

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Perubahan perilaku dalam proses belajar terjadi akibat interaksi dengan lingkungan. Interaksi biasanya berlangsung secara sengaja. Dengan demikian belajar dikatakan berhasil apabila terjadi perubahan dalam diri individu. Sebaliknya apabila tidak terjadi perubahan dalam diri individu maka belajar belum dikatakan berhasil. Perkembangan teknologi tidak bisa kita hambat atau kita tolak, akan tetapi dengan mengoptimalkan diri serta kemampuan diri untuk bisa lebih selaras dengan alam menjadi harapan dan sangat penting.

Pendidikan karakter melalui *Outdoor Education* dan *Outdoor Game* sebelum sampai pada perubahan perilaku, melalui *Outdoor Education* dan *Outdoor Game* maka peneliti ingin menyampaikan bahwa pada dasarnya *Outdoor Education* dan *Outdoor Game* adalah kegiatan pendidikan yang dilakukan di alam terbuka. Seluruh kegiatan belajar yang biasanya dilakukan di lingkungan sekolah dipindahkan ke alam baik itu bukit, sungai, gua, pantai dan berbagai tempat yang ada di alam. Kegiatan ini bertujuan untuk mengembangkan segala potensi yang dimiliki siswa baik secara keterampilan, pengetahuan dan sikap serta bagaimana menanamkan pada siswa untuk mencintai alam. 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.

Alam menyediakan lingkungan restoratif untuk anak-anak, mengurangi aktivitas sistem saraf dan mendorong ketertarikan dan rasa berada jauh. Orang dewasa mungkin lebih terbiasa dengan gagasan ini sebagai program pendidikan di alam bebas adalah pilihan ideal bagi kaum muda dan orang dewasa untuk meluangkan waktu secara fisik aktif di alam untuk mencapai manfaat kesehatan fisik dan mental yang terkait. Konsep diri terbentuk melalui proses belajar sejak masa pertumbuhan seorang manusia dari kecil hingga dewasa. Lingkungan, pengalaman dan pola asuh orang tua turut memberi pengaruh yang signifikan

**Teguh Satria, 2018**

*DAMPAK OUTDOOR EDUCATION DAN OUTDOOR GAME TERHADAP SELF CONCEPT DAN PERILAKU ASSERTIVE SISWI SEKOLAH DASAR*

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

terhadap konsep diri yang terbentuk. Sikap atau respon orang tua dan lingkungan akan menjadi bahan informasi bagi anak untuk menilai siapa dirinya.

Konsep diri individu telah terbukti sangat berpengaruh dalam banyak perilaku dan kesehatan mental mereka. Orang-orang yang menganggap dirinya tidak diinginkan, tidak berharga, atau buruk cenderung bertindak sesuai dengan itu. Mereka yang memiliki konsep diri yang menyimpang 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. Konsep diri tidak terbentuk sejak lahir tetapi berkembang secara bertahap dan dapat dipengaruhi oleh pengalaman interpersonal dan kultural yang memberikan perasaan positif memahami individu dan dipelajari melalui kumpulan kontak-kontak sosial serta pengalaman dengan orang lain. Seseorang dengan konsep diri yang positif dapat mengeksplorasi dunianya secara terbuka.

Perilaku *assertive* merupakan kemampuan seseorang menyatakan diri, pandangan-pandangan dalam dirinya, keinginan dan perasaannya secara langsung, spontan, bebas dan jujur tanpa merugikan diri sendiri dan melanggar hak-hak orang lain. Seseorang yang berperilaku *assertive* mampu menghargai hak diri sendiri dan orang lain, bersikap aktif dalam kehidupannya untuk mencapai apa yang diinginkan. Belajar merupakan proses aktif, karena belajar akan berhasil dilakukan secara rutin dan sistematis. Ciri dan suatu pembelajaran yang berhasil, yaitu dengan bertingkah laku *assertive*. Dengan meningkatnya *assertive*, maka individu tidak terlalu di pengaruhi oleh persetujuan orang lain dan juga mengurangi rasa tidak aman. Selain itu, individu akan lebih kreatif dan mempunyai kepercayaan diri yang baik. Sebaliknya orang yang kurang *assertive* adalah mereka yang memiliki ciri-ciri : a) Terlalu mudah mengalah lemah, b) Mudah tersinggung, cemas, c) Kurang yakin pada diri sendiri, d) Sukar mengadakan komunikasi dengan orang lain.

Perilaku *assertive* merupakan perilaku seseorang dalam mempertahankan hak pribadi serta mampu mengekspresikan pikiran, perasaan, dan keyakinan secara langsung dan jujur dengan cara yang tepat. Perilaku *assertive* sebagai perilaku antar pribadi yang bersifat jujur dan terus terang dalam mengekspresikan

pikiran dan perasaan dengan mempertimbangkan pikiran dan kesejahteraan orang lain. Orang yang memiliki tingkah laku *assertive* adalah mereka yang menilai bahwa orang boleh berpendapat dengan orientasi dari dalam, dengan tetap memperhatikan sungguh-sungguh hak-hak orang lain.

Proses belajar pada kegiatan *Outdoor Education* dan *Outdoor Game* pada dasarnya adalah dengan memberikan kesempatan seluas-luasnya untuk memperoleh pengalaman langsung. Penguasaan terhadap konsep bunyi dan pengetahuan yang berkaitan dengan manusia dan sumber-sumber alam. Kecakapan hidup yang menghasilkan kesehatan, sejahtera, kreatif, *refreshing way of living*, dan sikap positif yang merefleksikan harmoni manusia dan alam. Ada tiga konsep utama dari *outdoor education* yaitu konsep proses belajar, konsep aktivitas luar kelas, dan konsep lingkungan. Pertama, konsep belajar ini menerapkan bahwa belajar melalui aktivitas luar kelas adalah proses belajar interdisipliner melalui satu seri aktivitas yang dirancang untuk dilakukan di luar kelas. Pendekatan ini secara sadar mengeksplorasi potensi latar alamiah untuk memberi kontribusi terhadap perkembangan fisik dan mental. Meningkatkan kesadaran terhadap hubungan timbal balik dengan alam, program dapat mengubah sikap dan perilaku terhadap alam. Berdasarkan hasil yang telah dilakukan sampai proses analisis dan pengujian hipotesis, maka penulis menetapkan kesimpulan bahwa metode pembelajaran *Outdoor Education* dan *Outdoor Game* berdampak signifikan terhadap *Self Concept* dan Perilaku *Assertive* siswi SD Laboratorium Percontohan UPI Tasikmalaya.

## **B. Implikasi**

Bentuk latihan yang dilakukan adalah *Outdoor Education* dan *Outdoor Game*, diartikan sebagai pendidikan yang berlangsung di luar kelas yang melibatkan pengalaman yang membutuhkan partisipasi siswa untuk mengikuti tantangan petualangan yang menjadi dasar dari aktivitas luar kelas, mengandung filosofi, teori dan praktis dari pengalaman dan pendidikan lingkungan. Agar siswa dapat beradaptasi dengan lingkungan dan alam sekitar, dan mengetahui pentingnya keterampilan hidup dan pengalaman hidup di lingkungan dan alam sekitar, dan memiliki apresiasi terhadap lingkungan dan alam sekitar.

**Teguh Satria, 2018**

*DAMPAK OUTDOOR EDUCATION DAN OUTDOOR GAME TERHADAP SELF CONCEPT DAN PERILAKU ASSERTIVE SISWI SEKOLAH DASAR*

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

Partisipasi kegiatan *Outdoor Education* dan *Outdoor Game*, dalam kegiatan olahraga dan bagian dari pembelajaran dapat memberikan kualitas diri dan mempunyai jiwa pemimpin dalam interaksi sosial, dapat mengenali pribadi diri. Oleh karena itu dengan kondisi kegiatan tersebut dapat memberi dampak positif dalam *self concept* dan perilaku *assertive* siswi SD sebagai aplikasi langsung.

### C. Rekomendasi

Setelah melihat dan menganalisis hasil dari proses hingga akhir pelaksanaan penelitian di lapangan, peneliti menyarankan untuk melatih keterampilan dalam cabang olahraga sesuai dengan bakatnya, banyak cabang olahraga yang feminim cocok untuk menjadi bakat lebih di masa depan. Seperti dayung, berenang, loncat indah, tenis, basket, bulutangkis, sepak takraw, futsal, voli, senam dan banyak lagi sesuai bakat dan minat anak tersebut.

Penulis merasa banyak hal yang telah didapat dari penelitian ini, besar harapan terutama wawasan dan pengetahuan tentang proses pembelajaran, dan psikologi anak di sekolah dan diluar sekolah. Mulai dari usia dini harus ditanamkan sikap tanggung jawab, *respect* kepada orang yang lebih tua, persaudaraan, dan kerja keras dalam berbagai hal.

Kebutuhan anak untuk belajar tidak cukup hanya sebatas disekolah saja, tapi diluar sekolah yang harus bisa di arahkan lagi, membuat sibuk anak menjadikan anak terbiasa akan masalah yang baru, dan akan melatih secara perlahan untuk terbiasa mencari pengetahuan dan pengalaman baru.

Maka saya menyarankan untuk semua pendidik khususnya dan para calon pendidik serta dinas pendidikan, sesuai dengan kebutuhannya yang di tuntut untuk melakukan banyak pembelajaran diluar ruangan atau *Outdoor Education* dan *Outdoor Game*, dari mulai melakukan senang olahraga dengan membiasakan jalan kaki, berolahraga khususnya, dan bisa peduli dengan alam sekitar, dan lebih bisa selaras dengan alam.

Besar harapan untuk penelitian selanjutnya, dapat di lakukan penelitian yang lebih baik lagi. Melanjutkan *camping* 4 pertemuan, dengan perlakuan yang berbeda, seperti untuk *Self Concept* dan *Assertive* dengan *Outdoor Game*.

Teguh Satria, 2018

DAMPAK OUTDOOR EDUCATION DAN OUTDOOR GAME TERHADAP SELF CONCEPT DAN PERILAKU ASSERTIVE SISWI SEKOLAH DASAR

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu