekolah SMP Kalam Kudus. Data penelitian diperoleh dengan menggunakan teknik wawancara dan observasi. Teknik wawancara adalah teknik pengumpulan data yang dilakukan melalui tatap muka dan tanya jawab langsung dengan guru PJOK SMP Kalam Kudus, observasi adalah salah satu pengumpulan data dengan cara melakukan pengamatan pada saat pembelajaran PJOK di sekolah SMP Kalam Kudus. Setelah data terkumpul, data dianalisis menggunakan teknik analisis deskriptif.

Pembahasan

Bullying merupakan suatu tindakan atau perlakuan yang ditujukan dalam bentuk fisik, verbal, hingga emosional psikologis dari seseorang atau kelompok yang merasa dirinya lebih unggul terhadap seseorang yang lebih lemah fisik serta mentalnya yang bertujuan untuk memberikan perlawanan agar korban yang dituju menderita secara fisik hingga ke sistem psikologisnya. Bullying merupakan perilaku agresif atau manipulatif yang dilakukan dengan sengaja oleh seseorang atau kelompok orang yang merasa kuat dengan tujuan menyakiti atau merugikan seseorang atau kelompok (Trevi, 2010) dalam (Annisya Diannita et al, 2023).

Adapun bullying yang sering terjadi di tingkat sekolah yaitu : 1. Bullying secara fisik, yaitu yang berupa tindakan kontak fisik antara pelaku dan korban secara langsung maupun tidak langsung. Menurut penelitian terdahulu bullying fisik merupakan bullying yang dilakukan dengan menggunakan kekerasan bagian tubuh korban, seperti menampar, menendang, memukul, mendorong, dan merusak barang korban. 2. Bullying secara verbal, yaitu bullying yang dilakukan dengan mengejek atau melontarkan kata-kata yang membuat seseorang akab merasa kehilangan kepercayaan diri pada korban. Contoh Tindakan bullying secara verbal ini seperti nama julukan yang kurang pantas, memaki hingga pengancaman dari seseorang atau

kelompok pada seseorang yang lebih lemah. 3. Cyberbullying, yaitu bullying yang dilakukan melalui media sosial. Seperti memberikan komentar kasar atau kata-kata mengancam yang ditulis melalui jejaring sosial. Rifauddin menyebutkan bahwa cyberbullying merupakan bentuk ancaman yang dilakukan untuk melecehkan atau menyakiti korban dengan perangkat teknis.

Dari 3 jenis bullying yang sering terjadi di sekolah diatas, peneliti mengambil kesimpulan bahwa bullying yang terjadi pada saat pembelajaran PJOK di Sekolah Menengah Pertama Kalam Kudus merupakan jenis bullying verbal. Anak yang bernama Petra Purba, berat badan 60 Kg, tinggi badan 135 cm dan berusia 13 tahun sering dibullying oleh teman-temannya dikarenakan memiliki badan yang gemuk. Pada saat Pelajaran PJOK berlangsung, guru memberi materi Atletik yaitu lari estafet. Guru mengelompokkan anak-anak menjadi 5 kelompok. Setelah dilaksanakan kelompok yang bersama dengan Petra Purba kalah karena pada saat pelari terakhir atau Petra Purba tidak mampu lari dengan cepat untuk melabui kelompok yang lain sehingga teman-teman kelompok Petra Purba menyalahkan Petra Purba dengan sebutan “gendut” sehingga Petra Purba merasa bersalah dan sedih karena perilaku teman-temannya.

Hasil wawancara yang peneliti lakukan bersama guru PJOK SMP Kalam Kudus, guru tersebut mengatakan bahwa Petra Purba ini memang memiliki kepribadian yang pendiam pada saat pembelajaran PJOK, berat badan yang tidak ideal ini menyebabkan anak tersebut sulit melakukan aktivitas gerak dan jika guru memerintahkan untuk melakukan aktivitas gerak Petra Purba juga sering menolak dengan alasan dia tidak mampu.

Berdasarkan penelitian di atas dapat disimpulkan faktor umum terjadinya bullying di Sekolah Menengah Pertama Kalam Kudus pada saat pembelajaran PJOK terjadi karena faktor kurangnya aktifitas gerak yang dilakukan anak sehingga anak tersebut memiliki berat badan yang tidak ideal, sehingga anak tersebut mendapatkan julukan “gendut” oleh teman-temannya. Hal ini tentu saja membuat Petra Purba sebagai korban bullying menjadi tidak percaya diri dalam bergaul dengan teman-temannya.

Dari permasalahan tersebut diperlukan cara untuk mengatasi tindakan bullying terutama pada pelajar. Hal ini bisa dilakukan dengan cara memberikan penyuluhan terutama pada kalangan pelajar tentang pentingnya aktifitas gerak (olahraga). Memberi kesempatan untuk anak menjadi seorang pemimpin ketika pembelajaran PJOK contohnya memberi kesempatan anak untuk memimpin kelas atau memimpin warming up ketika sebelum memulai aktifitas pembelajaran PJOK. Tujuannya agar anak tersebut dapat meningkatkan kepercayaan diri. Tentu saja guru PJOK harus berperan besar dalam menangani aktivitas gerak anak agar tidak ada lagi anak yang memiliki berat badan yang tidak ideal sehingga tindakan bullying di sekolah SMP Kalam Kudus atau sekolah lainnya tidak terjadi lagi.

Kesimpulan

Perilaku bullying yang terjadi di SMP Kalam Kudus masih sering terjadi sesuai dengan aspek yang telah diamati. Adapun perilaku bullying yang terjadi yaitu seperti perilaku bullying verbal, bullying fisik dan bullying Cyberbullying. Dampak bullying terhadap anak akan menjadi tidak percaya diri dalam bergaul dengan teman-temannya baik dalam kelas maupun diluar kelas. khawatir dengan lingkungan sekitar, trauma untuk berteman kembali, malu dengan berbicara pelan dan menghindari kontak mata, serta malu untuk berfoto atau berekspresi di media sosialnya dan marah jika sudah tidak bisa menerima perlakuan buruk terus menerus.

Daftar Pustaka

Alfridyaputra, R., Amiq, F., & Yudasmara, D. S. (2023). *Keterlaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani tingkat Sekolah Menengah Pertama : Studi Perbandingan antara Kabupaten dan Kota Malang. Jurnal Olahraga Pendidikan Indonesia (JOPI)*, 38-55.

- Febriana, A., & Hariyadi, S. (2023). *Dampak Bullying Terhadap Perkembangan Kemampuan Sosial Siswa. Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 101-112.
- Manurung, F. A., Hapni, E., Fitri, N., & Fitriani, W. (2023). *Bullying dan Peran Bimbingan Konseing di Lingkungan Sekolah SMP. Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 322-330.
- Noviasty, R., Susanti, R., & Sari, I. W. (2017). *Karakteristik Nutrisi Korba dan Pelaku Bullying Pada anak Usia Sekolah Dasar. Public Health Science Journal*, 128-137.
- Novitasari, S., Ferasinta, & Padila. (2023). *Faktor Media Terhadap Kejadian Bullying Pada Anak Usia Sekolah. Jurnal Kesmas Asclepius*, 1-7.
- Sagala, N. E., & Br Perangin-angin, M. A. (2023). *Gambaran Umum Pengalaman Bullying Pada Remaja SMA. Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 721-734.
- Tri Sanjaya, I. A., Astra, I. B., & Sucita Dartini, N. D. (2023). *Pengembangan Video Permainan Tematik Tema Diriku Subtema Aku Merawat Tubuhku. Jurnal Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan*, 98-107.
- Yunisca, C. A., & Wibawa, D. S. (2019). *Proses Resiliensi Remaja Akhir Perempuan Yang Pernah Mengalami Bullying Verbal Karena Obesitas. Jurnal Ilmiah Psikologi MANASA*, 1-22.