



## *Outdoor Education dan Self Concept*

Teguh Satria<sup>1\*</sup>, Lutfi Nur<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Universitas Pendidikan Indonesia, Indonesia

### Info Artikel

Sejarah Artikel:

Diterima April 2020

Disetujui April 2020

Dipublikasikan Mei 2020

Keywords:

*Outdoor Education, Self Concept*

### Abstrak

Penyimpangan perilaku sosial siswa sekolah dasar akhir-akhir ini sangat memprihatinkan, diperlukan upaya preventif dan kuratif dalam menanganinya. Fokus penelitian ini ingin melihat kontribusi aktivitas outdoor education terhadap self concept siswa di sekolah dasar laboratorium percontohan UPI Kampus Tasikmalaya, Indonesia. Sebanyak 32 siswa dipilih menjadi sampel melalui teknik purposive sampling. Metode eksperimen digunakan dalam penelitian ini. Data diperoleh melalui kuesioner *skala self concept*. Hasil penelitian menyebutkan aktivitas *Outdoor Education* memberikan kontribusi terhadap pengembangan *self concept*. Temuan ini dapat dijadikan alternatif oleh para guru pendidikan jasmani dalam rangka inovasi dan variasi pembelajaran. Penelitian selanjutnya dapat dilakukan terhadap pengembangan aspek afektif lainnya seperti perilaku asertif.

### Abstract

*The deviation of social behavior of elementary school students lately is very alarming, it requires preventive and curative efforts in handling it. The focus of this study would like to see the contribution of outdoor education activities to students' self concept in the primary school of the UPI Campus Tasikmalaya Campus, Indonesia. 32 students were selected as samples through purposive sampling technique. The experimental method was used in this study. Data obtained through self concept scale questionnaire. The results of the study mentioned Outdoor Education activities contributed to the development of self concept. This finding can be used as an alternative by physical education teachers in the context of innovation and learning variation. Further research can be carried out on the development of other affective aspects such as assertive behavior.*

\*Alamat korespondensi : Jl. Dr. Setiabudhi 229, Bandung, Indonesia  
E-mail : teguh2662@gmail.com

## PENDAHULUAN

Pendidikan sekolah dasar pada hakikatnya diarahkan terhadap prioritas pembentukan karakter, selain aspek kognitif dan psikomotorik. Perkembangan siswa di sekolah maupun di luar sekolah sangat tinggi intensitasnya, karena waktu yang panjang dan kebersamaan dengan teman sebayanya. Perkembangan siswa dipengaruhi oleh interaksi antar teman di dalam maupun di luar lingkungan sekolah (Field, Lauzon, & Meldrum, 2016). Hakikatnya setiap individu siswa dalam menjalani kehidupannya akan menemui berbagai persoalan. Para individu siswa realitasnya ada yang dapat mengatasi dan ada juga yang tidak mampu mengatasi permasalahannya, sehingga adanya yang dinamakan penyimpangan perilaku (Richter, Appel, & Calio, 2014). Adanya media elektronik dan surat kabar yang telah berkembang pesat ikut andil dalam memotret berbagai kasus penyimpangan yang dilakukan oleh siswa sekolah, tidak luput juga siswa sekolah dasar (Potard, Lancelot, & Courtois, 2018).

Sejak usia dini, kemungkinan akan mengalami beberapa peluang permainan yang tidak terstruktur, di mana anak dapat memutuskan apa yang harus dilakukan, dengan siapa dan bagaimana, untuk meningkatkan harga diri, otonomi, dan kepercayaan (Bento & Dias, 2017). Sekolah adalah lingkungan belajar formal bagi para siswa, seperti di SD Laboratorium Percontohan UPI Tasikmalaya, aktivitas didalamnya sama layaknya seperti sekolah lainnya, siswa melakukan aktivitas belajar. Berdasarkan penelusuran yang dilakukan peneliti, tercatat dalam buku penanganan kasus di sekolah SD Laboratorium Percontohan UPI Tasikmalaya bahwa terjadi pelanggaran tata tertib sekolah yang dilakukan siswa, diantaranya adalah membawa dan menggunakan alat komunikasi saat jam pelajaran, tidak masuk saat pertengahan jam pelajaran berlangsung, bolos sekolah, merusak fasilitas sekolah, serta perilaku yang kurang terpuji lainnya. Hal tersebut biasanya tidak murni atas dasar kesengajaan individu, melainkan karena adanya pengaruh dari luar dirinya seperti ajakan teman dan lain

sebagainya. Paparan di atas menggambarkan peserta didik belum mempunyai tingkat kematangan yang relatif baik. Beragamnya aktivitas pelanggaran siswa di SD Laboratorium Percontohan UPI Tasikmalaya menunjukkan bahwa *self concept* pada siswa di sekolah perlu dikembangkan secara berkelanjutan.

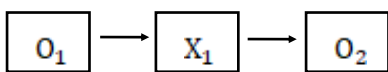
Program-program di sekolah diperlukan terobosan-terobosan yang inovatif dalam rangka mengembangkan perkembangan siswa secara menyeluruh. Pembelajaran di luar sekolah dapat dijadikan sebagai alternatif solusi. Hal ini, telah ditunjukkan bahwa partisipasi dalam kegiatan di luar ruangan meningkatkan kesejahteraan emosional karena lingkungan alam dapat memoderasi dampak stres, yang mengakibatkan kecemasan dan depresi yang menurun (Field, Lauzon, & Meldrum, 2016). Dampak dengan hubungan alam yang beralih ke kehidupan sehari-hari dan menjadikan perubahan cara berfikir yang langgeng, telah dikemukakan bahwa *outdoor education* dapat merubah cara berfikir bahkan baik untuk menjaga kesehatan serta harus fokus untuk memelihara dinamika budaya yang mendukung apresiasi alam, beragam indrawi dan *self concept* (Grimwood, Gordon, & Stevens, 2017).

Peneliti merasakan betapa generasi bangsa ini perlu pengetahuan mendalam tentang pendidikan tabiat untuk bisa menjadikan pribadi yang mandiri, dan sebagai pondasi untuk pendidikan yang lebih tinggi dan menciptakan karakter yang mempunyai keyakinan, motivasi diri bahwa hidup itu adalah belajar bahkan ada anggapan sampai mati pun terus belajar. *Self Concept* untuk generasi penerus bangsa harus kuat, maka akan muncul kepercayaan diri siap dalam berbagai hal dan keadaan apapun yang akan dihadapi apabila bersifat menetap tentang *self concept* yang sangat penting, maka di berikan perlakuan *outdoor education* (Marsh & Martin, 2011). Sosok pemimpin akan timbul dalam diri dan akan menjadi keyakinan dalam menyelesaikan setiap tugas, karena kepercayaan diri yang timbul dalam dirinya dan orang lain akan merasakan dampak positifnya (Warren et al., 2014). Berdasarkan paparan di atas, penelitian ini bertujuan menerapkan *Outdoor Education Terhadap Self Concept* pada siswa

SD Laboratorium Percontohan UPI Tasikmalaya.

**METODE**

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode true eksperimental dengan *pretest and posstest control group design* (Sun, Yao, & Carretero, 2014). Hal ini merujuk bahwa penelitian ini akan dilakukan tes awal untuk mengetahui *Self Concept* siswa sekolah dasar; yaitu melihat perubahan sikap dalam belajar.



Gambar 1. True Experiment with pre-test-post-test control group design.

Subjek yang akan dilibatkan adalah anak usia 10-11 tahun, Sekolah Dasar Laboratorium Percontohan UPI Tasikmalaya. Sebanyak 33 siswa dipilih melalui teknik *purposive sampling*, sehingga dihasilkan kelompok eksperimental 17 siswa dan kelompok kontrol 16 siswa. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuisioner jenis tertutup. Pemilihan instrumen tersebut dirasa akan efektif untuk mendapatkan data mengenai sikap dan perilaku anak usia 10-11 tahun.

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

Data yang diperoleh dalam penelitian ini adalah dengan melakukan tes awal terlebih dahulu untuk mengetahui data awal atau sikap sebelum perlakuan metode pembelajaran *Outdoor Education*, setelah perlakuan metode tersebut, peneliti kemudian melakukan tes akhir untuk menentukan ada atau tidaknya perbaikan metode ini. Metode pengolahan data dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan aplikasi SPSS Versi 22 (Acton, Miller, Maltby, & Fullerton, 2009). Berikut ini adalah hasil dari pengolahan data yang dijelaskan oleh peneliti dalam bentuk aplikasi SPSS Versi 22 yang dapat dilihat.

Tabel 1. Deskripsi Data Tes Awal dan Akhir Rata-Rata dan Standar Deviasi *Self-Concept*

Variabel	N	Mean	Std. Deviation
Pre Test SC Kontrol	16	75.81	8.05
Post Test SC Kontrol	16	84.87	7.34
Pre Test SC Eksperimen	17	76.64	8.21
Post Test SC Eksperimen	17	96.82	8.39

Tabel 1 menunjukkan deskripsi data rata-rata pre-test dan post-test kelompok kontrol sebesar 75.81 dan 84.87 sedangkan standar deviasi sebesar 8.05 dan 7.34. Selanjutnya, data rata-rata pre-test dan post-test kelompok eksperimen sebesar 76.64 dan 8.21 sedangkan standar deviasi sebesar 96.82 dan 8.39.

Tabel 2. Hasil Olah Data Uji Normalitas

No	Varibel	Nilai Sig	$\alpha$	Keterangan
1	Pre Tes SC Kontrol	0.690	0.05	Ho Diterima
2	Post Test SC Kontrol	0.876		Ho Diterima
3	Pre Test SC Eksperimen	0.972		Ho Diterima
4	Post Test SC Eksperimen	0.492		Ho Diterima

Tabel 2 menunjukkan bahwa nilai signifikansinya adalah: 0,690, 0,876, 0,972, 0,492 > 0,05, sehingga Ho diterima. Jadi dapat disimpulkan bahwa semua data yang diperoleh berdistribusi normal.

Tabel 3. Uji Hipotesis Data Penelitian

No	Variable	N	Correlation	Sig.
Pair 1	Pre Tes SC Con & Post	16	.815	.000
Pair 2	Pre Test SC Eks & Post Test SC Eks	17	.375	.0138

Melihat hasil uji hipotesis menunjukkan bahwa nilai Sig. < 0.05, dengan demikian dapat di simpulkan bahwa terdapat dampak yang signifikan dari *outdoor education* terhadap peningkatan *self concept* kelompok eksperimen. Maka proses pembelajaran dalam kegiatan

pendidikan luar ruang hakikatnya memberikan kesempatan untuk bereksplorasi dalam upaya pencapaian pendidikan (Unnever & Cornell, 2003). Pemaknaan pembelajaran di alam terbuka akan melatih serta memberikan pengalaman kecakapan hidup yang menghasilkan kesehatan, kemakmuran, kreativitas, cara hidup yang menyegarkan, menyenangkan dan sikap positif yang mencerminkan keharmonisan manusia dan alam (Zamani, 2017). Ada tiga konsep utama *outdoor education*, yaitu konsep proses pembelajaran, konsep kegiatan di luar ruangan, dan konsep lingkungan. Pertama, konsep pembelajaran ini menyiratkan bahwa belajar melalui kegiatan di luar kelas adalah proses pembelajaran interdisipliner melalui serangkaian kegiatan yang dirancang sesuai kebutuhan. Kedua, aktivitas ini memanfaatkan kondisi alam untuk berkontribusi pada perkembangan fisik dan mental. Ketiga, memaknai bahwa manusia dengan alam harus mempunyai makna timbal balik satu sama lain (Hsieh & Stright, 2012).

*Self Concept* sangat berpengaruh dalam banyak perilaku dan kesehatan mental mereka. Bahkan mendengarkan music dan memainkan music sangat berpengaruh pada penampilan dan cara bergaul, orang-orang yang menganggap dirinya tidak diinginkan, tidak berharga, atau buruk cenderung bertindak sesuai dengan semauanya (Degé, Wehrum, Stark, & Schwarzer, 2014). Mereka yang memiliki konsep diri yang cenderung berperilaku menyimpang berpendapat bahwa anak-anak dengan gangguan emosional, menurut definisi, memiliki perbedaan yang signifikan dengan keterasingan, perilaku antisosial, kurangnya hubungan orang dewasa dan orang dewasa yang tepat, dan konsep diri yang buruk (Stopa, Brown, & Hirsch, 2012). Konsep diri berkembang atas dasar adanya pengalaman-pengalaman seseorang individu dengan individu lainnya yang dimaknai secara positif (Posavac & Posavac, 2019).

## KESIMPULAN

Metode outdoor education memberikan kontribusi signifikan terhadap perubahan sikap (*self concept*) siswa sekolah dasar. Aktivitas

fisik seperti berlari atau bermain di tempat terbuka dipandang sangat baik, bahkan variasinya dapat dilakukan di berbagai medan seperti daerah pegunungan, bukit, sungai, gua, pantai yang relatif aman sehingga siswa langsung merasakan suasana alam bebas. Telah ditunjukkan bahwa partisipasi dalam kegiatan di luar ruangan meningkatkan kesejahteraan emosional karena lingkungan alami dapat memoderasi efek stres yang mengakibatkan kecemasan, penurunan depresi, dan perubahan sikap ke arah positif.

Temuan penelitian ini diharapkan dapat menjadi alternatif program pembelajaran para guru atau pihak sekolah dalam rangka mengembangkan aspek sikap dan sekaligus memberikan pengalaman baru terhadap lingkungan alam bebas.

## DAFTAR PUSTAKA

- Acton, C., Miller, R., Maltby, J., & Fullerton, D. (2009). SPSS for Social Scientists. *SPSS for Social Scientists*, 9(page 150). <https://doi.org/10.1007/978-1-137-01390-3>
- Bento, G., & Dias, G. (2017). The importance of outdoor play for young children's healthy development. *Porto Biomedical Journal*, 2(5), 157–160. <https://doi.org/10.1016/j.pbj.2017.03.003>
- Degé, F., Wehrum, S., Stark, R., & Schwarzer, G. (2014). Music lessons and academic self-concept in 12- to 14-year-old children. *Musicae Scientiae*, 18(2), 203–215. <https://doi.org/10.1177/1029864914523283>
- Field, S. C., Lauzon, L. L., & Meldrum, J. T. (2016). A Phenomenology of Outdoor Education Leader Experiences. *Journal of Experiential Education*, 39(1), 31–44. <https://doi.org/10.1177/1053825915609950>
- Grimwood, B. S. R., Gordon, M., & Stevens, Z. (2017). Cultivating Nature Connection: Instructor Narratives of Urban Outdoor Education. *Journal of Experiential Education*, 105382591773826. <https://doi.org/10.1177/1053825917738267>

- Hsieh, M., & Stright, A. D. (2012). Adolescents' Emotion Regulation Strategies, Self-Concept, and Internalizing Problems. *Journal of Early Adolescence, 32*(6), 876–901. <https://doi.org/10.1177/0272431611433848>
- Marsh, H. W., & Martin, A. J. (2011). Academic self-concept and academic achievement: Relations and causal ordering. *British Journal of Educational Psychology, 81*(1), 59–77. <https://doi.org/10.1348/000709910X503501>
- Posavac, S. S., & Posavac, H. D. (2019). Adult Separation Anxiety Disorder Symptomology as a Risk Factor for Thin-Ideal Internalization: The Role of Self-Concept Clarity. *Psychological Reports*. <https://doi.org/10.1177/0033294119829440>
- Potard, C., Lancelot, C., & Courtois, R. (2018). Examining Relationships Between Sexual Risk–Safety Behaviors and Physical Self-Concept by Gender: A Cluster Analytical Approach. *Emerging Adulthood, 21*67696817750802. <https://doi.org/10.1177/2167696817750802>
- Richter, T., Appel, M., & Calio, F. (2014). Stories can influence the self-concept. *Social Influence, 9*(3), 172–188. <https://doi.org/10.1080/15534510.2013.799099>
- Stopa, L., Brown, M. A., & Hirsch, C. R. (2012). The Effects of Repeated Imagery Practice on Self-Concept, Anxiety and Performance in Socially Anxious Participants. *Journal of Experimental Psychopathology, 3*(2), 223–242. <https://doi.org/10.5127/jep.021511>
- Sun, G., Yao, S., & Carretero, J. A. (2014). Comparing cognitive efficiency of experienced and inexperienced designers in conceptual design processes. *Journal of Cognitive Engineering and Decision Making, 8*(4), 330–351. <https://doi.org/10.1177/1555343414540172>
- Unnever, J. D., & Cornell, D. G. (2003). Bullying, self-control, and ADHD. *Journal of Interpersonal Violence, 18*(2), 129–147. <https://doi.org/10.1177/0886260502238731>
- Warren, K., Roberts, N. S., Breunig, M., & Alvarez, M. A. (Tony) G. (2014). Social Justice in Outdoor Experiential Education. *Journal of Experiential Education, 37*(1), 89–103. <https://doi.org/10.1177/1053825913518898>
- Zamani, Z. (2017). Young children's preferences: What stimulates children's cognitive play in outdoor preschools? *Journal of Early Childhood Research, 15*(3), 256–274. <https://doi.org/10.1177/1476718X15616831>