

### BAB III

#### METODE PENELITIAN

##### A. Metode dan Desain Penelitian

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode quasi eksperimen, dengan teknik pengumpulan data melalui angket *self confidence* (keyakinan akan kemampuan diri, optimis, objektif, tanggung jawab, rasional, dan realistis).

Dalam penelitian ini penulis menggunakan metode penelitian *Quasi Experiment*. Bentuk desain *Quasi experiment* yang digunakan adalah *Non-Randomized Control Group Pretest-Posttest Design*. Adapun rancangan desainnya dapat dilihat di gambar 3.1. sebagai berikut:

	Pre	Treatment	Post
<b>Eksperimen</b>	<b>T<sub>1</sub></b>	<b>X</b>	<b>T<sub>2</sub></b>
<b>Kontrol</b>	<b>T<sub>1</sub><sup>1</sup></b>	<b>-</b>	<b>T<sub>2</sub><sup>1</sup></b>

Gambar 3.1.  
(*Non-Randomized Control Group Pretest-Posttest Design*)  
Sumber: (Maksum, 2012, hlm. 100)

Keterangan:

T<sub>1</sub> = *pre-test self confidence* yang diberikan pada kelompok eksperimen.

T<sub>2</sub> = *post-test self confidence* yang diberikan pada kelompok eksperimen.

X = *treatment* yang diberikan kepada kelompok eksperimen dengan program *hiking, rafting, rock climbing, dan camping*.

T<sub>1</sub><sup>1</sup> = *pre-test self confidence* yang diberikan pada kelompok kontrol.

T<sub>2</sub><sup>1</sup> = *post-test self confidence* yang diberikan pada kelompok kontrol.

- = tidak ada perlakuan yang diberikan pada kelompok kontrol.

## B. Populasi dan Sampel

### 1. Tempat penelitian

Pelaksanaan penelitian dengan program *hiking, rafting, rock climbing,* dan *camping* bertempat di:

- a. Kampus UPI Bandung, Jl. Dr. Setiabudi No. 229 Bandung
- b. Jayagiri-Cikole Lembang (KBB)
- c. Tebing Citatah 48 & 60
- d. Sungai Citarum

### 2. Populasi dan sampel

Dalam suatu penelitian diperlukan adanya populasi dan sampel penelitian tersebut, karena tanpa dua hal tersebut, suatu penelitian tidak akan berjalan. Petualangan di alam terbuka dengan pengalaman ajar *hiking, rafting, rock climbing,* dan *camping* kaya akan rintangan dan tantangan. Oleh karena itu, peneliti memilih sampel dari Anggota PAMOR FPOK UPI dan mahasiswa IKOR FPOK UPI angkatan 2011 dengan asumsi secara fisik mereka tidak akan memperoleh kesulitan untuk melaksanakan aktivitas petualangan.

Adapun yang menjadi populasi penelitian terdiri dari 50 anggota aktif PAMOR FPOK UPI dan 54 mahasiswa IKOR FPOK UPI angkatan 2011. Sedangkan sampel dalam penelitian ini sebanyak 40 orang yang dibagi ke dalam dua kelompok, yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Karena setiap unsur populasi tidak memberi kemungkinan untuk dipilih berdasarkan teknik sampling, maka berdasarkan pertimbangan peneliti, pengambilan sampel penelitian dilakukan dilakukan secara *non-probability* berupa sampling jenis *purposive*, yang dipilih dengan sengaja memperhatikan karakteristik mahasiswa yang dimaksud. Hal ini penting untuk menghindari hilangnya anggota sampel dalam penelitian ini.

Besar sampel seluruhnya yang diambil yaitu 28 putra dan 12 putri yang bersedia untuk mengikuti penelitian secara terus-menerus

hadir dalam kegiatan penelitian. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat dalam tabel 3.1. sebagai berikut:

Tabel 3.1.

Pembagian Kelompok Penelitian

Kelompok Eksperimen			Kelompok Kontrol		
Jenis Kelamin	Usia	Jumlah	Jenis Kelamin	Usia	Jumlah
Putra	19-21 th	14 org	Putra	19-21 th	14 org
Putri	19-21 th	6 org	Putri	19-21 th	6 org

Dengan demikian kedua kelompok pada dasarnya dianggap memiliki bekal perilaku (*entry behavior*) atau pengalaman yang sama. Yang membedakan keduanya dalam satu hal yaitu kelompok eksperimen memperoleh perlakuan, sementara kelompok kontrol tidak memperoleh perlakuan. Maka kriteria dalam pemilihan sampel dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

- 1) Mahasiswa/i IKOR FPOK UPI angkatan 2011
- 2) Anggota aktif PAMOR FPOK UPI
- 3) Usia 19- 21 tahun
- 4) Laki-Laki dan Perempuan

### C. Definisi Operasional

#### 1. Variabel Penelitian

Variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah variabel bebas dan variabel terikat. Variabel bebas dalam penelitian ini yaitu, *outdoor education* dan variabel terikat dalam penelitian ini adalah *self confidence*.

#### 2. Definisi Operasional

Untuk menghindari salah penafsiran istilah dalam penelitian ini, maka diperlukan suatu definisi operasional. Definisi operasional dimaksudkan untuk menjelaskan makna variabel yang sedang diteliti.

- a. Pendidikan jasmani adalah pendidikan melalui dan tentang aktivitas fisik atau dalam bahasa aslinya adalah *Physical education is education of and through movement*. Terdapat tiga kata kunci dalam definisi tersebut, yaitu 1) pendidikan (*education*), yang direfleksikan dengan kompetensi yang ingin diraih siswa, 2) melalui dan tentang (*through and of*), sebagai kata sambung yang menggambarkan keeratan hubungan yang dinyatakan dengan berhubungan langsung dan tidak langsung, dan 3) gerak (*movement*), merupakan bahan kajian sebagaimana tertera dalam kurikulum pendidikan jasmani. (Suherman, 2009, hlm. 5)
- b. “*Outdoor education in the use of experience in the outdoors for the education and development of the whole person*”. Bahwa *outdoor education* adalah sebuah pendidikan yang menggunakan pengalaman belajar di luar ruangan untuk pengembangan seseorang. (Neil dalam Kardjono, 2009, hlm. 96)
- c. *Self Confidence* merupakan suatu keyakinan dan sikap seseorang terhadap kemampuan pada dirinya sendiri dengan menerima secara apa adanya baik positif maupun negatif yang dibentuk dan dipelajari melalui proses belajar dengan tujuan untuk kebahagiaan dirinya. “modal dasar seorang manusia dalam memenuhi berbagai kebutuhan sendiri. Seseorang mempunyai kebutuhan untuk kebebasan berfikir dan berperasaan akan tumbuh menjadi manusia dengan rasa percaya diri. Salah satu langkah utama dalam membangun rasa percaya diri dengan memahami dan meyakini bahwa setiap manusia memiliki kelebihan dan kelemahan masing-masing”. (Hakim, 2002, hlm. 6)

#### **D. Instrumen Penelitian**

Instrumen sebagai alat atau fasilitas yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data agar pekerjaannya lebih mudah dan hasilnya lebih baik, dalam arti cermat, lengkap, dan sistematis, sehingga lebih mudah diolah. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini berupa angket. Sejumlah pertanyaan tertulis yang digunakan untuk memperoleh informasi dari responden dalam arti laporan tentang pribadinya atau hal-hal yang diketahui.

Kisi-kisi dalam angket yang ada dikembangkan dalam rangka untuk memperoleh data sekunder tentang faktor-faktor yang mempengaruhi. Untuk memudahkan dalam penyusunan butir-butir pertanyaan atau pernyataan angket serta alternatif jawaban yang tersedia, maka responden hanya diperkenankan untuk menjawab salah satu alternatif jawaban. Jawaban yang dikemukakan oleh responden didasarkan pada pendapatnya sendiri atau suatu hal yang dialaminya.

##### *Penyusunan Skala Self Confidence*

###### *a. Definisi konseptual self confidence*

Kepercayaan diri merupakan suatu keyakinan dan sikap seseorang terhadap kemampuan pada dirinya sendiri dengan menerima secara apa adanya baik positif maupun negatif yang dibentuk dan dipelajari melalui proses belajar dengan tujuan untuk kebahagiaan dirinya. (Hakim, 2002, hlm. 6)

###### *b. Definisi Operasional self confidence*

Kepercayaan diri sebagai modal dasar seorang manusia dalam memenuhi berbagai kebutuhan sendiri. Seseorang mempunyai kebutuhan untuk kebebasan berfikir dan berperasaan akan tumbuh menjadi manusia dengan rasa percaya diri. Salah satu langkah utama dalam membangun rasa percaya diri dengan memahami dan meyakini bahwa setiap manusia memiliki kelebihan dan kelemahan masing-masing. (Hakim, 2002, hlm. 6)

c. Indikator *self confidence*

Berdasarkan keenam komponen kepercayaan diri yaitu keyakinan akan kemampuan diri, optimis, objektif, tanggung jawab, rasional dan realitis disampaikan Lauster yang diterjemahkan Gufron (2010, hlm. 35) pada bab sebelumnya, peneliti menyusun beberapa indikator, sebagai berikut:

1. keyakinan akan kemampuan diri yaitu percaya dan bersungguh-sungguh pada diri sendiri.
  - 1) memiliki kemampuan
  - 2) sanggup menyelesaikan tugas
  - 3) percaya pada teman
  
2. optimis yaitu sifat orang yang selalu berpandangan baik dalam menghadapi segala hal tentang diri, harapan, dan kemampuan.
  - 1) pada harapan dan cita-cita
  
3. objektif yaitu keadaan yang sebenarnya tanpa dipengaruhi pendapat atau pandangan pribadi.
  - 1) mengungkapkan kebenaran
  
4. tanggung jawab yaitu keadaan wajib menanggung segala sesuatu yang telah menjadi konsekuensinya.
  - 1) kesadaran untuk melakukan
  - 2) kesediaan untuk melakukan
  
5. rasional yaitu pikiran yang sehat dan pertimbangan yang logis.
  - 1) berpikir rasional
  
6. realitis yaitu bersifat nyata dan bersifat wajar.
  - 1) bertindak realitis

d. Spesifikasi *self confidence*

Tabel 3.2.  
Spesifikasi *Self Confidence*

Variabel Penelitian	Sub Variabel	Indikator	No Item	
			+	-
<i>Self Confidence</i> (Lauster, 2010, hlm. 35)	1. Keyakinan akan kemampuan diri	1. Memiliki kemampuan	1,2,3	4,5,6
		2. Sanggup menyelesaikan tugas	7,8,9	10,11,12
		3. Percaya pada teman	13,14,15	16,17,18
	2. Optimis	Pada harapan atau cita-cita	19,20,21	22,23,24
	3. Objektif	Mengungkapkan kebenaran yang semestinya	25,26,27	28,29,30
	4. Tanggung jawab	1. Kesadaran untuk melakukan 2. Kesiediaan untuk melakukan	31,32,33 37,38,39	34,35,36 40,41,42
5. Rasional	Berpikir rasional	43,44,45	46,47,48	
6. Realistis	Bertindak realistis	49,50,51	52,53,54	

Dari uraian di atas, maka dalam menyusun pernyataan dalam angket ini harus bersifat jelas, ringkas dan tegas. Pernyataan-pernyataan angket penelitian ini dapat dilihat pada tabel 3.3. sebagai berikut:

Tabel 3.3.  
*Angket Self Confidence*

Angket <i>Self Confidence</i>						
No	PERNYATAAN	Sangat Setuju	Setuju	Ragu-ragu	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
1	Saya mampu melaksanakan tugas dengan baik					
2	Saya siap menghadapi ujian, karena saya sudah belajar					
3	Saya belajar dengan sungguh-sungguh agar bisa meraih impian saya					
4	Saya tidak percaya akan kemampuan saya sendiri					

Tabel 3.3. (lanjutan)  
 Angket *Self Confidence*

No	PERNYATAAN	Sangat Setuju	Setuju	Ragu-ragu	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
5	Saya menganggap setiap tugas yang diberikan kepada saya terasa sulit untuk diselesaikan					
6	Walau sudah belajar, saya pesimis bisa mengerjakan soal ujian dengan baik					
7	Saya mengumpulkan tugas tepat pada waktunya					
8	Walaupun tugas yang yang diberikan sulit saya tetap akan mencobanya					
9	Saya ingin mengerjakan sampai selesai setiap pekerjaan atau tugas yang telah saya mulai					
10	Saya tidak mau menerima tugas itu karena tugas itu terlalu sulit buat saya					
11	Saya tidak dapat menyelesaikan tugas, karena tugas itu terlalu rumit buat saya					
12	Saya pura-pura sakit jika disuruh ikut berkegiatan					
13	Saya akan meminjamkan buku bacaan favorit saya, jika teman saya ingin membacanya					
14	Saya suka melakukan kegiatan bersama teman-teman					
15	Saya suka menolong teman yang sedang mengalami kesulitan					
16	Saya lebih suka menyendiri daripada banyak teman					
17	Saya malas mendengarkan pendapat orang lain dalam rapat					
18	Saya mempercayai apapun informasi yang diberikan teman meskipun di luar akal sehat					
19	Saya suka bekerja untuk suatu tujuan yang telah saya tentukan sebelumnya					
20	Saya suka akan petualangan					
21	Saya akan berusaha terus sampai berhasil					
22	Saya tidak pernah mencoba lagi karena saya pernah gagal					
23	Saya merasa kecewa jika memikirkan tentang diri saya					



Tabel 3.3. (lanjutan)  
 Angket *Self Confidence*

No	PERNYATAAN	Sangat Setuju	Setuju	Ragu-ragu	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
24	Saya merasa frustrasi dalam menghadapi kegagalan					
25	Saya akan mengatakan salah, pada sahabat saya yang melanggar aturan					
26	Saya ingin menegakkan kebenaran tanpa tekanan dari pihak manapun					
28	Saya akan melarikan diri dari sebuah kebenaran					
29	Saya senang menduga-duga tentang sesuatu hal					
30	Saya tidak pernah bekerja keras pada tiap pekerjaan yang saya hadapi					
31	Dengan menabung saya yakin bisa membeli sesuatu yang saya impikan					
32	Dengan berpikir positif saya bisa melewati masalah yang saya hadapi					
33	Saya ingin mengerjakan segala sesuatu lebih baik dari orang lain					
34	Saya ingin menyalahkan orang lain bila keadaannya kurang menguntungkan saya					
35	Saya merasa tidak mampu untuk menghadapi berbagai macam keadaan					
36	Saya suka menyerang pendirian orang lain dalam berbagai situasi					
37	Saya ingin hidup teratur dan berjalan lancar tanpa banyak perubahan rencana					
38	Saya ingin menyelesaikan satu pekerjaan sebelum memulai pekerjaan yang baru					
39	Saya suka mengerjakan hal yang baru dan berbeda					
40	Saya merasa, dalam banyak hal saya kalah bila dibandingkan dengan orang lain					
41	Saya takut terhadap sesuatu yang belum pernah saya coba					
42	Saya lebih senang diam dibanding harus berpikir					
43	Saya mempercayai berita menurut saya secara rasional					
44	Saya ingin memperoleh hasil terbaik dalam berbagai hal yang saya lakukan					

Tabel 3.3. (lanjutan)  
 Angket *Self Confidence*

No	PERNYATAAN	Sangat Setuju	Setuju	Ragu-ragu	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
45	Saya merasa bersalah apabila saya telah melakukan sesuatu saya ketahui tidak baik					
46	Saya menyelesaikan masalah tanpa berpikir panjang					
47	Dengan berpikir negatif saya bisa melewati masalah yang saya hadapi					
48	Saya ingin melakukan sesuatu tanpa berpikir dengan baik					
49	Saya akan melaksanakan tugas secara realistis					
50	Saya memiliki keinginan yang realistis untuk masa depan saya					
51	Saya ingin mengerjakan sesuatu yang berarti bagi kemanusiaan					
52	Tanpa belajar dengan baik nilai saya akan tetap bagus					
53	Tanpa kerja keras dengan baik pekerjaan saya akan tetap selesai					
54	Tanpa berlatih dengan baik dan benar saya akan menjadi juara					

Mengenai alternatif jawaban dalam angket peneliti menetapkan kategori penyekoran, alternatif jawaban yang disediakan sebanyak 5 alternatif. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel 3.4. sebagai berikut :

Tabel 3.4.

Kategori Pemberian Skor Alternatif Jawaban

Alternatif Jawaban	Skor Alternatif Jawaban	
	Positif	Negatif
Sangat Setuju	5	1
Setuju	4	2
Ragu-ragu	3	3
Tidak Setuju	2	4
Sangat Tidak Setuju	1	5

Berikut mengenai program *outdoor education* dengan tabel program ini dimaksudkan untuk memberikan gambaran materi atau kegiatan yang akan diberikan kepada siswa. Adapun tabelnya dapat dilihat di tabel 3.5:

Tabel 3.5

Program Penerapan *Outdoor Education (Hiking)*

Materi Pembelajaran	:	<i>HIKING</i> (perjalanan jauh)		
Tujuan	:	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Melatih menghadapi masalah</li> <li>▪ Melatih diri menghadapi resiko dan penuh tantangan</li> <li>▪ Percaya diri</li> <li>▪ Semangat juang dan kegigihan menyelesaikan tugas beragam dan mencari solusi</li> <li>▪ Melatih kerja sama dan diskusi</li> <li>▪ Melatih keberanian</li> <li>▪ Keterlibatan dan rasa ingin tahu</li> <li>▪ Melatih psikomotor</li> </ul>		
Minggu / Waktu / Pertemuan	:	II / 1 x 120 menit x 2 pertemuan		
Sarana dan Prasarana	:	Pakaian dan Sepatu Olahraga		
Tempat	:	Daerah Pegunungan Lembang KBB		
<i>Hiking</i>		Materi	Sasaran Pembelajaran	Durasi
1. Pendahuluan		<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Packing</li> <li>2. Cek perlengkapan hiking</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Menyiapkan proses pembelajaran</li> <li>2. Berdoa</li> <li>3. Memberikan informasi dan penjelasan tujuan pembelajaran</li> <li>4. Pemanasan dan peregangan</li> </ol>	20 menit
3. Kegiatan Inti		<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Menelusuri jalan setapak di pedesaan</li> <li>2. Berjalan-jalan di pematang sawah</li> <li>3. Mendaki perbukitan dan menuruni lembah</li> <li>4. Menelusuri perkebunan teh</li> <li>5. Memasuki gua-gua</li> <li>6. Memasuki kawasan air terjun</li> <li>7. Menelusuri aliran sungai</li> <li>8. Menuju danau</li> <li>9. Menjelajah hutan pinus</li> <li>10. Menyebrangi sungai dan melawan arus</li> <li>11. Mendaki pegunungan (Sumber: Kardjono, 2009)</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Siswa dibagi menjadi 4 kelompok, 5 orang setiap kelompoknya. Dan setiap kelompok terdapat dua orang yang dianggap memiliki keterampilan dan pengetahuan lebih.</li> <li>2. Siswa dapat mengenal alam</li> <li>3. Siswa dapat berinteraksi dengan lingkungan</li> <li>4. Siswa melatih kondisi fisik</li> <li>5. Setiap kelompok menyelesaikan pemilihan tugas yang harus diselesaikan</li> <li>6. Guru memberikan <i>feed back</i> positif</li> </ol>	80 menit
4. Penutup		<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Evaluasi kegiatan</li> <li>2. Perenungan</li> <li>3. Kesan dan Pesan</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pendinginan</li> <li>2. Evaluasi dan Diskusi Proses Pembelajaran</li> <li>3. Berdoa</li> </ol>	20 menit

Tabel 3.6.

Program Penerapan *Outdoor Education (Rafting)*

Materi Pembelajaran	:	<i>RAFTING</i> (Arung jeram)		
Tujuan	:	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Melatih menghadapi masalah</li> <li>▪ Melatih diri menghadapi resiko dan penuh tantangan</li> <li>▪ Percaya diri</li> <li>▪ Semangat juang dan kegigihan menyelesaikan tugas beragam dan mencari solusi</li> <li>▪ Melatih kerja sama dan diskusi</li> <li>▪ Melatih keberanian</li> <li>▪ Keterlibatan dan rasa ingin tahu</li> <li>▪ Melatih psikomotor</li> <li>▪ Menjajaki pekerjaan yang sulit</li> </ul>		
Minggu / Waktu / Pertemuan	:	III / 1 x 480 menit x 2 pertemuan		
Sarana dan Prasarana	:	Peralatan dan perlengkapan arung jeram (SOP)		
Tempat	:	Daerah Sungai Citarum Rajamandala KBB		
<i>Rafting</i>		Materi	Sasaran Pembelajaran	Durasi
A. Pendahuluan		<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pengenalan tentang <i>rafting</i></li> <li>2. Pengenalan alat-alat <i>rafting</i></li> <li>3. Prosedur keselamatan</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Menyiapkan proses pembelajaran</li> <li>2. Berdoa</li> <li>3. Memberikan informasi dan penjelasan tujuan pembelajaran</li> <li>4. Pemanasan dan peregangan</li> </ol>	90 menit
B. Kegiatan Inti		<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Simulasi <i>rafting</i></li> <li>2. Melakukan pengarungan pendek</li> <li>3. Melakukan pengarungan panjang</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Siswa dibagi menjadi 3 kelompok, 7 orang setiap kelompoknya. Dan setiap kelompok terdapat dua orang yang dianggap memiliki keterampilan dan pengetahuan lebih.</li> <li>2. Siswa dapat mengenal medan</li> <li>3. Siswa dapat berinteraksi dengan lingkungan</li> <li>4. Siswa melatih kondisi fisik</li> <li>5. Setiap kelompok menyelesaikan pemilihan tugas yang harus diselesaikan</li> <li>6. Guru memberikan <i>feed back</i> positif</li> </ol>	360 menit
C. Penutup		<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Evaluasi kegiatan</li> <li>2. Perenungan</li> <li>3. Kesan dan Pesan</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pendinginan</li> <li>2. Evaluasi dan Diskusi Proses Pembelajaran</li> <li>3. Berdoa</li> </ol>	30 menit

Tabel 3.7.

Program Penerapan *Outdoor Education (Rock Climbing)*

Materi Pembelajaran	:	<i>ROCK CLIMBING</i> (Panjat tebing)		
Tujuan	:	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Melatih menghadapi masalah</li> <li>▪ Melatih diri menghadapi resiko dan penuh tantangan</li> <li>▪ Percaya diri</li> <li>▪ Semangat juang dan kegigihan menyelesaikan tugas beragam dan mencari solusi</li> <li>▪ Melatih keberanian</li> <li>▪ Keterlibatan dan rasa ingin tahu</li> <li>▪ Melatih psikomotor</li> <li>▪ Memunculkan inovasi dan ide-ide baru</li> <li>▪ Kemandirian</li> </ul>		
Minggu / Waktu / Pertemuan	:	IV / 1 x 460 menit x 2 pertemuan		
Sarana dan Prasarana	:	Peralatan dan perlengkapan panjat tebing (SOP)		
Tempat	:	Daerah Tebing Citatah 48 KBB		
<i>Rock Climbing</i>		Materi	Sasaran Pembelajaran	Durasi
1. Pendahuluan		<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pengenalan <i>rock climbing</i></li> <li>2. Pengenalan alat-alat <i>rock climbing</i></li> <li>3. Prosedur keselamatan</li> <li>4. Pengecekan alat</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Menyiapkan proses pembelajaran</li> <li>2. Berdoa</li> <li>3. Memberikan informasi dan penjelasan tujuan pembelajaran</li> <li>4. Pemanasan dan peregangan</li> </ol>	90 menit
2. Kegiatan Inti		<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pemasangan alat di tebing</li> <li>2. <i>Sport climbing</i></li> <li>3. <i>Artificial climbing</i></li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Siswa dibagi menjadi 4 kelompok, 5 orang setiap kelompoknya. Dan setiap kelompok terdapat dua orang yang dianggap memiliki keterampilan dan pengetahuan lebih.</li> <li>2. Siswa dapat mengenal alam</li> <li>3. Siswa dapat berinteraksi dengan lingkungan</li> <li>4. Siswa melatih kondisi fisik</li> <li>5. Guru memberikan <i>feed back</i> positif</li> </ol>	360 menit
4. Penutup		<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Evaluasi kegiatan</li> <li>2. Perenungan</li> <li>3. Kesan dan Pesan</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pendinginan</li> <li>2. Evaluasi dan Diskusi Proses Pembelajaran</li> <li>3. Berdoa</li> </ol>	10 menit

Tabel 3.8.

Program Penerapan *Outdoor Education (Camping)*

Materi Pembelajaran	:	<i>CAMPING</i> (berkemah)		
Tujuan	:	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Melatih menghadapi masalah</li> <li>▪ Melatih diri menghadapi resiko dan penuh tantangan</li> <li>▪ Percaya diri</li> <li>▪ Semangat juang dan kegigihan menyelesaikan tugas beragam dan mencari solusi</li> <li>▪ Melatih kerja sama dan diskusi</li> <li>▪ Melatih keberanian</li> <li>▪ Keterlibatan dan rasa ingin tahu</li> <li>▪ Melatih psikomotor</li> </ul>		
Minggu / Waktu	:	V / 1 x selama 2 hari 1 malam		
Sarana dan Prasarana	:	Peralatan dan perlengkapan berkemah		
Tempat	:	Daerah Pegunungan Lembang KBB		
<i>Camping</i>		Materi	Sasaran Pembelajaran	Durasi
A. Pendahuluan		<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pengenalan alat <i>camping</i></li> <li>2. Pengenalan medan</li> <li>3. Prosedur keselamatan</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Meyiapkan proses pembelajaran</li> <li>2. Berdoa</li> <li>3. Memberikan informasi dan penjelasan tujuan pembelajaran</li> <li>4. Pemanasan dan peregangan</li> </ol>	10 menit
B. Kegiatan Inti		<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Perjalanan ke tempat <i>camp</i></li> <li>2. Membuat <i>camp</i> dengan baik</li> <li>3. Membuat perapian</li> <li>4. Memasak rimba</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Siswa dibagi menjadi 4 kelompok, 5 orang setiap kelompoknya. Dan setiap kelompok terdapat dua orang yang dianggap memiliki keterampilan dan pengetahuan lebih.</li> <li>2. Siswa dapat mengenal alam</li> <li>3. Siswa dapat berinteraksi dengan lingkungan</li> <li>4. Siswa melatih kondisi fisik</li> <li>5. Setiap kelompok menyelesaikan pemilihan tugas yang harus diselesaikan</li> <li>6. Guru memberikan <i>feed back</i> positif</li> </ol>	2880 menit
C. Penutup		<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Evaluasi kegiatan</li> <li>2. Perenungan</li> <li>3. Kesan dan Pesan</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pendinginan</li> <li>2. Evaluasi dan Diskusi Proses Pembelajaran</li> <li>3. Berdoa</li> </ol>	30 menit

## E. Pengembangan Instrumen

Analisis data atau pengolahan data merupakan salah satu langkah yang penting dalam penelitian, karena kesalahan dalam analisis akan berpengaruh dalam pengambilan kesimpulan. Terutama bila digunakan generalisasi kesimpulan untuk masalah yang diteliti. Suatu kesimpulan dapat diambil dari hasil pengolahan data tersebut Adapun teknik analisis data yang digunakan untuk penelitian ini adalah :

### 1. Uji Validitas

Validitas instrumen penelitian adalah ketepatan dari suatu instrumen penelitian atau alat pengukur terhadap konsep yang akan diukur. Instrumen yang valid harus dapat mendeteksi dengan tepat apa yang seharusnya diukur. Dalam penelitian ini penulis mengadakan pengujian validitas soal dengan cara analisis butir soal. Untuk menguji validitas alat ukur, maka harus dihitung korelasinya, yaitu menggunakan rumus:

$$r_{xy} = \frac{N \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{[(N \sum X^2 - (\sum X)^2)(N \sum Y^2 - (\sum Y)^2)]}}$$

Dimana:

$r_{xy}$  = Koefisien korelasi antara X dan Y.

$\sum X$  = Jumlah skor tiap butir.

$\sum Y$  = Jumlah skor total.

$\sum XY$  = Jumlah perkalian skor butir dan skor total.

$N$  = Banyak subjek

(Maksum, 2012, hlm. 113)

Berikut mengenai interpretasi koefisien korelasi tingkat validitas:

Tabel 3.9.

### Interpretasi Terhadap Koefisien Korelasi Tingkat Validitas

Tingkat Validitas	Koefisien Korelasi
Istimewa	.80 - 1
Tinggi	.70 - .79
Sedang/Cukup	.50 - .69
Rendah	.00 - .49

## 2. Uji Reliabilitas

Reliabilitas instrumen digunakan untuk mengukur sejauh mana suatu alat ukur memberikan gambaran yang benar-benar dapat dipercaya tentang kemampuan seseorang. Untuk menguji reliabilitas instrumen digunakan rumus sebagai berikut :

Rumus uji signifikansi product moment:

$$r.tot = \frac{2(r.tt)}{1 + r.tt} \quad (\text{Maksum, 2012, hlm. 119})$$

dimana:

r.tot : kofisien realibilitas keseluruhan

r.tt : kofisien korelasi belahan 1 dan 2

Taraf signifikansi koefisien uji dengan menggunakan rumus uji signifikansi product moment dengan taraf kesalahan 5% atau  $(\alpha) = 0,05$ . Setelah didapat nilai koefisien yang dicari lalu lakukan pengujian signifikansi koefisien korelasi yang disesuaikan dengan tabel interpretasi koefisien korelasi didapat sebagai berikut:

Tabel 3.10.

Interpretasi Terhadap Koefisien Korelasi Tingkat Realibilitas

<b>Tingkat Realibilitas</b>	<b>Koefisien Korelasi</b>
Istimewa	.90 - 1
Tinggi	.80 - .89
Sedang/Cukup	.60 - .79
Rendah	.00 - .59



Tabel 3.11.  
Validitas dan Realibilitas

	V A L I D I T A S				R E A L I B I L I T A S	R E A L I B I L I T A S			
	No.	r hitung	r tabel	Keterangan		No	r hitung	realibitas	Keterangan
	1	0.524	0.444	Valid		1	0.444	0.688	Sedang
	2	0.435	0.444	Tidak valid		2	0.444	0.606	Sedang
	3	0.471	0.444	Valid		3	0.444	0.640	Sedang
	4	0.471	0.444	Valid		4	0.444	0.641	Sedang
	5	0.546	0.444	Valid		5	0.444	0.706	Tinggi
	6	0.252	0.444	Tidak Valid		6	0.444	0.402	Rendah
	7	0.572	0.444	Valid		7	0.444	0.728	Tinggi
	8	0.512	0.444	Valid		8	0.444	0.678	Sedang
	9	0.560	0.444	Valid		9	0.444	0.718	Tinggi
	10	-0.102	0.444	Tidak Valid		10	0.444	-0.227	Sangat Rendah
	11	0.527	0.444	Valid		11	0.444	0.691	Rendah
	12	0.153	0.444	Tidak Valid		12	0.444	0.266	Rendah
	13	0.284	0.444	Tidak Valid		13	0.444	0.442	Rendah
	14	0.560	0.444	Valid		14	0.444	0.718	Tinggi
	15	0.685	0.444	Valid		15	0.444	0.813	Istimewa
	16	0.473	0.444	Valid		16	0.444	0.642	Sedang
	17	0.179	0.444	Tidak Valid		17	0.444	0.304	Rendah
	18	0.191	0.444	Tidak Valid		18	0.444	0.321	Rendah
	19	0.527	0.444	Valid		19	0.444	0.691	Sedang
	20	0.736	0.444	Valid		20	0.444	0.848	Tinggi
	21	1.000	0.444	Valid		21	0.444	1.000	Istimewa
	22	0.475	0.444	Valid		22	0.444	0.644	Sedang
	23	0.139	0.444	Tidak Valid		23	0.444	0.244	Rendah
	24	0.473	0.444	Valid		24	0.444	0.642	Sedang
	25	0.368	0.444	Tidak Valid		25	0.444	0.539	Sedang
	26	0.279	0.444	Tidak Valid		26	0.444	0.436	Rendah
	27	0.635	0.444	Valid		27	0.444	0.777	Tinggi
	28	0.242	0.444	Tidak Valid		28	0.444	0.390	Rendah
	29	-0.033	0.444	Tidak Valid		29	0.444	-0.069	Sangat Rendah
	30	0.313	0.444	Tidak Valid		30	0.444	0.476	Rendah
	31	0.280	0.444	Tidak Valid		31	0.444	0.437	Rendah
	32	0.663	0.444	Valid		32	0.444	0.798	Tinggi
	33	0.488	0.444	Valid		33	0.444	0.656	Sedang
	34	0.429	0.444	Tidak Valid		34	0.444	0.600	Sedang
	35	0.494	0.444	Valid		35	0.444	0.661	Sedang
	36	-0.082	0.444	Tidak Valid		36	0.444	-0.179	Sangat Rendah
	37	0.139	0.444	Tidak Valid		37	0.444	0.244	Rendah
	38	0.524	0.444	Valid		38	0.444	0.688	Sedang
	39	0.535	0.444	Valid		39	0.444	0.697	Sedang
	40	0.404	0.444	Tidak Valid		40	0.444	0.575	Sedang
	41	0.467	0.444	Valid		41	0.444	0.636	Sedang
	42	0.523	0.444	Valid		42	0.444	0.687	Sedang
	43	0.495	0.444	Valid		43	0.444	0.662	Sedang
	44	0.685	0.444	Valid		44	0.444	0.813	Istimewa
	45	0.145	0.444	Tidak Valid		45	0.444	0.254	Rendah
	46	0.540	0.444	Valid		46	0.444	0.702	Tinggi
	47	0.169	0.444	Tidak Valid		47	0.444	0.290	Rendah
	48	0.259	0.444	Tidak Valid		48	0.444	0.411	Rendah
	49	0.560	0.444	Valid		49	0.444	0.718	Tinggi
	50	0.535	0.444	Valid		50	0.444	0.697	Sedang
	51	0.524	0.444	Valid		51	0.444	0.688	Sedang
	52	0.016	0.444	Tidak Valid		52	0.444	0.032	Rendah
	53	0.079	0.444	Tidak Valid		53	0.444	0.147	Rendah
	54	0.473	0.444	Valid		54	0.444	0.642	Sedang

Hasil penghitungan membandingkan nilai  $r_{hitung}$  dengan  $r_{tabel}$  dalam taraf kesalahan 5% atau  $\alpha = 0.05$ . Dengan  $r_{hitung} > r_{tabel} = 0.444$  kemudian mengoperasikan  $r_{hitung}$  dengan  $r_{tabel}$  yang artinya butir pertanyaan tersebut dapat digunakan sebagai alat pengumpul data. Jika sebaliknya, yaitu nilai  $r_{hitung}$  lebih kecil daripada  $r_{tabel}$  maka butir tersebut tidak bisa digunakan sebagai alat data. Berikut mengenai interpretasi koefisien korelasi tingkat objektivitas:

Tabel 3.12.  
Interpretasi Terhadap Koefisien Korelasi Tingkat Objektivitas

Tingkat Objektivitas	Koefisien Korelasi
Istimewa	.95 – 1
Tinggi	.85 - .94
Sedang/Cukup	.70 – .84
Rendah	.00 - .69

Hasil penghitungan uji signifikansi korelasi *Person Product Moment* dimasukkan ke dalam rumus Spearman Brown, Selanjutnya membandingkan nilai  $r_{hitung}$  dengan  $r_{tabel}$  dalam taraf kesalahan 5% atau  $\alpha = 0.05$  dengan  $r_{hitung} > r_{tabel}$  kemudian mengoperasikan  $r_{hitung}$  dengan  $r_{tabel}$  yang artinya butir pertanyaan tersebut dapat digunakan sebagai alat pengumpul data untuk menunjukkan bahwa korelasi mempunyai reliabilitas yang signifikan. Jika sebaliknya, yaitu nilai  $r_{hitung}$  lebih kecil daripada  $r_{tabel}$  maka butir tersebut tidak bisa digunakan sebagai alat data.

Secara matematis, realibilitas dapat didefinisikan sebagai berikut:

$$r_{tt} = \frac{V_{\infty}}{V_t} \quad (\text{Maksum, 2012, hlm. 121})$$

dimana:

- $r_{tt}$  = realibilitas
- $V_{\infty}$  = true variance
- $V_t$  = variance total

t-test untuk sampel pembeda

(Maksum, 2012, hlm. 175)

$$t = \frac{M_1 - M_2}{\sqrt{\frac{S_1^2}{N_1} + \frac{S_2^2}{N_2}}}$$

dimana:

$M_1$  = Mean pada distribusi sampel 1

$M_2$  = Mean pada distribusi sampel 2

$S_1^2$  = Nilai varian pada distribusi sampel 1

$S_2^2$  = Nilai varian pada distribusi sampel 2

$N_1$  = Jumlah individu pada sampel 1

$N_2$  = Jumlah individu pada sampel 2

## F. Teknik Pengumpulan dan Analisis Data

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini dilaksanakan melalui tes berupa angket skala *self confidence* yang berisi 54 pernyataan. Tes angket ini digunakan untuk mengetahui tingkat *self confidence* siswa.

Tes angket skala *self confidence* dilaksanakan sebanyak dua kali, yaitu tes awal dan tes akhir. Tes awal dilaksanakan sebelum kelompok eksperimen dan kelompok kontrol memperoleh perlakuan, dengan tujuan untuk mengetahui tingkat kepercayaan diri siswa sebelum proses pembelajaran. Tes akhir dilaksanakan setelah kelompok eksperimen memperoleh perlakuan, yang tujuannya mengetahui tingkat kepercayaan diri siswa.

Analisis data dalam penelitian dilakukan dengan menggunakan teknik analisis kuantitatif. Berdasarkan proses penelitian yang dilaksanakan, adapun langkah-langkah dalam pengolahan data adalah sebagai berikut:

1. Menyeleksi data setelah angket terkumpul dari para sampel sebagai sumber data, maka harus diseleksi untuk diperiksa keabsahan pengisian angket. Karena mungkin saja pada sebagian butir pernyataan dalam angket, terdapat jawaban yang tidak diisi oleh responden.
2. Memberikan nilai pada tiap-tiap butir pernyataan dalam angket.

3. Memasukkan atau input data skor tersebut pada program komputer Microsoft Excel 2007.

Selanjutnya data tersebut diolah dan dianalisis, dengan tujuan dapat memperoleh kesimpulan penelitian. Kesimpulan data tersebut diharapkan dapat menjawab rumusan masalah dan hipotesis penelitian. Analisis data dilaksanakan dengan menggunakan program *Statistical Product and Service Solution (SPSS) Serie 20*. Adapun langkah-langkah yang ditempuh adalah sebagai berikut:

1. Uji normalitas data

Uji normalitas data dilaksanakan dengan tujuan agar dapat memperoleh informasi mengenai kenormalan data yang diperoleh. Selain itu, uji normalitas data juga akan menentukan langkah yang harus ditempuh selanjutnya, yaitu analisis statistik apa yang harus digunakan, apakah statistik parametrik atau nonparametrik. Langkah yang dilakukan adalah dengan menginput dan menganalisa menggunakan deskripsi explore data pada menu SPSS Seri. 20.

2. Uji homogenitas data

Uji homogenitas data dilaksanakan setelah uji normalitas data. Tujuan uji homogenitas data adalah untuk mengetahui bahwa data tersebut berasal dari sampel yang homogen. Selain itu juga untuk menentukan jenis analisis statistik apa yang selanjutnya digunakan dalam uji hipotesis data. Langkah yang dilakukan untuk uji homogenitas data menggunakan program *software SPSS Seri 20* adalah sama dengan uji normalitas data. *Output* yang dihasilkan dari *descriptive explore* data tersebut sekaligus menghasilkan dua analisis, yaitu normalitas dan homogenitas data.

3. Uji hipotesis

Uji hipotesis data dilakukan guna mendapatkan kesimpulan dari data yang diperoleh. Jenis analisis statistik yang digunakan untuk melakukan uji hipotesis dalam rangka mencari kesimpulan ditentukan oleh hasil uji

normalitas dan homogenitas data. Selain itu juga membandingkan hasil *pre-test* antara kelompok sampel eksperimen dan kelompok sampel kontrol, serta membandingkan hasil *post-test* kelompok sampel eksperimen dan kelompok sampel kontrol.

#### 4. Analisis dan deskripsi data

Dalam kegiatan analisis dan deskripsi data yang dilakukan adalah menganalisis serta mendeskripsikan angka-angka yang ada, hasil dari penghitungan statistik. Angka atau nilai yang dihasilkan bisa dibandingkan dengan angka tabel atau dideskripsikan secara langsung dengan berbagai pertimbangan. Selain itu juga analisis didasarkan pada hipotesis yang dibuat untuk dapat memaknai nilai dan angka yang dihasilkan dari penghitungan.