

Model Pembelajaran *Outdoor Education* Berpengaruh Terhadap Keterampilan Gerak Dasar pada Muatan Pjok Kelas V SD

Aditia Fibriansyah¹, Arsyad Abd Gani², Sukron Fujiaturrahman³, Syafruddin Muhdar⁴,
Arpan Islami Bilal⁵, Nanang Rahman⁶

^{1,2,3,4,5,6}Pendidikan Guru Sekolah Dasar, Universitas Muhammadiyah Mataram

aditiafibriansyah@gmail.com

Keywords:

*Outdoor Education
Learning Model,
Basic Movement Skill,*

Abstract: *This research is a Quasi-Experimental Research using the Outdoor Education learning model. The population in this study was the total number of grade V students at SDN 2 Taman Sari with a total of 54 students. The sampling technique in this study used a random sampling technique with the results of class VA as an Experimental class with a total of 29 students and class VB as a Control class, with a total of 25 students. The average score results shown by the experimental class in the pre-test were 63.03 and after post-test examination increased to 83.06 for the control class itself obtained the average score of the pre-test of 58.44 and the post-test increased to 70.40. The data collection technique in this study is a test of students' basic motion skills using observations in the form of pre-test and post-test. The data were analyzed using the help of SPSS 25 software for windows. Hypothesis testing conducted by researchers showed that the value of the sig. (2-tailed) of $0.000 < 0.05$ and a sig value of $0.982 > 0.05$ then H_0 is rejected and H_a is accepted, meaning that there is an influence of the outdoor education learning model on the basic movement skills of grade V students of SDN 2 Taman Sari.*

Kata Kunci:

Model Pembelajaran
Outdoor Education,
Keterampilan Gerak
Dasar,

Abstrak: Penelitian ini merupakan *Quasi-Eksperimental* (Penelitian Eksperimen Semu) dengan menggunakan model pembelajaran *Outdoor Education*. Populasi dalam penelitian ini adalah keseluruhan siswa kelas V di SDN 2 Taman Sari dengan jumlah siswa sebanyak 54 siswa. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *random sampling* dengan hasil kelas V A sebagai kelas eksperimen dengan jumlah 29 siswa dan kelas V B sebagai kelas kontrol dengan jumlah 25 siswa. Hasil nilai rata-rata yang ditunjukkan oleh kelas eksperimen pada *pre-test* sebesar 63,03 dan setelah dilakukan *post-test* meningkat menjadi 83,06 untuk kelas kontrol sendiri diperoleh nilai rata-rata dari *pre-test* sebesar 58,44 dan *post-test* mengalami peningkatan menjadi 70,40. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini adalah tes keterampilan gerak dasar siswa menggunakan pengamatan (observasi) berupa *pre-test* dan *post-test*. Data dianalisis menggunakan bantuan *software* SPSS 25 *for windows*. Pengujian hipotesis yang dilakukan peneliti menunjukkan bahwa nilai *sig. (2-tailed)* sebesar $0,000 < 0,05$ dan nilai *sig.* $0,982 > 0,05$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima, artinya bahwa ada pengaruh dari model pembelajaran *outdoor education* terhadap keterampilan gerak dasar siswa kelas V di SDN 2 Taman Sari.

Article History:

Received: 25-07-2022

Online : 16-08-2022



This is an open access article under the **CC-BY-SA** license



A. LATAR BELAKANG

Pendidikan merupakan sesuatu yang sangat fundamental dalam kehidupan manusia yang berguna untuk membangun peradaban bangsa dan negara (Priatna & Setyarini, 2020). Pendidikan harus seimbang antara aspek kualitas dan kuantitas (Isnaini et al., 2020; Saddam et al., 2016; Setyowati et al., 2020), antara integrasi nilai melalui kegiatan akademik maupun nonakademik (Saddam, 2019a, 2019b), juga antara karakter dan literasi, hingga pembiasaan pada lingkungan Pendidikan (Gani & Saddam, 2020; Saddam et al., 2016; Sawaludin et al., 2019; Syudirman, 2021). Pendidikan untuk Perkembangan dan kemajuan jaman pada saat ini menimbulkan persaingan yang semakin kompetitif baik itu secara nasional maupun internasional (Tilaar, 1998), maka agar dapat mengambil peran dan bersaing tentu setiap bangsa harus memiliki sumber daya manusia yang berkualitas, bermutu dan ahli atau terampil dalam bidangnya masing-masing. Peningkatan sumber daya manusia yang ada tentu harus melewati proses Pendidikan.

Menurut UU No. 20 Tahun 2003 Pasal 3 Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses mngembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara (Indonesia, 2006). Dalam upaya peningkatan kualitas pendidikan pemerintah telah melakukan upaya yaitu pembaharuan kurikulum, peningkatan kualitas guru, pembaruan sistem dalam pembelajaran, dan untuk satuan pendidikan seperti sekolah upaya yang bisa dilakukan adalah dengan meberikan ruang sebesar-besarnya kepada guru untuk mengembangkan media, model serta gaya belajar yang sesuai dengan minat belajar siswa.

Salah satu mata pelajaran yang wajib diajarkan di Sekolah Dasar adalah mata pelajaran PJOK. Sesuai dengan karakteristiknya, mata pelajaran PJOK umumnya berbeda dengan mata pelajaran pada umumnya, karna mata pelajaran ini selalu berkaitan dengan kesehatan jasmani dan fisik anak. Menurut Sumantri & Neldi (2019) melalui pendidikan jasmani yang diarahkan dengan baik oleh pendidik, peserta didik dapat mengembangkan keterampilan yang berguna untuk mengisi waku luang disamping mereka belajar tentang mata pelajaran yang lain, serta dapat mengembangkan hidup sehat, berkembang secara sosial dan menyumbang pada kesehatan fisik dan mentalnya. Berdasarkan apa yang disampaikan di atas bahwa pada dasarnya anak tidak hanya memiliki potensi pada bidang akademik, akan tetapi pada bidang olahraga juga banyak yang memiliki bakat serta potensi yang perlu dikembangkan oleh pendidik begitupun yang disampaikan oleh Bangun, (2012); Utama (2011) pendidikan jasmani merupakan bagian yang tidak terpisahkan dari tujuan pendidikan nasional yaitu mengembangkan potensi dan kemampuan peserta didik melalui aktifitas jasmani.

Untuk meningkatkan pendidikan maka perlu meng-*upgrade* media, model serta metode dalam pembelajaran dan pengajaran untuk menunjang kredibilitas pendidikan di Sekolah. Salah satu factor penentunya adalah kemampuan guru dalam memahami pentingnya mendesain pembelajaran (Julaifah & Haifaturrahmah, 2019). salah satu model pembelajaran yang bisa digunakan untuk menunjang keterampilan gerak dasar anak pada muatan PJOK yaitu model pembelajaran *outdoor education*. Menurut Astuti (2018) model *outdoor education* dapat mengasah keterampilan motorik kasar dan sosial pada anak dimana anak lebih banyak melakukan kegiatan-kegiatan yang secara tidak langsung melibatkan kerjasama antar teman dan kemampuan berkreasi. Anak atau peserta didik yang pandai dalam melakukan gerak dasar akan terhindar dari obesitas karena terus melakukan aktivitas yang membakar lemak pada tubuh, serta usia anak mulai dari 6-12 tahun merupakan usia pertumbuhan dan anak lebih condong untuk

bermain dan mengenal lingkungan luar. Pada dasarnya, pembelajaran yang menyenangkan khususnya bagi anak usia sekolah dasar adalah melalui bermain sambil belajar yang disesuaikan melalui implementasi model maupun metode pembelajaran (Rahmawati et al., 2021).

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan di SDN 2 Taman Sari, guru masih belum melakukan inovasi dalam proses pembelajaran lebih khususnya pada muatan pembelajaran PJOK di kelas V SD, hal inilah yang dilihat oleh peneliti untuk memperkenalkan model pembelajaran yang lebih variatif untuk meningkatkan keterampilan siswa pada materi gerak dasar.

B. METODE

Jenis penelitian eksperimen yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Quasi-Eksperimental* (Eksperimen Semu) dengan desain menggunakan dua kelas sampel sebagai subjek uji coba yang menggunakan *pre-test* dan *post-test* (Sugiyono, 2014). Subjek yang dimaksud dalam penelitian ini adalah kelas V A sebanyak 29 siswa sebagai kelas eksperimen atau kelas yang akan diberikan perlakuan dan kelas V B sebanyak 25 siswa sebagai kelas kontrol di SDN 2 Taman Sari. Penelitian ini dilaksanakan di kelas V SDN 2 Taman Sari pada semester II tahun pelajaran 2021/2022. Penelitian ini dilakukan atau dikhususkan pada materi gerak dasar jalan, lari, lompat dan lempar, Variabel bebas dalam penelitian ini adalah model pembelajaran *Outdoor Education* dan variabel terikatnya adalah keterampilan gerak dasar. Adapun teknik pengumpulan data yang dilakukan dalam penelitian ini adalah observasi dan dokumentasi dengan instrumen yang digunakan adalah rubrik penilaian dengan 4 indikator penilaian yang berkaitan dengan gerak dasar yaitu jalan, lari, lompat dan lempar dengan kategori penilaian sebagai berikut:

Rubrik penilaian yang telah dibuat terlebih dahulu di validasi oleh ahli dengan menggunakan rumus:

$$xi = \frac{x}{y} \times 100$$

Keterangan:

xi = skor validator

x = jumlah skor yang diperoleh validator

y = skor maksimum

Uji normalitas data dilakukan dengan menggunakan teknik *Kolmogrov-Smirnov* dengan taraf signifikansi 0,05 dan uji homogenitas dilakukan dengan menggunakan teknik *lavene test*. Kemudian setelah melakukan uji normalitas dan uji homogenitas data maka yang dilakukan selanjutnya adalah melakukan uji hipotesis menggunakan uji *independent sample t-test* pada taraf signifikan 0,05. Semua uji yang dilakukan dalam penelitian ini menggunakan bantuan program SPSS 25 for windows.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Hasil

Penelitian ini merupakan jenis penelitian eksperimen yang digunakan untuk mengetahui ada atau tidaknya pengaruh dari penggunaan model pembelajaran *Outdoor Education* terhadap keterampilan gerak dasar siswa pada kelas V di SDN 2 Taman Sari. Berdasarkan hasil uji validasi dengan teknik validitas konstruk atau validasi yang dilakukan oleh ahli untuk mengetahui rubrik penilaian yang digunakan valid atau tidak, maka diperoleh hasil sebesar 80% artinya lembar penilaian yang digunakan valid. Berdasarkan hasil dari *pre-test* dan *post-test* yang dilakukan kelas eksperimen dan kelas kontrol, diperoleh hasil sebagai berikut:

Tabel 1. Hasil *Pretest* dan *Posttes*

Kelompok	N	Tes	Nilai Maksimum	Nilai Minimum	Rata-rata
Eksperimen	29	<i>Pretest</i>	81	44	63,03
		<i>Posttest</i>	94	69	83,06
Kontrol	25	<i>Pretest</i>	81	44	58,44
		<i>Posttest</i>	87	62	70,40

Dari tabel 1, dapat diambil kesimpulan bahwa terdapat perubahan atau pengaruh yang ditimbulkan dari model pembelajaran *outdoor education* terhadap keterampilan gerak dasar siswa dilihat dari hasil nilai *pre-test* dan *post-test*.

Dari data yang diperoleh diatas maka dilakukan uji normalitas data dengan hasil yaitu hasil belajar *pre-test* pada kelas kontrol adalah 0,131 dan kelas eksperimen adalah 0,075 dan hasil *post-test* siswa kelas kontrol adalah 0,137 serta hasil dari *post-test* kelas eksperimen adalah 0,062. Perolehan data tersebut $> 0,05$ pada taraf signifikan yang artinya data yang didapat berdistribusi normal. Sedangkan pada hasil uji homogenitas didapati hasil yakni nilai *sig* sebesar 0,391 yang artinya data tersebut $> 0,05$, sehingga data dapat dinyatakan homogen atau sama.

Penentuan uji hipotesis apabila nilai *sig. (2-tailed)* $<$ maka H_a diterima dan jika sebaliknya maka H_a ditolak, berdasarkan data yang didapatkan nilai *sig. (2-tailed)* adalah 0,000 artinya data tersebut $< 0,05$ maka dapat disimpulkan ada pengaruh yang ditimbulkan dari model pembelajaran *outdoor education* terhadap keterampilan gerak dasar siswa.

2. Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian, data yang dipatkan setelah diolah maka dapat diketahui bahwa terdapat pengaruh dari model pembelajaran *outdoor education* terhadap keterampilan gerak dasar siswa. Penelitian yang dilakukan hanya fokus atau terbatas pada pembelajaran tentang materi gerak dasar siswa yang terlihat setelah dilakukan *pre-test* dan *post-test*, sebelum dan sesudah mengaplikasikan model pembelajaran *outdoor education* pada kelas eksperimen, sedangkan pada kelas kontrol menerapkan pembelajaran yang umumnya diterapkan di sekolah atau bisa disebut dengan *School Ground*.

Seperi yang disampaikan oleh Vanagosi (2016a, 2016b) hal yang perlu menjadi perhatian bagi pendidik atau satuan pendidikan untuk dapat meningkatkan dan mengembangkan kemampuan anak dalam gerak dasar atau fisik anak, latihan atau aktivitas yang dilakukan harus sesuai dengan karakteristik anak dan menyenangkan. Maka dengan hal yang demikian akan membuat siswa lebih bersemangat dan antusias dalam berolahraga, kemampuan gerak dasar pada anak juga amat penting bagi kesehatan dan pertumbuhan anak karna anak yang pandai dalam aktivitas gerak dasar cenderung terhindar dari obesitas atau kegemukan diakibatkan oleh aktivitas yang melibatkan fisik.

Menurut Suherman (2009) model pembelajaran *outdoor education* menekankan pada siswa sebuah pengalaman belajar yang menyenangkan karna akan mengenalkan siswa pada pada lingkungan yang adaptif yang sesuai dengan karakteristi siswa. Artinya bahwa dengan model pembelajaran *outdoor education* akan mengenalkan siswa dengan keadaan lingkungan atau alam dengan secara langsung dan membuat siswa bisa beradaptasi dengan baik ketika kembali lagi ke lingkungan luar. Menurut (Darmayanti et al., 2021; Jayul & Irwanto, 2020; Syudirman & Saddam, 2021) pembelajaran berorientasi lingkungan sekitar dapat meningkatkan motivasi belajar siswa, meskipun pelaksanaan pembelajaran ditengah pandemic covid-19. Hal ini juga sesuai denga napa yg ditulis oleh Haifaturrahmah et al. (2021), bahwa proses pembelajaran tidak hanya dapat

dilakukan didalam kelas, namun juga dapat dilakukan diluar kelas (*outdoor*) dengan memanfaatkan lahan sekolah/lingkungan sebagai sumber belajar.

Model pembelajaran *outdoor education* bukanlah model pembelajaran yang baru, akan tetapi jarang dilakukan oleh pendidik. Model pembelajaran ini juga bisa diterapkan diberbagai macam mata pelajaran seperti IPA, Nizaar & Haifaturrahmah (2017) memanfaatkan lingkungan sekitar sumber belajar Biologi untuk melakukan identifikasi jenis-jenis tanaman khususnya sayur mayur yang ada di Sembalun. Budiman (2019) menulis pada Mata Pelajaran IPS pembelajaran *outdoor education* sendiri memiliki berbagai aktivitas yang mampu untuk memberikan dampak yang positif pada perkembangan individu dan sosial anak

Penelitian ini juga membuktikan bahwa siswa cenderung tidak maksimal dalam melakukan praktek gerak dasar karena pada umumnya lapangan yang ada di sekolah cenderung menggunakan semen dan akan membuat siswa cedera ketika terjadi insiden semisalnya jatuh saat berlari, kemudian ketika akan melakukan olahraga lempar, siswa cenderung takut untuk melemparnya kuat-kuat karena takut akan memecahkan fasilitas yang di sekolah semisalnya kaca jendela sehingga nilai yang didapatkan oleh siswa menjadi kurang. Berbeda kemudian ketika siswa berada di lingkungan luar sekolah maka siswa lebih bebas untuk melakukan kegiatan tanpa harus mengkhawatirkan keselamatan diri dan fasilitas sekolah.

D. SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian yang didapatkan, bahwa uji hipotesis *independent sample t-test* yaitu bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima. Maka dapat disimpulkan bahwa model pembelajaran *outdoor education* berpengaruh terhadap keterampilan gerak dasar siswa kelas V di SDN 2 Taman Sari.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada: 1) kedua dosen pembimbing atas motivasi dan bimbingan yang diberikan sehingga penulis dapat menyelesaikan penelitian ini, dan 2) kepala sekolah, dewan guru serta siswa di SDN 2 Taman Sari, Lombok Barat yang telah menerima sekaligus memberikan izin kepada penulis untuk melakukan penelitian.

REFERENSI

- Astuti, R. D. (2018). Rangsang Perkembangan Perilaku Sosial Anak Usia Dini Dengan Metode Outdoor Learning Melalui Miniatur Kegiatan Outbound. *Pendidikan*, 1(1), 140–149.
- Bangun, S. Y. (2012). Analisis tujuan materi pelajaran dan metode pembelajaran dalam pendidikan jasmani. *Cerdas Sifa Pendidikan*, 1(1).
- Budiman, A. (2019). Peningkatan Perilaku Respek melalui Outdoor Education. *Jurnal Olahraga*, 5(1), 14–19.
- Darmayanti, N. W. S., Wijaya, I. K. M. W. B., & Haifaturrahmah, H. (2021). Analisis Motivasi Belajar Siswa SD Bidang Studi IPA Di Tengah Pandemi Covid-19 Melalui Praktikum Berorientasikan Lingkungan Sekitar Rumah. *Jurnal Elementary: Kajian Teori Dan Hasil Penelitian Pendidikan Sekolah Dasar*, 4(2), 139–143.
- Gani, A. A., & Saddam, S. (2020). Pembelajaran Interaktif Pendidikan Kewarganegaraan Melalui Mobile Learning di Era Industri 4.0. *CIVICUS: Pendidikan-Penelitian-Pengabdian Pendidikan Pancasila Dan Kewarganegaraan*, 8(1), 36–42.
- Haifaturrahmah, H., Nizaar, M., Afandi, A., Mandala, H., Darmurtika, L. A., & Khosiah, K. (2021). Land Use As A Health Education Effort For Elementary School Students. *JCES (Journal of Character Education Society)*, 4(3), 792–797.
- Indonesia, P. R. (2006). *Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 Tentang Sistem*

Pendidikan Nasional.

- Isnaini, I., Humaira, H., Muhamad, S., & Saddam, S. (2020). Pengembangan Inovasi Pembelajaran Pada Mata Kuliah Ilmu Alamiah Dasar Dengan Metode Diskusi Kelompok. *IJTIMAIYA*, 4(1), 18–26.
- Jayul, A., & Irwanto, E. (2020). Model Pembelajaran Daring Sebagai Alternatif Proses Kegiatan Belajar Pendidikan Jasmani di Tengah Pandemi Covid-19. *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi*, 6(2), 190–199.
- Julaifah, N., & Haifaturrahmah, H. (2019). Pengaruh Model Pembelajaran Carousel Feedback Terhadap Higher Order Thinking Skills (HOTS) Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Elementary: Kajian Teori Dan Hasil Penelitian Pendidikan Sekolah Dasar*, 2(2), 44–48.
- Nizaar, M., & Haifaturrahmah, H. (2017). Identifikasi Tanaman Sayuran Lokal Di Desa Senaru Sebagai Sumber Belajar Biologi. *Paedagoria: Jurnal Kajian, Penelitian Dan Pengembangan Kependidikan*, 8(1), 26–30.
- Priatna, A., & Setyarini, G. (2020). Pengaruh Model Pembelajaran Role Playing Terhadap Keterampilan Berbicara Siswa Kelas IV SD Pada Pembelajaran Bahasa Indonesia. *Pendas: Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*, 4(2), 147–159.
- Rahmawati, R., Haifaturrahmah, H., Fujiaturrahman, S., & Sabaryati, J. (2021). Model Kooperatif Tipe Scramble Berpengaruh Terhadap Hasil Belajar Siswa Sekolah Dasar. *Seminar Nasional Paedagoria*, 1, 87–92.
- Saddam, S. (2019a). Integrasi Nilai-Nilai Konservasi Habituasi Kampus Melalui Kegiatan Nonakademik. *Pendekar: Jurnal Pendidikan Berkarakter*, 2(2), 20–28.
- Saddam, S. (2019b). Integrasi Nilai-Nilai Konservasi Habituasi Kampus Universitas Negeri Semarang Melalui Kegiatan Akademik. *Pendekar: Jurnal Pendidikan Berkarakter*, 2(1), 27–34.
- Saddam, S., Setyowati, D. L., & Juhadi, J. (2016). Integrasi Nilai-nilai Konservasi dalam Habituasi Kampus untuk Pembentukan Kepribadian Mahasiswa Universitas Negeri Semarang. *Journal of Educational Social Studies*, 5(2), 128–135.
- Sawaludin, S., Muttaqin, Z., Sina, S., & Saddam, S. (2019). Penerapan Model Pembelajaran Kreatif Produktif Untuk Meningkatkan Aktifitas Belajar Mahasiswa Melalui Lesson Study Di Program Studi Pendidikan Pancasila Dan Kewarganegaraan. *INOPENDAS: Jurnal Ilmiah Kependidikan*, 2(1).
- Setyowati, D., Saddam, S., & Handoyo, E. (2020). *Application of Conservation Value for Character Developing of Universitas Negeri Semarang Students*. <https://doi.org/10.4108/eai.29-6-2019.2290416>
- Sugiyono. (2014). *Metode Penelitian Pendidikan: (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R & D)*. Alfabeta.
- Suherman, A. (2009). Pengembangan model pembelajaran outdoor education pendidikan jasmani berbasis kompetensi di Sekolah Dasar. *Tersedia Http://Jurnal. Upi. Edu/File/Ayi. Pdf. Diunduh Tanggal*, 16.
- Sumantri, A., & Neldi, H. (2019). Profil Pelaksanaan Pembelajaran PJOK di SD Gugus 1 Kecamatan Bintan Timur. *Jurnal JPDO*, 2(1), 160–164.
- Syudirman, S., & Saddam, S. (2021). Pendampingan Belajar Dari Rumah Untuk Meningkatkan Semangat Belajar Siswa Di Era Pandemi Covid-19. *JCES (Journal of Character Education Society)*, 4(4), 914–922.
- Tilaar, H. A. R. (1998). *Beberapa agenda reformasi pendidikan nasional dalam perspektif abad 21*. IndonesiaTera.
- Utama, A. M. B. (2011). Pembentukan Karakter Anak Melalui Aktivitas Bermain Dalam Pendidikan Jasmani. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 8(1).
- Vanagosi, K. D. (2016a). Konsep gerak dasar untuk anak usia dini. *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi*, 2(1), 72–79.
- Vanagosi, K. D. (2016b). Peran Orang Tua Dalam Pencapaian Prestasi Atlet Panahan Kabupaten Badung Pada Porprov Xi Tahun 2015. *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi*, 2(2), 87–91.