Jurnal MUI : Muhammadiyah Untuk Indonesia
E-ISSN 2776-0324
https: https://jurnal.upmk.ac.id/index.php/jmui

Kondisi Psikologi Siswa: Persepsi Guru PJOK Terhadap Psikologis Yang Dihadapi Oleh Peserta Didik

Psychological Conditions of Students: The Perception of Physical Education Teachers on the Psychological Challenges Faced by Students

Lukman Abdul Aziz[1], Muhammad Bintang Saputra Wijaya[2], Herindra Bondan Saputra[3], Mega Widya Putri, M.Or[4].
Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan, Indonesia
email: lukmanpenjas@gmail.com[1], bintangsaputra140@gmail.com[2], herindrabondan@gmail.com[3], megawidyaputri@umpp.ac.id[4].

Info Artikel

Sejarah Artikel:
Diterima (bulan) (tahun)
Disetujui (bulan) (tahun)
Dipublikasikan (bulan) (tahun)

Kata Kunci:
Psikologi, peserta didik, guru, pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan

Keywords:
Psychology, students, teacher physical education, sports, and health

Abstrak

Pengabdian ini dilakukan melalui pendekatan kualitatif dengan instrumen utama wawancara. Tujuan utama dari pengabdian ini adalah untuk mengetahui sekaligus mempelajari kondisi psikologi siswa, dengan penekanan pada pengidentifikasian tanda-tanda stres dan kecemasan serta upaya yang dilakukan oleh guru Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) untuk mengawasi dan menangani masalah psikologi siswa. Hasil dalam pengabdian ini menunjukkan bahwa sebagian besar siswa mengalami kondisi psikologi yang normal; namun, beberapa siswa menunjukkan gejala stres dan kecemasan yang memerlukan pengobatan tambahan. Guru PJOK berperan sangat penting untuk mengawasi dan mendukung siswa yang membutuhkan, bekerja sama dengan wali kelas dan orang tua untuk memastikan kesejahteraan siswa secara keseluruhan. Pengabdian ini menunjukkan bahwa guru harus lebih memahami bagaimana mendukung aspek psikologis siswa di lingkungan pendidikan dan bahwa kolaborasi antar-stakeholder sangat penting untuk menangani masalah psikologis siswa secara menyeluruh.

Abstract

This service was conducted through a qualitative approach with interviews as the primary instrument. The main objective of this service was to understand and study the psychological conditions of students, with an emphasis on identifying signs of stress and anxiety and the efforts made by Physical Education, Sports, and Health (PJOK) teachers to monitor and address students' psychological issues. The results of this service showed that most students experience normal psychological

conditions; however, some students exhibited symptoms of stress and anxiety that require additional intervention. PJOK teachers play a crucial role in monitoring and supporting students in need, working closely with homeroom teachers and parents to ensure the overall well-being of students. This service highlights the need for teachers to better understand how to support students' psychological aspects in the educational environment and that collaboration among stakeholders is essential to comprehensively address students' psychological issues.

© 2019 STKIP Muhammadiyah Kuningan
Under the license CC BY-SA 4.0

✉ Alamat korespondensi:
E-mail :
No Handphone :

PENDAHULUAN

Dalam proses pendidikan, psikologi siswa merupakan komponen penting yang tidak hanya berfokus pada kemajuan akademik tetapi juga pada kesehatan emosional dan mental siswa. Siswa mengalami banyak perubahan fisik, emosional, dan sosial yang signifikan di usia remaja, yang umumnya merupakan jenjang pendidikan SMP. Perubahan ini dapat mempengaruhi kondisi psikologi mereka, serta kemampuan mereka untuk belajar dan berinteraksi dengan orang lain.

Berbagai faktor, seperti keluarga, teman sebaya, media sosial, dan lingkungan sekolah, sangat memengaruhi kesehatan mental siswa. Setiap siswa memiliki karakteristik khusus yang mempengaruhi bagaimana mereka bertindak dalam berbagai situasi. Pada umumnya, siswa SMP mulai menekankan hal-hal seperti mengidentifikasi diri, mencari jati diri, dan ingin masuk ke kelompok sosial tertentu. Mereka dapat mengalami kecemasan dan stres karena tekanan akademik, tekanan dari teman sebaya, dan masalah keluarga.

Kecemasan, depresi, gangguan perhatian, dan masalah perilaku adalah masalah psikologi yang paling umum bagi siswa SMP. Bullying, baik secara langsung maupun melalui media sosial, adalah masalah besar yang dapat membahayakan kesehatan mental siswa.

Selain itu, tingginya ekspektasi akademik dan tekanan untuk berprestasi dapat menyebabkan stres yang berlebihan, rasa tidak percaya diri, dan pengurangan keinginan untuk belajar.
Sangat penting bagi guru untuk menemukan dan menangani masalah psikologi siswa. Mereka adalah orang pertama yang melihat perubahan perilaku dan gejala masalah psikologi pada siswa. Mendengarkan dengan empati, memberikan dukungan emosional, dan menciptakan lingkungan kelas yang aman dan inklusif adalah beberapa cara guru dapat bertindak. Untuk memberikan dukungan yang menyeluruh bagi siswa yang mengalami masalah psikologis, sangat penting untuk bekerja sama dengan konselor sekolah, orang tua, dan pihak terkait lainnya.

Guru yang memahami psikologi siswa mereka dapat menyesuaikan metode pengajaran mereka untuk memenuhi kebutuhan emosional dan akademis siswa mereka. Dengan memahami psikologi siswa mereka, guru dapat meningkatkan kesehatan siswa mereka dan meningkatkan hubungan sosial dan prestasi akademik mereka.

Psikologi siswa adalah bagian penting dari proses pendidikan karena mempengaruhi banyak aspek kehidupan siswa. Tanggung jawab bersama dari guru, sekolah, dan keluarga adalah memahami dan menangani masalah psikologi siswa dengan tepat. Pendekatan yang holistik dan mendukung diharapkan dapat membantu siswa mencapai potensi penuh mereka dalam bidang akademik dan perkembangan pribadi.

METODE

Untuk memahami dan menangani kondisi psikologi siswa, pengabdian ini menggunakan wawancara sebagai metode utama; wawancara memungkinkan pengumpulan data yang mendalam dan kaya akan memberikan pemahaman yang menyeluruh tentang berbagai elemen yang mempengaruhi psikologi siswa. Metode ini memungkinkan penyelidikan lebih lanjut tentang pengalaman, perasaan, dan perspektif siswa serta pendekatan guru untuk menangani masalah psikologi. langkah-langkah kegiatan pengabdian masyarakat, pengorganisasian komunitas, dan metode atau pendekatan penelitian yang digunakan untuk mencapai tujuan.

Hasil wawancara menunjukkan bahwa kondisi psikologi siswa di kelas umumnya normal. Sebagian besar siswa tidak menunjukkan tanda-tanda yang mengkhawatirkan, menurut guru PJOK. Hal ini menunjukkan bahwa sekolah dapat membuat lingkungan yang baik untuk kesejahteraan mental siswa.

Sebagai hasil dari wawancara dengan guru PJOK, ditemukan bahwa kondisi psikologi siswa secara umum tidak mengkhawatirkan atau mengganggu proses pembelajaran, dan sebagian besar siswa dapat mengikuti pelajaran dengan baik.

1. **Stres Pada Peserta Didik**

   Guru menemukan beberapa indikasi bahwa siswa mengalami stres. Siswa yang menunjukkan tanda-tanda ini mungkin mengalami tekanan di dalam dan di luar sekolah. Tanda-tanda ini termasuk sering melamun di kelas, kehilangan fokus dalam pelajaran, terutama saat berolahraga, dan kadang-kadang menunjukkan kemarahan secara tiba-tiba.

2. **Melihat Perubahan Psikologi Siswa**

   Dengan melihat perilaku harian siswa, guru dapat melacak perkembangan psikologi mereka. Guru akan berbicara dengan wali kelas siswa jika mereka menunjukkan tanda-tanda masalah psikologi. Untuk mencegah siswa larut dalam kesedihan atau kecemasan, guru sering mengajak siswa berbicara dan berpartisipasi aktif dalam kelas. Perubahan positif, seperti peningkatan konsentrasi dan kemampuan untuk mengendalikan emosi, menunjukkan bahwa siswa mengalami perbaikan psikologi.

3. **Masalah Psikologi Umum**

   Emosi yang tidak stabil adalah masalah psikologi yang paling umum dialami oleh siswa SMP. Misalnya, siswa yang mengalami masalah di rumah cenderung menunjukkan emosi yang tinggi dan mudah marah jika mereka tersenggol oleh teman mereka. Ketidakstabilan emosi ini juga disebabkan oleh faktor hormonal dan transisi dari anak-anak ke remaja.

4. **Identifikasi Pesrta Didik Yang Mengalami Depresi**

   Guru memperhatikan perilaku siswa setiap hari untuk mengidentifikasi siswa yang mungkin mengalami depresi atau masalah psikologi serius lainnya. Meskipun depresi serius jarang terjadi, siswa yang menunjukkan tanda-tanda emosi yang sangat tidak stabil atau perubahan perilaku yang signifikan memerlukan perhatian lebih. Setelah berbicara dengan wali kelas, guru mungkin menyarankan siswa untuk mendapatkan bantuan profesional jika diperlukan.

5. **Diskusi Siswa Dengan Guru**

   Siswa jarang berbicara langsung dengan guru PJOK tentang masalah pribadi atau psikologi mereka; lebih sering, mereka berbicara dengan wali kelas mereka. Namun, guru tetap memberikan kesempatan kepada siswa untuk berkonsultasi dengan mereka jika mereka merasa nyaman; siswa yang merasa canggung untuk berbicara dengan guru mereka akan diarahkan untuk berbicara dengan wali kelas mereka.

DISKUSI

Hasil wawancara menunjukkan bahwa kondisi psikologi siswa di kelas secara umum normal. Menurut guru PJOK, sebagian besar siswa tidak menunjukkan tanda-tanda yang mengkhawatirkan. Hal ini menunjukkan bahwa sekolah dapat dengan baik membuat lingkungan yang mendukung kesejahteraan psikologi siswa. Namun, ada beberapa situasi di mana siswa mengalami stres atau kecemasan. Perilaku seperti melamun, kurang fokus, dan kemarahan yang tiba-tiba biasanya ditandai dengan kondisi ini.

SIMPULAN

Sebagai hasil dari wawancara ini, kondisi psikologi siswa secara umum baik, meskipun beberapa dari mereka mengalami stres atau kecemasan. Untuk menangani masalah psikologi siswa, guru PJOK bekerja sama dengan wali kelas dan melakukan pemantauan yang tepat. Guru dapat membantu siswa mendapatkan kesejahteraan psikologi yang lebih baik dengan melibatkan orang tua dalam penanganan dan menciptakan lingkungan yang mendukung dan aktif.

KESIMPULAN

Hasil wawancara menunjukkan bahwa kondisi psikologi siswa di kelas secara umum normal. Guru PJOK mengatakan bahwa sebagian besar siswa tidak menunjukkan gejala yang mengkhawatirkan, menunjukkan bahwa sekolah membuat lingkungan yang baik untuk kesejahteraan psikologi siswa. Namun, ada beberapa situasi di mana siswa mengalami stres atau kecemasan. Perilaku seperti melamun, kurang fokus, dan kemarahan yang tiba-tiba biasanya ditandai dengan kondisi ini. Dengan melihat perilaku harian siswa, guru melacak perkembangan psikologi mereka. Mereka juga sering berbicara dengan wali kelas untuk mengetahui masalah yang mungkin terjadi di rumah. Untuk memastikan bahwa siswa tidak larut dalam kesedihan atau kecemasan, pendidik juga mendorong siswa untuk berbicara dan berpartisipasi secara aktif dalam kelas.

DAFTAR PUSTAKA

(*Andy Riski Pratama, Nofembra Putri, Kiki Oktaviany, Fadhilla Yusri, 2023)***.***Pemahaman aspek psikologis peserta didik membelajarkan peserta didik sesuai dengan sikap, minat, motivasi, aspirasi, dan kebutuhan.*

NLD Ekaningtyas - Padma Sari: Jurnal Ilmu . (2022). Guru perlu mengetahui kondisi para peserta didiknya. Kondisi peserta didik ini bisa berupa kondisi yang bersifat bawaan sejak lahir maupun kondisi yang dipengaruhi lingkungan.

(*Putri,* 2019) *psikologi komunikasi sangat penting dalam memberikan saran dan masukan terkait permasalahan yang dialami oleh peserta didik.*

LAMPIRAN

DOKUMENTASI