

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Pendidikan merupakan salah satu faktor yang memegang peranan penting bagi kelangsungan hidup suatu bangsa dan negara, karena pendidikan merupakan wahana untuk meningkatkan dan mengembangkan kualitas sumber daya manusia sehingga mampu bersaing dan berkompetisi dengan bangsa-bangsa lain dalam menghadapi era globalisasi. Pendidikan di Indonesia telah tercermin dalam UUSPN No.20 Pasal 1 Ayat 1 Halaman ii Tahun 2003 menyatakan bahwa:

Sistem pendidikan nasional, pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses belajar agar peserta didik secara aktif membangun potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara.

Untuk itu sudah sepatutnya pendidikan mendapatkan perhatian yang terus menerus untuk meningkatkan mutunya. Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (penjasorkes) termasuk bagian yang penting dari sistem pendidikan secara keseluruhan. Penjasorkes menjadi salah satu mata pelajaran yang wajib diberikan kepada siswa di sekolah guna meningkatkan aspek kognitif, afektif dan psikomotor siswa. Oleh karena itu, mata pelajaran penjasorkes tidak kalah penting dibandingkan dengan mata pelajaran lain diantaranya; Matematika, Bahasa, IPS, dan IPA.

Budiman (2009, hlm. 4) mengemukakan “fungsi pendidikan jasmani, diantaranya yaitu mengembangkan sikap percaya diri sendiri, bergotong royong dalam kebaikan, sportif, semangat baja, berani, dan kesatria”. Selaras dengan apa yang dijelaskan Budiman, lebih lanjut Mahendra (2004, hlm. 4) mengungkapkan bahwa “pembelajaran penjas bukan hanya berorientasi pada peningkatan penguasaan anak terhadap keterampilan berolahraga, melainkan

berkonsentrasi pula pada upaya membantu anak dalam perkembangan kepribadiannya (*personal development*).”

DAP (*Developmentally Appropriate Practice*), istilah ini merupakan pendidikan yang melandaskan proses belajar-mengajar penjasorkes yang berpusat pada peserta didik, dan dalam pelaksanaannya dilandaskan pada pendekatan pengajaran yang berorientasi pada taraf pertumbuhan dan perkembangan peserta didik. Hal tersebut sangat berguna sebagai alat untuk menggeneralisasi suatu karakteristik yang beragam pada peserta didik baik dari segi usia, jenis kelamin, latar belakang kebudayaan, kemampuan fisik, dan lain-lain. Banyak manfaat yang didapat dengan konsep DAP (*Developmentally Appropriate Practice*) salah satunya manfaat afektif dari kepribadian peserta didik, contohnya siswa akan menghargai temannya baik yang mempunyai kemampuan lebih ataupun kurang dari segi keterampilan gerak dengan begitupun siswa yang mempunyai keterampilan yang kurang tidak akan merasa berkecil hati ataupun malu tetapi akan timbul rasa percaya diri dan mau berusaha dan berlatih lebih giat lagi agar jauh lebih baik.

Menurut Mahendra (2012, hlm. 10) secara sederhana, pendidikan jasmani memberikan kesempatan kepada siswa untuk :

1. Mengembangkan pengetahuan dan keterampilan yang berkaitan dengan aktivitas jasmani, perkembangan estetika, dan perkembangan sosial.
2. Mengembangkan kepercayaan diri dan kemampuan untuk menguasai keterampilan gerak dasar yang akan mendorong partisipasinya dalam aneka aktivitas jasmani.
3. Memperoleh dan mempertahankan derajat kebugaran jasmani yang optimal untuk melaksanakan tugas sehari-hari secara efisien dan terkendali.
4. Mengembangkan nilai-nilai pribadi melalui partisipasi dalam aktivitas jasmani baik secara kelompok maupun perorangan.
5. Berpartisipasi dalam aktivitas jasmani yang dapat mengembangkan keterampilan sosial yang memungkinkan siswa berfungsi secara efektif dalam hubungan antar orang.
6. Menikmati kesenangan dan keriangannya melalui aktivitas jasmani, termasuk permainan olahraga.

Penjasorkes adalah pendidikan yang sangat kompleks manfaatnya bagi setiap individu ada manfaat secara psikomotor pastinya sangat besar manfaatnya karena penjas itu bergerak untuk belajar artinya bagaimana seorang individu dapat sadar akan fungsi tubuhnya adalah bergerak, manfaat psikomotor lebih banyak pada peningkatan efisiensi fungsi faal tubuh seperti sistem peredaran darah, sistem pernapasan dan sistem metabolisme tubuh.

Manfaat secara kognitif artinya pemahaman pengetahuan mengenai olahraga dan pola gerakanya akan dimengerti bagaimana bergerak yang efisien, mencakup pengetahuan tentang konsep, fakta atau lebih penting lagi bagaimana seorang individu dapat memecahkan sebuah masalah dengan pemahaman dan pengalaman yang di dapat melalui penjasorkes.

Manfaat secara afektifnya adalah lebih mencakup sifat-sifat psikologis pada setiap individu yang menjadi sebuah unsur kepribadian unik setiap individu, penjasorkes mengajarkan bagaimana menghargai teman dan lawan, bersikap sportif, jujur, bertanggung jawab dan percaya akan kemampuan diri sendiri ataupun tim, mampu mengendalikan emosi, bersemangat, bersimpati dan empati.

Dalam aspek afektif salah satunya adalah kepercayaan diri, dimana rasa kepercayaan diri ini dapat dibentuk dan dikembangkan melalui penjasorkes sebagai bekal dikehidupan kelak nanti agar setiap individu dapat memaksimalkan setiap kelemahan dan kekurangan yang dimilikinya serta berani bertanggung jawab dan konsekuen atas pilihan yang diambilnya tanpa ada campur tangan dari orang lain.

Kepercayaan diri seseorang adalah hasil dari kemampuan membaca dan berbicara pada diri sendiri dan membangkitkan sisi kekuatan positif diri, dengan cara mengembangkan kemampuan dan memberdayakan semua hal yang memberikan citra positif pada diri. Menurut Aulia (dalam Barbara, 2003, hlm. 35) makna kepercayaan diri adalah :

1. Menghormati diri sendiri
2. Percaya terhadap kemampuan diri
3. Keyakinan mampu menghadapi berbagai tantangan hidup

4. Keyakinan layak mendapat kebahagiaan
5. Kemampuan berbicara dan mengekspresikan diri sendiri
6. Bangga dengan diri sendiri
7. Kemampuan mengambil dan membuat keputusan tanpa ragu-ragu.

Kepercayaan diri merupakan sikap pada diri seseorang yang dapat menerima kenyataan, dapat mengembangkan kesadaran diri, berpikir positif, memiliki kemandirian, memiliki pendirian, dan mempunyai kemampuan untuk memiliki serta mencapai segala sesuatu yang diinginkan (Ghufron, 2010, hlm. 34). Akan tetapi kepercayaan diri juga dapat menjadi bumerang bagi diri setiap individu, kepercayaan diri yang berlebihan (*over confidence*) akan menimbulkan perasaan atau sikap yang menganggap enteng atau mudah dengan keadaan yang terjadi, hal itu mampu menyebabkan turunnya semangat seseorang untuk berjuang dan berusaha lebih keras lagi.

Setiap individu yang mempunyai kepercayaan diri, akan mampu bergaul secara fleksibel, mempunyai toleransi yang cukup baik, bersikap positif, dan tidak mudah dipengaruhi oleh orang lain dalam bertindak dan mengambil keputusan. Selain itu, orang yang mempunyai kepercayaan diri akan terlihat lebih tenang, tidak tergesa-gesa dan tidak memiliki rasa takut yang berlebihan. Sesuai yang diungkapkan oleh Sudibyo (dalam Al-Udshari, 2005, hlm. 43) "kepercayaan diri akan menimbulkan rasa aman, dalam hal ini akan tampak dalam sikap dan tingkah laku yang tampak tenang, tidak ragu-ragu, tidak mudah bimbang, tidak mudah gugup, tegar, dan sebagainya".

Dalam proses pembelajaran penjasorkes ataupun dilingkungan masyarakat setiap individu perlu mempunyai rasa percaya diri sebagai bekal untuk berkomunikasi dan berinteraksi dengan orang lain karena pada hakikatnya manusia atau individu adalah makhluk sosial artinya memerlukan bantuan orang lain. Sebagai contoh jika terdapat individu yang kurang memiliki rasa percaya diri bagaimana dia mampu berinteraksi bahkan mengemukakan pendapatnya dalam sebuah forum diskusi dan sebagainya pasti individu tersebut cenderung diam dan pasif sedangkan hal seperti itu akan semakin menurunkan rasa kepercayaan dirinya sehingga dapat menghambat perkembangan dan potensi yang dimilikinya.

Dalam pelaksanaannya penjasorkes terbagi atas enam bahan kajian yang bertujuan untuk membina dan memelihara siswa agar mempunyai kemampuan jasmani yang baik. Ini sesuai dengan yang tertera di Puskur (dalam Mahendra, 2004, hlm. 14) yang menyatakan bahwa :

Sementara itu, bahan kajian pendidikan jasmani tertuang dalam dokumen Kurikulum Berbasis Kompetensi (KBK) yang meliputi :

1. Aktivitas Permainan dan Olahraga
2. Aktivitas Pengembangan
3. Aktivitas Uji Diri
4. Aktivitas Ritmik
5. Aktivitas Air, dan
6. Aktivitas Luar Sekolah/Alam Bebas.

Enam bahan kajian dalam pembelajaran penjas diharapkan siswa dapat menjadi pribadi yang baik dan utuh menjadi manusia yang sehat jasmani dan rohani sebagai bekal pada masing-masing individu. Salah satu aspek dalam silabus pembelajaran pendidikan jasmani adalah adanya materi Pembelajaran Luar Sekolah (*outdoor education*) dipahami sebagai pembelajaran yang dilakukan di luar ruang atau lebih tepatnya belajar di alam bebas, walaupun sesungguhnya bisa diterapkan di dalam kelas. Pembelajaran di luar ruang akan membawa peserta didik dapat berintegrasi dengan alam. Alam akan membuka cakrawala pandang siswa lebih luas. Materi ini juga diharapkan dapat menjalin keselarasan antara hubungan individu dengan individu, individu dengan kelompok dan individu dengan lingkungan sekitarnya. Alangkah baiknya apabila sesekali siswa diajak langsung untuk terjun ke lapangan melihat dunia nyata/aktual. Para siswa diharapkan dapat menimba ilmu secara langsung dari pengalaman nyata yang ada, sehingga materi pembelajaran lebih mudah dipahami dan diingat untuk jangka panjang. Pepatah mengatakan bahwa apa yang dilihat maka itulah yang diingat. Pendidikan luar kelas tidak sekedar memindahkan pelajaran ke luar kelas, tetapi dilakukan dengan mengajak siswa menyatu dengan alam dan melakukan beberapa aktivitas yang mengarah pada terwujudnya perubahan perilaku siswa terhadap lingkungan melalui tahap-tahap penyadaran, pengertian, perhatian, tanggung jawab dan aksi atau tingkah laku.

Gager ( 1982) dalam (Kardjono, 2008, hlm. 5-6) mengemukakan bahwa, “*experiential education differs from othes learning approaches in that a student is given the opportunity to carry out in action and see the effect of that action from which he can the generate his own concepts and applications*”. Artinya, pendidikan *eksperiental* berbeda dengan pendidikan lainnya, karena seorang siswa diberi peluang untuk melakukan suatu tindakan dan melihat dampak dari tindakan tersebut dimana ia kemudain bisa membangkitkan konsep-konsep dan aplikasi-aplikasinya sendiri. Fokus pada program-program di alam bebas harus berada pada siswa yang melakukan tindakan-tindakan didalam lingkungan nyata, dimana kebutuhan untuk membuat keputusan dan memikul tanggung jawab mempunyai akibat dan konsekuensinya.

Neil (2004) dalam (Kardjono, 2009 hlm. 151) berpendapat bahwa: ”*particularly strong outcome were evident for the long (3-4 week) outward bound programs with young adult*”. Demikian juga dalam penelitian gabungan psikologi dan teori pendidikan lainnya yang dilakukan terhadap orang dewasa berusia 17-29 tahun, Neil (1999) dalam (Kardjono, 2009 hlm. 151) menyampaikan bahwa: ” 3-4 minggu program *Outdoor Education* dapat mengembangkan bagian penting dari *physical*, sosial, intelektual dan *emotional development*”. Suyadi (2009) dalam (Husamah, 2013, hlm.35) mengungkapkan bahwa “kelebihan dari *outdoor learning* dapat membuat pikiran menjadi lebih jernih, pembelajaran terasa lebih menyenangkan, variatif, reaktif, lebih riil, dan kerja otak menjadi lebih rileks”.

Siswa-siswi sekolah menengah pertama (SMP) rata-rata berusia 12-15 tahun hal tersebut berarti berada dalam tingkat *adolescene* dimana setiap individu sedang mencari jati dirinya biasanya ditandai dengan perubahan fisik secara primer dan sekunder, mempunyai idola, mulai jatuh cinta dan sebagainya. Dibandingkan dengan masa kanak-kanak remaja lebih sering menghabiskan waktu diluar rumah seperti di sekolah, kegiatan ekstrakurikuler dan bermain dengan teman sebaya, dengan begitu dapat dikatakan peran teman sebaya sangatlah besar terhadap pembentukan karakter remaja tersebut, peran

orang tua dan guru haruslah menjadi suatu kontrol sosial agar remaja tersebut tidak terjerumus kedalam hal-hal negatif.

Kartono (dalam Al-Udhshari, 2005, hlm. 2) mengemukakan bahwa “Dalam kehidupan anak terdapat dua proses yang terjadi secara kontinue yaitu pertumbuhan dan perkembangan, kedua proses ini terjadi secara interdependent, saling bergantung satu sama lain dan tidak dapat dipisahkan (tidak bisa berdiri sendiri), akan tetapi dapat dibedakan”. Kepercayaan diri termasuk kedalam suatu perkembangan yang terjadi pada anak tersebut hanya saja pada proses ini berlangsung maju kedepan dan tidak dapat diulangi termasuk didalamnya adalah bagaimana cara berpikir, sikap, tata krama, tanggung jawab, kepercayaan diri yang semuanya cenderung masuk kedalam sifat karakteristik setiap anak. Kepercayaan diri merupakan atribut yang paling berharga pada diri seseorang dalam kehidupan bermasyarakat, dikarenakan dengan kepercayaan diri, seseorang mampu mengaktualisasikan segala potensi dirinya. Kepercayaan diri merupakan sesuatu yang *urgen* untuk dimiliki setiap individu. Senada dengan apa yang diungkapkan oleh Ghufron (2010, hlm. 32) bahwa “kepercayaan diri diperlukan baik oleh seorang anak maupun orangtua, secara individual maupun kelompok”.

Berdasarkan penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa kepercayaan diri adalah keyakinan untuk melakukan sesuatu pada individu sebagai karakteristik pribadi yang di dalamnya terdapat keyakinan akan kemampuan diri, optimis, objektif, bertanggung jawab, rasional dan realistis. Sekolah merupakan lembaga pendidikan formal secara sistematis melaksanakan program bimbingan, pengajaran dan pelatihan dalam rangka membantu siswa agar mampu mengembangkan potensinya baik aspek moral-spiritual, intelektual, emosional maupun sosial. Menurut Yusuf (2004, hlm. 164) beranggapan bahwa “sekolah merupakan faktor penentu bagi perkembangan kepribadian anak, baik dalam cara berpikir, bersikap maupun cara berperilaku”.

Kegiatan olahraga seperti *outdoor education, outbound and games* sangat memberikan manfaat positif sebagai penyaluran emosi dan bakatnya pada kegiatan yang fisik dan reaktif, serta mengurangi waktu dan pikiran remaja

agar tidak terinduksi pada kegiatan dan pikiran negatif. Bahkan kegiatan ini justru mampu merangsang otak pada perilaku yang positif seperti bersikap sportif, fairplay, kerjasama, saling menghargai, tanggung jawab, kepercayaan diri serta nilai-nilai kemanusiaan lainnya sebagai bentuk aktualisasi diri di lingkungan keluarga, sekolah, dan masyarakat.

Dengan banyaknya uraian luasnya penjelasan mengenai ranah *outdoor education*, maka penulis membatasi penelitian dengan salah satu bagian dari *outdoor education* yaitu permainan dan *fun games* yang digunakan sebagai alat untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa, karena keterbatasan waktu dan biaya dalam penelitian ini.

Dari uraian tersebut yang menjelaskan tentang *outdoor education* dan kepercayaan diri, maka penulis tertarik untuk meneliti tentang “Bagaimana Pengaruh Aktivitas *Outdoor Education* Terhadap Kepercayaan Diri Siswa Kelas VIII Di SMP Negeri 49 Bandung”.

### **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan pada latar belakang masalah, maka penulis menentukan rumusan masalah adalah sebagai berikut :

“Apakah aktivitas *outdoor education* memberikan pengaruh terhadap kepercayaan diri siswa kelas VIII di SMP Negeri 49 Bandung?”.

### **C. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan latar belakang dan rumusan masalah, maka penulis memiliki tujuan penelitian sebagai berikut :

“Untuk mengetahui apakah *outdoor education* dapat mempengaruhi kepercayaan diri siswa kelas VIII di SMP Negeri 49 Bandung”.

### **D. Manfaat Penelitian**

Adapun kegunaan dari penelitian ini diantaranya sebagai berikut :

#### 1. Secara teoritis

Hasil penelitian ini berguna memberikan suatu gambaran implementasi pembelajaran pendidikan luar kelas (*outdoor education*)



dan menyajikan salah satu alternatif yang baik bagi upaya mengatasi masalah kepercayaan diri siswa khususnya pada tingkat sekolah menengah pertama dalam mengembangkan potensi siswa. Komarudin (dalam Yulianto, 2009, hlm. 2) mengemukakan bahwa ”pendidikan luar kelas merupakan aktivitas luar sekolah yang berisi kegiatan di luar kelas/sekolah dan dialam bebas lainnya, seperti bermain di lingkungan sekolah, taman, berkemah, dan kegiatan yang bersifat kepetualangan serta pengembangan aspek pengetahuan yang relevan”.

## 2. Secara Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat dan kontribusi yang berarti bagi semua pihak terutama kepada yang berkecimpung dalam dunia pendidikan, diantaranya :

### a. Bagi Guru

Penelitian ini diharapkan menjadi bahan pembelajaran bagi guru untuk lebih kreatif dan inovatif, selain itu hasil penelitian ini diharapkan menjadi umpan balik bagi guru dalam menyusun bahan pembelajaran yang lebih variatif dan diharapkan dapat bermanfaat untuk menyempurnakan pelaksanaan pembelajaran pendidikan luar kelas (*outdoor education*) di sekolah.

### b. Bagi Siswa

Siswa diharapkan memperoleh pengalaman dan pengetahuan yang lebih menarik sehingga mampu meningkatkan pengetahuan pemahaman materi belajar siswa pada mata pelajaran pendidikan jasmani, serta diharapkan penelitian ini dapat dijadikan motivasi untuk terus meningkatkan latihan diluar sekolah karena pengetahuan dan keterampilan yang optimal sangat diperlukan oleh siswa sebagai bekal untuk diterapkan dimasyarakat.

### c. Bagi Peneliti

Hasil penelitian akan menambah pengalaman dan pemahaman mengenai pendidikan jasmani pada tingkat sekolah menengah

pertama sebagai salah satu cara meningkatkan kepercayaan diri siswa.

### **E. Batasan Penelitian**

Untuk menghindari ruang lingkup permasalahan yang kemungkinan diperoleh hal yang tidak memuaskan, maka penulis membatasi masalah penelitian ini untuk memperoleh hasil yang diinginkan serta sesuai dengan tujuan, batasan masalah penelitian ini sebagai berikut :

1. Populasi penelitian ini dilakukan pada siswa kelas VIII SMP Negeri 49 Bandung sebanyak 324 orang.
2. Jumlah Sampel 36 orang diambil dengan cara *sampling purposive* menurut Sugiyono (2014, hlm. 124) “*sampling purposive* adalah teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu”.
3. Variabel bebas (X) dalam penelitian ini adalah aktivitas *outdoor education* berupa permainan dan *fun games*.
4. Variabel terikat (Y) dalam penelitian ini adalah kepercayaan diri siswa.
5. Instrumen Penelitian menggunakan angket, bentuk angket yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket tertutup.

### **F. Struktur Organisasi**

Sistematika penulisan skripsi ini adalah sebagai berikut :

- 1) Bagian awal, berisi tentang halaman judul, pernyataan keashan tulisan, pengesahan, motto dan persembahan prakata, abstrak, daftar isi, daftar lampiran.
- 2) Bab I Pendahuluan, pada bab ini dikemukakan tentang latar belakang, rumusan masalah, tujuan penelitian dan sistematika skripsi.
- 3) Bab II Landasan Teori, membahas teori yang melandasi permasalahan yang merupakan landasan teoritis yang diterapkan di skripsi. Pada bab ini berisikan tentang teori utama yaitu kepercayaan diri dan aktivitas *outdoor education (outbound)*.

- 4) Bab III Metode penelitian, bab ini menjelaskan tentang jenis penelitian dan metode penelitian, variabel penelitian, definisi operasional, populasi, sample, teknik sampling, metode pengumpulan data, validitas dan reliabilitas serta teknik analisis data.
- 5) Bab IV Hasil Penelitian dan Pembahasan, bab ini mengemukakan tentang hasil penelitian dan pembahasan penelitian.
- 6) Bab V Penutup, bab ini berisi simpulan dari hasil penelitian dan saran-saran yang diberikan peneliti terhadap hasil penelitian.
- 7) Pada bagian akhir terdiri dari daftar pustaka yang digunakan untuk landasan teori serta memecahkan permasalahan dan lampiran sebagai bukti dan pelengkap dari hasil penelitian.