

## PERSEPSI GURU PENJAS SEKOLAH DASAR TERHADAP ANAK GEMUK DI KECAMATAN SEMARANG TENGAH

**Metta Christiana**

Dosen Olahraga Fakultas Ekonomi, Universitas Semarang

**Andi Nurcahyo**

Dosen Olahraga Fakultas Teknik, Universitas Semarang

### **Abstract**

*The purpose of this study was to find out how the perceptions of primary school teachers in Central Semarang District were. This type of research is qualitative with a phenomenological approach. Data was collected by in-depth interview and observation methods. Research subjects were 8 people consisting of 3 health teachers, 3 regular teachers, 1 vice principal and 1 principal. Data were analyzed by means of content analysis. The results showed that the perceptions of the primary school teachers in Central Semarang Subdistrict showed concern about the condition of obese children while doing material in sports lessons, but the teacher also felt very happy and excited about the fat child. The feeling of excitement and excitement is still quite large so that the feeling of worry is not too big. The teacher is still considering the child's obesity is not a problem if the fat child can still do sports / movement material well not inferior to other children. The teacher also does not have great hopes / desires / motivations so that the fat child is less fat and becomes normal again. Perceptions like this will make the teacher's action not too strict / not too strong in overcoming child obesity problems.*

**Keywords:** perception, physical education teacher, obesity elementary school children

## 1. PENDAHULUAN

Secara umum, obesitas disebabkan oleh tiga faktor, yakni faktor perilaku, lingkungan, dan genetik. Faktor genetik sebenarnya menyumbang 10-30% sementara faktor perilaku dan lingkungan dapat mencapai 70%. Lingkungan keluarga merupakan aspek yang utama dalam mempengaruhi perkembangan anak. Sedangkan beberapa penelitian telah menemukan bahwa sebagian orangtua mempunyai persepsi yang kurang benar mengenai kegemukan anak. Selain faktor lingkungan keluarga, lingkungan sekolah juga berpengaruh dalam perkembangan anak. Sekolah mempunyai peranan dalam mengembangkan potensi pengetahuan dan keterampilan yang dimiliki anak, menciptakan budi pekerti yang luhur, membangun solidaritas terhadap sesama yang tinggi, serta mengembangkan keimanan dan ketakwaan anak agar menjadi manusia yang beragama dan beramal kebajikan.

Guru adalah orang-orang yang sudah dididik dan dipersiapkan secara khusus dalam bidang pendidikan. Mereka menguasai sejumlah pengetahuan dan keterampilan yang bisa menjadi stimulus bagi perkembangan anak-anak lengkap dengan penguasaan metodologi pembelajarannya. Dalam konteks perkembangan anak, hal tersebut merupakan salah satu sisi keunggulan guru dari pada orang-orang dewasa lain pada umumnya. Karenanya lazimnya pengalaman interaksi pendidikan dengan guru di sekolah akan lebih bermakna bagi anak dari pada pengalaman interaksi dengan sembarang orang dewasa lainnya. Terkait masalah kegemukan anak, guru pendidikan jasmani tentunya sangat dibutuhkan untuk dapat berperan memberikan edukasi, penanaman sikap dan perilaku kesehatan yang benar. Menurut Agus Suryobroto (2005:8-9), secara khusus tugas guru pendidikan jasmani secara nyata sangat kompleks antara lain:

sebagai pengajar, sebagai pendidik, sebagai pelatih, dan sebagai pembimbing. Guru pendidikan jasmani memiliki tugas yang kompleks selain tugas mengajar pada jam pelajaran intrakurikuler, guru pendidikan jasmani juga berwenang mengajar atau melatih pada jam ekstrakurikuler khususnya yang berhubungan dengan olahraga. Agar tugas guru penjas tersebut dapat efektif dan maksimal dalam penanganan masalah kegemukan anak, maka diperlukan sebuah cara pandang atau persepsi guru penjas yang kuat tentang permasalahan kegemukan anak tersebut. Karena persepsi dapat mempengaruhi tingkah laku seseorang terhadap suatu objek dan situasi lingkungannya. Dengan kata lain, tingkah laku seseorang terhadap suatu objek dipengaruhi oleh persepsinya. "Persepsi adalah kesan seseorang terhadap objek persepsi tertentu yang dipengaruhi faktor internal, yakni perilaku yang berada di bawah kendali pribadi dan faktor eksternal, yakni perilaku yang dipengaruhi oleh situasi di luarnya." (Depdiknas, 2003). Dengan demikian persepsi guru penjas penting untuk bagaimana dia (guru penjas) bersikap dalam proses pembelajarannya.

Anak merupakan sumber daya manusia yang sangat potensial bagi pembangunan bangsa, untuk itu mereka harus mendapat pendidikan yang baik di sekolah. Pendidikan kesehatan bagi anak merupakan salah satu hal penting yang harus dilakukan oleh guru penjas. Sedangkan kekuatan sikap dan perilaku guru penjas itu ditentukan oleh persepsinya tentang kegemukan anak. Maka dari itu penulis ingin meneliti bagaimana persepsi guru penjas sekolah dasar terhadap kegemukan anak di kecamatan Semarang Tengah.

### **Pengertian persepsi**

Menurut kamus Oxford Learner's Dictionaries, *perception adalah the way you notice things, especially*

*with the senses*. Berarti terbentuknya persepsi dimulai dengan pengamatan yang melalui proses hubungan melihat, mendengar, menyentuh, merasakan, dan menerima sesuatu hal yang kemudian seseorang menseleksi, mengorganisasi, dan menginterpretasikan informasi yang diterimanya menjadi suatu gambaran yang berarti. Menurut Philip Kotler (Manajemen Pemasaran, 1995, hal 219), persepsi adalah proses bagaimana seseorang menyeleksi, mengatur, dan menginterpretasikan masukan-masukan informasi untuk menciptakan gambaran keseluruhan yang berarti. Persepsi dapat diartikan sebagai suatu proses kategorisasi dan interpretasi yang bersifat selektif. Adapun faktor yang mempengaruhi persepsi seseorang adalah katakteristik orang yang dipersepsi dan faktor situasional. Terjadinya pengamatan ini dipengaruhi oleh pengalaman masa lampau dan sikap seseorang dari individu. Dan biasanya persepsi ini hanya berlaku bagi dirinya sendiri dan tidak bagi orang lain. Selain itu juga persepsi ini tidak bertahan seumur hidup dapat berubah sesuai dengan perkembangan pengalaman, perubahan kebutuhan, dan sikap dari seseorang baik laki-laki maupun perempuan.

### **Proses Terbentuknya Persepsi**

Proses pembentukan persepsi diawali dengan masuknya sumber melalui suara, penglihatan, rasa, aroma atau sentuhan manusia, diterima oleh indera manusia (*sensory receptor*) sebagai bentuk *sensation*. Sejumlah besar *sensation* yang diperoleh dari proses pertama diatas kemudian diseleksi dan diterima. Fungsi penyaringan ini dijalankan oleh faktor seperti harapan individu, motivasi, dan sikap. *Sensation* yang diperoleh dari hasil penyaringan pada tahap kedua itu merupakan input bagi tahap ketiga, tahap pengorganisasian *sensation*. Dari tahap ini akan diperoleh *sensation* yang merupakan satu kesatuan yang lebih teratur

dibandingkan dengan *sensation* yang sebelumnya. Tahap keempat merupakan tahap penginterpretasian seperti pengalaman, proses belajar, dan kepribadian. Apabila proses ini selesai dilalui, maka akan diperoleh hasil akhir berupa Persepsi.

### **Persepsi Guru Penjas terhadap Kegemukan pada Anak**

Persepsi dapat mempengaruhi tingkah laku seseorang terhadap objek dan situasi lingkungannya. Sementara tingkah laku seseorang juga dipengaruhi persepsinya terhadap sesuatu baik benda maupun peristiwa. Manusia akan selalu dipengaruhi oleh keadaan sekitarnya, tingkah laku dan cara berfikir untuk menanggapi sesuatu peristiwa yang terjadi di lingkungannya. Persepsi akan berarti jika di perlihatkan dalam bentuk pernyataan, baik lisan maupun perbuatan. Meskipun demikian, terkadang apa yang dinyatakan dalam bentuk pernyataan perilaku yang terlihat belum tentu sesuai dengan persepsi yang asli. Menurut Walgito (2002:10) "Dalam kehidupan sehari-hari dapat dilihat bahwa perilaku dapat dibentuk, diperoleh, berubah melalui proses belajar." Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa perilaku seseorang dapat dibentuk dan dipelajari dengan proses belajar. Persepsi guru penjas dalam penelitian ini adalah suatu bentuk penilaian guru penjas terhadap kegemukan pada anak. Sehingga bagaimana persepsi guru penjas tersebut nantinya akan mempengaruhi tingkah lakunya dalam mendidik dan mengajar murid-muridnya.

### **Kegemukan dan Obesitas anak**

Kegemukan dan obesitas didefinisikan oleh WHO sebagai akumulasi lemak yang abnormal atau berlebihan yang berpeluang menimbulkan beberapa risiko kesehatan pada seorang individu. Dengan kata lain, obesitas adalah kondisi dimana lemak tubuh

menumpuk sehingga bisa menimbulkan efek buruk pada kesehatan. Gangguan kesehatan yang akan terjadi pada anak penderita kegemukan dan obesitas terbagi tiga, yaitu:

1. Gangguan klinis (gangguan pada tulang dan sendi, osteoarthritis, asma bronkhiale, sleep apnea, hipertensi, jantung koroner, diabetes, batu empedu, dan lain-lain).
2. Gangguan kesehatan mental (tidak percaya diri, kehilangan minat terhadap hobi atau aktivitas yang digemari, mudah marah, mudah murung, merasa tidak berguna, tidak menyukai dirinya sendiri dan lain-lain).
3. Gangguan sosial (menghindari bermain atau bergaul dengan teman-temannya, menarik diri dari lingkungannya, dan lain-lain).

Pencegahan dan penanggulangan perlu dilakukan sedini mungkin mulai dari usia muda. Dikarenakan kegemukan dan obesitas pada masa anak berisiko tinggi menjadi obesitas di masa dewasa dan berpotensi mengalami penyakit metabolik dan penyakit degenerative di kemudian hari. Dengan demikian obesitas pada anak memerlukan perhatian yang serius dan penanganan yang tepat dari pemerintah dengan melibatkan peran orang-orang terdekat dalam lingkungan hidupnya seperti orang tua dan guru di sekolah.

## **2. METODE PENELITIAN**

Jenis penelitian ini adalah kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Data dikumpulkan dengan metode wawancara mendalam dan observasi. Subjek penelitian sebanyak 3 orang terdiri dari 3 guru penjas SD di Kecamatan Semarang Tengah, guru kelas dan kepala sekolah. Data dianalisis dengan cara *content analysis*.

### 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

#### 5.3. Hasil Rekapitulasi Wawancara Mendalam dan Pembahasan tentang Persepsi Guru

##### Penjas SD tentang Anak Gemuk di Kecamatan Semarang Tengah.

##### I. Sumber informasi yang masuk melalui indera informan utama

Pertanyaan	Rekapitulasi A1, A2, A3	Pembahasan
1. Apakah guru penjas pernah melihat anak gemuk? Sensasi apa yang dirasakan?	<p>Semua guru penjas mengatakan pernah melihat anak gemuk, sensasi yang muncul lucu, gemes, geli. (A1, A2, A3)</p> <p>Satu guru sangat sedikit kekhawatiran, cenderung tidak ada rasa khawatir. (A1)</p> <p>Dua guru menyatakan ada khawatir (A2, A3)</p>	<p>Semua guru penjas (3 orang) mengatakan pernah melihat anak gemuk dan sensasi yang muncul juga sama, lucu, gemes, geli. Hanya 1 guru yang tidak merasa khawatir, 2 guru merasa khawatir tapi masih hanya dalam pelajaran olahraga saja. Hal tersebut menunjukkan tingkat kekhawatiran guru penjas masih agak rendah karena tidak terungkap akan muncul resiko penyakit-penyakit yang berbahaya nantinya.</p> <p>Yang dominan terungkap perasaan lucu, gemes, geli, menyenangkan saja.</p>
2. Seberapa banyak anak gemuk yang guru penjas lihat? Sensasi apa yang dirasakan?	<p>Semua guru penjas mengatakan dalam setiap kelas pasti ada anak gemuk, bahkan ada yang bilang cukup banyak. (A1, A2, A3)</p> <p>Satu guru menyatakan merasa senang sekali karena lucu-lucu. (A1)</p> <p>Kedua guru menyatakan merasa gemes tapi khawatir (A2, A3)</p>	<p>Melalui observasi peneliti di ketiga sekolah tersebut, seharusnya ada banyak sekali anak yang overweight dan ada beberapa yang obesitas, tapi hanya 1 orang guru penjas yang mengatakan cukup banyak, 2 guru penjas lainnya mengatakan hanya beberapa dan setiap kelas pasti ada anak gemuknya. Ini berarti bisa jadi perkiraan standart tentang anak gemuk itu salah atau bisa juga informasi tersebut disimpulkan sudah cukup banyak jumlahnya.</p> <p>Sensasi yang muncul dari ketiga guru juga senang, hanya 1 guru yang merasa khawatir tentang jumlah anak gemuk tersebut.</p>
3. Pernahkan guru penjas menyentuh anak gemuk? Sensasi apa yang dirasakan?	<p>Ketiga guru penjas mengatakan pernah menyentuh anak gemuk, bahkan sering. (A1, A2, A3)</p> <p>Sensasinya senang, gemes, pengen nyewel, menyenangkan karena mereka lucu-lucu. (A1, A3)</p> <p>Senang tapi juga khawatir masalah nilai (A2)</p>	<p>Ketiga guru penjas mengatakan pernah menyentuh anak gemuk, bahkan sering. 2 guru merasa senang, gemes, pengen nyewel, menyenangkan karena menganggap mereka lucu.</p> <p>Hanya 1 guru yang menyatakan senang tapi juga khawatir.</p> <p>Hal tersebut menunjukkan bahwa</p>

<p>4. Pernahkan guru penjas melihat anak gemuk yang sedang bermasalah fisik/psikis? Seberapa sering? Sensasi apa yang dirasakan?</p>	<p>Ketiga guru penjas mengatakan pernah. Baik masalah fisik ataupun psikis, atau keduanya. (A1, A2, A3)</p> <p>Merasa harus memberikan motivasi agar anak gemuk bisa lebih baik. (A1, A3)</p> <p>Merasa kasian dan khawatir. (A2)</p>	<p>Ketiga guru penjas pernah melihat anak gemuk yang bermasalah, tapi hanya 1 orang yang merasa kasihan dan khawatir. Sedangkan 2 guru lainnya tdk muncul rasa khawatir, hanya memberi motivasi agar anak tersebut lebih baik lagi.</p>
--	---	---

## II. Sensasi yang dirasakan tersebut akan diseleksi oleh harapan, motivasi dan sikap

Pertanyaan	Rekapitulasi A1, A2, A3	Pembahasan
<p>1. Apakah guru penjas mempunyai harapan tertentu ketika/ setelah melihat anak gemuk?</p>	<p>Ketiga guru penjas ingin anak gemuk bisa tumbuh dengan normal dan lebih baik/ ada kemajuan dalam bergerak dan lebih berani dan PD, yang penting ada peningkatan meskipun belum mencapai standart. (A1, A2, A3)</p>	<p>Hal ini berarti guru penjas punya harapan yang baik agar anak ada kemajuan atau peningkatan tapi baru sebatas dalam pelajaran olahraga saja.</p>
<p>2. Apakah guru penjas mempunyai sebuah motivasi/dorongan/ keinginan tertentu setelah melihat anak gemuk?</p>	<p>Satu guru mengatakan ingin anak gemuk bisa bermain dengan anak normal, tidak ada perbedaan, bisa berbaur, memotivasi mereka agar tidak rendah diri. (A1)</p> <p>Ingin masalah tersebut segera tertangani. (A2)</p> <p>Memotivasi mereka untuk mau melakukan gerakan agar bisa bergerak lebih baik. Ingin mereka bisa mengatur menunya, kemudian banyak beraktivitas. (A3)</p>	<p>Sama seperti pembahasan tersebut di atas bahwa ketiga guru mempunyai motivasi/ keinginan yang baik agar anak-anak bisa melakukan materi olahraga dengan ada peningkatan meskipun belum mencapai standart.</p>
<p>3. Bagaimana sikap guru penjas ketika/</p>	<p>Mengharuskan anak normal berbaur dengan anak gemuk, sehingga tidak</p>	<p>Ketiganya bersikap cukup berusaha dan tegas saat pelajaran olahraga</p>

setelah melihat anak gemuk?	ada klasifikasi atau perbedaan. Memaksa dengan memotivasi anak untuk melakukan gerakan. (A1, A3))  Mendekati anak gemuk, menasehati, memotivasi, komunikasi dengan guru kelas dan orangtua. (A2)	kepada anak gemuk agar mau melakukan materi olahraga yang diajarkan,
-----------------------------	---	--

**III. Setelah sensasi tsb. diseleksi melalui harapan, motivasi dan sikap, maka sensasi tsb diterima dan terjadi pengorganisasian sensasi.**

Pertanyaan	Rekapitulasi A1, A2, A3	Pembahasan
1. Bagaimana kesimpulan sensasi yang guru penjas rasakan sekarang?	Mereka anak-anak yang baru tumbuh dan berkembang, mereka ceria, mungkin keluarganya bahagia, sensasinya ya menyenangkan. (A1)  Senang, lucu, tapi juga khawatir. (A2)  Gemes, senang, apalagi kalau anaknya lincah menyenangkan. (A3)	Ketiga guru olahraga merasa senang, gemes, lucu. Hanya satu guru yang konsisten mengatakan ada rasa khawatir.

**IV. Setelah pengorganisasian sensasi, maka masuk ke tahap penginterpretasian (Spt pengalaman, proses belajar, kepribadian)**

Pertanyaan	Rekapitulasi A1, A2, A3	Pembahasan
1. Apakah guru penjas punya pengalaman yang berkaitan dengan kegemukan anak? Ceritakan!	Ketiga guru penjas pernah punya pengalaman dengan anak gemuk. Satu guru punya pengalaman kurang baik tapi akhirnya tetap terkesan. (A1), dua guru punya pengalaman yang baik dan sangat terkesan. (A2, A3)	2 guru penjas punya pengalaman yang baik dan 1 guru punya pengalaman kurang baik, akan tetapi ketiga guru hanya menangkap baiknya saja, tidak tertangkap tidak baiknya.
2. Apa yang guru penjas pelajari dari pengalaman/ kejadian tersebut?	Anak gemuk itu suka dibimbing, diperhatikan, tidak suka diejek. (A1).  Kejadian yang pernah dialami sebagai pelajaran kedepannya agar bisa menangani lebih baik. (A2).  Mempelajari bagaimana agar anak berani dan tidak cedera, pertama teknik, urutan gerak, kalau tetap tidak berani ya mencari cara yang kreatif. (A3)	Ketiga guru mempelajari bagaimana agar anak gemuk bisa tetap melakukan materi olahraga dengan peningkatan hasil, tanpa takut dan bisa lebih percaya diri.

<p>3. Apakah perlu penanganan/ tindakan khusus untuk anak gemuk? Siapa yang perlu menangani?</p>	<p>Ketiga guru mengatakan perlu penanganan khusus tapi dalam pelajaran olahraga saja. (A1, A3)</p> <p>Satu guru mengatakan selalu berkomunikasi dengan guru kelas dan guru UKS kalau menjumpai permasalahan di lapangan. (B2)</p>	<p>Ketiga guru mengatakan perlu penanganan khusus tapi dalam pelajaran olahraga saja. Mereka hanya ingin anak-anak gemuk itu bisa melakukan materi olahraga saja.</p>
<p>4. Bagaimana persepsi guru penjas mengenai anak gemuk?</p>	<p>Merasa senang, lucu, gemes, masih wajar karena mereka masih usia anak. (A1, A3)</p> <p>Merasa lucu, gemes tapi khawatir juga. (A2)</p>	<p>2 guru penjas berpersepsi bahwa anak gemuk itu lucu, menggemaskan, menyenangkan. Mereka menganggap kondisi tersebut masih wajar karena usia pertumbuhan dan perkembangan. 1 guru penjas berpersepsi bahwa anak gemuk itu lucu, menggemaskan tapi khawatir juga.</p>

#### 4 KESIMPULAN

##### 4.1 Kesimpulan

4.1.1 Pada tahap pertama proses terbentuknya persepsi yaitu masuknya informasi melalui indera guru penjas, menunjukkan bahwa informasi yang ditangkap oleh sebagian besar guru penjas tentang anak gemuk masih memunculkan sensasi yang menyenangkan saja. (hanya 1 guru yang mengatakan ada rasa khawatir)

4.1.2 Pada tahap kedua proses terbentuknya persepsi yaitu penyelesaian sensasi tersebut melalui harapan, keinginan, motivasi dan sikap guru penjas terhadap anak gemuk, ketiga guru penjas dominan menunjukkan semua itu dalam lingkup pelajaran olahraga saja, yaitu ingin anak-anak gemuk bisa mengikuti pelajaran olahraga dengan peningkatan yang baik meski tidak bisa standart. (hanya 1 orang guru yang terlihat ada usaha sampai ke lingkup luar sekolah)

4.1.3 Pada tahap pengorganisasian sensasi, masih banyak guru penjas yang merasakan sensasi menyenangkan, lucu, menggemaskan terhadap anak gemuk tanpa ada perasaan khawatir. (hanya 1 guru yang memunculkan rasa khawatir)

4.1.4 Pada tahap penginterpretasian guru penjas (pengalaman, proses belajar, karakter) terhadap anak gemuk, menunjukkan bahwa pengalaman yang dialami guru penjas lebih banyak pengalaman yang menyenangkan, membahagiakan karena telah membuat anak gemuk jadi berani, percaya diri dan bisa melakukan kemudian anak gemuk tersebut mengingatnya sampai bertahun-tahun kemudian. Meskipun ada pengalaman yang kurang menyenangkan, tetapi akhirnya akan menjadi pengalaman yang ditangkap menyenangkan, tidak melihat dari sisi bahayanya kalau anak dalam kondisi gemuk.

Melalui pengalaman yang ditangkap ketiga guru penjas tersebut akhirnya tidak menjadikan proses

pembelajaran bahwa anak jangan sampai dalam kondisi gemuk itu bagaimana. Akhirnya mereka hanya berpikir bagaimana menangani anak yang sudah gemuk saja. Sehingga persepsi yang muncul dari guru penjas masih ada kesalahan, yaitu menganggap anak gemuk itu lucu, menggemaskan dan menyenangkan tanpa merasa ada kekhawatiran yang berarti. Anak gemuk masih dianggap wajar karena mereka masih usia pertumbuhan dan perkembangan.

#### 5. REFERENSI

##### DAFTAR PUSTAKA

1. Djamarah, Bahri. 2005. Guru dan Anak Didik dalam Interaksi Edukatif. Jakarta: Rineka Cipta.
2. Goble Frank G, 2002, *Psikologi Humanistik Abraham Maslow*. Kanisius. Yogyakarta.
3. Husdarta. 2011. Manajemen Pendidikan Jasmani. Bandung: Alfabeta.
4. Kotler, Phillip. 1995, *Marketing Management Analysis, Planning, Implementation & Control*. Prentice Hall Int
5. Lutan, Rusli. 2001. Asas-Asas Pendidikan Jasmani Pendekatan Pendidikan Gerak di Sekolah Dasar, Jakarta: Depdiknas: Dirjen Dikdasmen bekerja sama dengan Dirjen Olahraga.
6. Oxford University Press. New York. 2000., *OXFORD. Oxford Advanced Learner's Dictionary*.
7. Pengaruh Lingkungan Terhadap perkembangan Anak. [http:// blogdetik.com](http://blogdetik.com). Diakses pada tanggal 5 Desember 2011, pukul 08:25
8. Radhy, Muh. Syakir. 2011. *Perkembangan Peserta Didik*. Parepare
9. Reuters I Arba'Iyah Satriani, 7 Maret 2014, *Anak Obesitas Bisa Dipicu Perilaku Orangtua*, <http://www.tempo.co/read/news/2014/02/07/060551930>.
10. Sulaiman M Reza. 11 Februari 2014, *Orangtua Sering Tidak Sadar Anaknya Obesitas*, [health.detik.com/read/2014/02/11/190057/2493816/764/orang-tua-ternyata-sering-tidak-sadar-anaknya-obesitas](http://health.detik.com/read/2014/02/11/190057/2493816/764/orang-tua-ternyata-sering-tidak-sadar-anaknya-obesitas).
11. Wahyu Ganis Ginanjar 2009, *Obesitas pada Anak*. PT Bentang Pustaka. Yogyakarta.