

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Desain Penelitian

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu *Pretest-Posttest Control Group Design With More Than One Experimental Group*. Penggunaan desain penelitian tersebut disesuaikan dengan karakteristik penelitian yang dilakukan serta pokok permasalahan yang akan dibahas dalam penelitian. Desain *quasi-eksperimental* tidak termasuk dalam penggunaan penugasan acak (*random assignment*). Peneliti yang menggunakan desain penelitian ini mengandalkan pada teknik lain untuk mengendalikan (atau setidaknya mengurangi) ancaman terhadap validitas internal (Fraenkel dkk., 2012). Menurut Christensen dkk., (2014) bahwa “Desain kelompok kontrol *pretest-posttest* dengan lebih dari satu eksperimen adalah desain eksperimen yang sangat baik karena melakukan pekerjaan untuk mengendalikan hipotesis saingan yang akan mengancam validitas internal eksperimen”. Pada penelitian ini peneliti menetapkan 2 (dua) perlakuan pada 2 (dua) kelompok eksperimen dan aktivitas pada 1 (satu) kelompok kontrol. Seperti yang dijelaskan oleh (Christensen dkk., 2014) bahwa “Rancangan ini dapat, dan seringkali, diperluas untuk menyertakan lebih dari satu kelompok eksperimen”. Gambaran mengenai desain tersebut dapat dilihat pada tabel 3.1

Tabel 3.1
Pretest-Posttest Control Group Design with More Than One Experimental Group.

	<i>Pretest</i>	<i>Treatment</i>	<i>Posttest</i>
Control group	O1	XC	O2
Experimental group 1	O1	XT1	O2
Experimental group 2	O1	X T2	O2

Keterangan :

O₁ = *Pretest Life Skills Scale For Sport (LSSS)*

O₂ = *Posttest Life Skills Scale For Sport (LSSS)*

X_C = Aktivitas sehari-hari (Kelompok Kontrol)

Yogi Akin, 2021

**PENGARUH PENGEMBANGAN OUTDOOR EDUCATION TERHADAP PENINGKATAN LIFE SKILLS
DALAM RANGKA POSITIVE YOUTH DEVELOPMENT**

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

X_{T1} = *Treatment Outdoor Education terintegrasi life skills* (Eksperimen 1)

X_{T2} = *Treatment Outdoor Education* (Eksperimen 2)

Pada tabel di atas simbol “O” adalah observasi atau pengukuran yang dilakukan pada saat *pretest dan posttest*, “ X_{T1} dan X_{T2} ” adalah kelompok eksperimen yang melakukan aktivitas *outdoor education*, dan “ X_C ” adalah kelompok kontrol. Kelompok kontrol tidak mendapatkan perlakuan, seperti kelompok eksperimen yang mendapatkan perlakuan. “Eksperimen biasanya melibatkan dua kelompok subjek, satu kelompok eksperimen dan satu kelompok kontrol atau pembanding”, (Fraenkel dkk., 2012). Pada penelitian eksperimen, didalamnya terdapat dua kelompok sampel, yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol atau kelompok pembanding. “Kelompok eksperimen menerima perlakuan tertentu (seperti buku teks berikutnya atau metode pengajaran yang berbeda), sedangkan kelompok kontrol tidak menerima perlakuan (atau kelompok pembanding menerima perlakuan yang berbeda)”(Fraenkel dkk., 2012).

Pada penelitian ini, kelompok eksperimen 1 menerima perlakuan aktivitas *outdoor education terintegrasi life skills*, kelompok eksperimen 2 menerima perlakuan aktivitas *outdoor education*, sedangkan kelompok kontrol tidak diberikan perlakuan khusus mereka hanya melakukan aktivitas sehari-hari. Hal ini bertujuan hanya sebagai pembanding pada hasil yang dilakukan kelompok kontrol dengan kelompok eksperimen 1 yang melakukan aktivitas *outdoor education terintegrasi life skills* dan kelompok eksperimen 2 yang melakukan aktivitas *outdoor education*.

3.2 Metode Penelitian

Sesuai dengan tujuan penelitian yang telah diuraikan pada bab sebelumnya, metode penelitian yang akan digunakan pada penelitian ini adalah metode eksperimen. Asumsi mendasar dalam pemilihan metode eksperimen didasarkan pada tujuan utama penelitian yaitu untuk menguji hipotesis jawaban dalam penelitian yang dilakukan untuk mencari pengaruh dari satu variabel bebas terhadap satu atau lebih variabel terikat (Arunachalam, 2013). Lebih jelasnya lagi Fraenkel dkk., (2012) dalam bukunya mengatakan:

Dalam sebuah penelitian eksperimental, para peneliti menyelidiki pengaruh dari setidaknya satu variabel bebas terhadap satu atau lebih variabel terikat..... Eksperimen formal didasari oleh dua kondisi yaitu; (1) Setidaknya

Yogi Akin, 2021

**PENGARUH PENGEMBANGAN OUTDOOR EDUCATION TERHADAP PENINGKATAN LIFE SKILLS
DALAM RANGKA POSITIVE YOUTH DEVELOPMENT**

ada dua kondisi atau lebih atau ada dua metode yang akan dibandingkan sebagai kondisi perlakuan (variabel bebas). (2) variabel bebas dimanipulasi oleh peneliti. Perubahan direncanakan secara sengaja dimanipulasi untuk mempelajari efeknya pada satu atau lebih hasil (variabel terikat).

Selain itu, pemilihan metode eksperimen didasarkan pada tiga unsur yang akan dilaksanakan dalam penelitian ini, diantaranya adalah : (1) kondisi yang sengaja diciptakan atau pemberian perlakuan (*treatment*). (2) penentuan kondisi apa (sebagai variabel bebas) dapat memberi pengaruh kepada munculnya peristiwa seperti apa (variabel terikat) yang secara khusus akan diamati hubungan kausalnya, atau disebut dengan manipulasi variabel (*variable manipulation*). (3) adanya kontrol terhadap variabel ekstra yang bukan penyebab munculnya peristiwa (Ali dan Asrori 2014, hlm. 278).

Berdasarkan penjelasan diatas, maka penelitian menggunakan metode eksperimen dengan didasarkan pada adanya perlakuan (*treatment*) yang akan dilaksanakan pada penelitian ini. Variabel-variabel dalam penelitian ini terdiri atas variabel bebas, yaitu *outdoor education* terintegrasi *life skills*, *outdoor education* non-integrasi *life skills* dan variabel terikat dalam penelitian ini adalah *life skills*.

3.3 Defenisi Operasional

Penelitian ini memiliki 2 variabel, yaitu *outdoor education* dan *life skills*. Dari kedua variabel tersebut yang menjadi variabel bebas adalah *outdoor education*, sedangkan yang menjadi variabel terikatnya adalah *life skills*. Agar tidak terjadi kekeliruan dan kesalahan dalam penafsiran maka perlu dijelaskan mengenai definisi dari variabel-variabel yang terdapat dalam penelitian ini. Definisi operasional variabel yang dimaksud adalah:

- 1) *Outdoor education* (variabel bebas), dalam penelitian ini *outdoor education* adalah pendidikan yang baik untuk mengekspos peserta didik yang dilakukan di luar ruangan dan jauh dari kelas. (Remington & Legge, 2017)
- 2) *Life skills* (variabel terikat), dalam penelitian ini *life skills* sebagai keterampilan untuk mempelajari, mengembangkan, dan memperbaiki kompetensi perilaku, kognitif, interpersonal, atau intrapersonal seseorang. *Life skills* mencakup delapan domain yaitu kerja tim (*teamwork*), penetapan tujuan (*goal setting*), manajemen waktu (*time management*), keterampilan emosional (*emotional skills*), komunikasi interpersonal (*interpersonal communication*), keterampilan

Yogi Akin, 2021

**PENGARUH PENGEMBANGAN OUTDOOR EDUCATION TERHADAP PENINGKATAN LIFE SKILLS
DALAM RANGKA POSITIVE YOUTH DEVELOPMENT**

sosial (*social skills*), kepemimpinan (*leadership*), serta pemecahan masalah dan pengambilan keputusan (*problem solving and decision making*) (Cronin & Allen, 2016).

3.4 Partisipan

Partisipan yang terlibat dalam penelitian ini adalah mahasiswa PGSD Pendidikan Jasmani UPI Kampus Sumedang yang berjumlah 42 orang, dengan rincian 21 laki-laki dan 21 perempuan yang memiliki rentang usia 18-21 tahun. Tempat pelaksanaan penelitiannya di bumi perkemahan Datar Pinus Pangalengan Kabupaten Bandung.

3.5 Populasi dan Sampel

3.5.1 Populasi

Populasi merupakan individu atau objek yang memiliki sifat-sifat umum. Dari populasi dapat diambil sejumlah data yang diperlukan untuk menjawab pertanyaan dari masalah yang diteliti. Populasi sebagai kelompok yang diminati peneliti, kelompok yang ingin digeneralisasikan oleh peneliti dari hasil penelitian (Fraenkel dkk., 2012). Dengan kata lain populasi adalah kelompok generalisasi yang terdiri atas obyek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian dihasilkan kesimpulannya. Jadi populasi bukan sekedar jumlah yang ada pada obyek atau subyek yang dipelajari, tetapi meliputi seluruh karakteristik atau sifat yang dimiliki oleh subyek atau obyek itu.

Berdasarkan pernyataan di atas maka populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa PGSD Pendidikan Jasmani UPI Kampus Sumedang tingkat awal yang berusia 18-21 tahun dengan jumlah 87 mahasiswa yang terbagi ke dalam 2 kelas. Alasan memilih mahasiswa tingkat awal menjadi populasi dalam penelitian ini, dengan asumsi secara kemampuan fisik mereka tidak akan memperoleh kesulitan untuk menjalani tugas-tugas yang diwajibkan. Mereka adalah para siswa yang telah mengikuti tes kemampuan fisik secara umum seperti, kemampuan daya tahan, kekuatan, dan kelenturan, sebelum diterima sebagai mahasiswa. Demikian juga, untuk mengurangi kemungkinan *experimenter bias*, sampel yang dipilih adalah mahasiswa semester awal yang baru saja mengikuti awal perkuliahan. Maksudnya sedapat mungkin para anggota kelompok eksperimen dan kelompok kontrol ini

Yogi Akin, 2021

**PENGARUH PENGEMBANGAN OUTDOOR EDUCATION TERHADAP PENINGKATAN LIFE SKILLS
DALAM RANGKA POSITIVE YOUTH DEVELOPMENT**

belum banyak terpengaruh oleh pengalaman perkuliahan yang diduga dapat “mencemari” hasil eksperimen. Berikut adalah rinciannya dari populasi penelitiannya :

Tabel 3.2
Populasi Penelitian

Kelas	Laki-Laki	Perempuan	Jumlah
A	26	17	43
B	25	19	44
Total			87

3.5.2 Sampel

Sampel dalam studi penelitian menurut Fraenkel dkk., (2012) adalah “...*the group on which information is obtained*”. Dalam hal ini sampel merupakan wakil dari populasi yang akan merepresentasikan hasil penelitian, sehingga dapat dilakukan generalisasi. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah teknik *purposive sampling* yang disebut juga *judgement sampling*, yaitu pilihan yang disengaja dari seorang informan karena kualitas yang dimiliki informan (Tongco, 2007). Sederhananya, *purposive sampling* suatu penelitian dapat dimulai dengan survei, kemudian dilakukan pengambilan sampel secara *purposive* berdasarkan survei tersebut (Brown, 2007). Adapun prosedur yang dilakukan dalam pengambilan sampel sebagai berikut ;

1. Peneliti menentukan sampel dengan tahapan survei dan memberikan kuisisioner *anxiety* melalui *google form* kepada mahasiswa.
2. Setelah data dari mahasiswa diperoleh, peneliti lalu menentukan sampel yang memiliki ciri yaitu (1) mahasiswa yang memiliki rentang usia antara 18-21 tahun, (2) mahasiswa yang aktif dalam perkuliahan, (3) mahasiswa yang belum pernah mengikuti kegiatan *outdoor education*, (4) tidak memiliki riwayat penyakit, (5) memiliki tingkat kecemasan (*anxiety*) rendah.
3. Kemudian peneliti membagi kelompok menjadi 3 kelompok yaitu kelompok eksperimen 1, kelompok eksperimen 2 dan kelompok kontrol.

Proses pengelompokan sampel dilakukan melalui perangkan

Yogi Akin, 2021

**PENGARUH PENGEMBANGAN OUTDOOR EDUCATION TERHADAP PENINGKATAN LIFE SKILLS
DALAM RANGKA POSITIVE YOUTH DEVELOPMENT**

berdasarkan pada data sampel yang belum pernah sama sekali melakukan kegiatan *outdoor education*, kemampuan berenang, riwayat penyakit, memiliki tingkat kecemasan yang rendah (kelompok eksperimen 1 dan eksperimen 2) dan sampel yang pernah melakukan salah satu kegiatan *outdoor education*, kemampuan berenang, riwayat penyakit memiliki tingkat *anxiety* yang sedang (kelompok kontrol).

4. Maksud dari sampel yang tidak pernah mengikuti kegiatan *outdoor education* pada kelompok eksperimen 1 dan kelompok 2 yaitu agar hasil dari penelitian ini (eksperimen) tidak terpengaruh oleh pengalaman sampel sebelumnya.

Maka jumlah sampel dalam penelitian ini adalah sebanyak 42 mahasiswa, dengan rincian sebagai berikut :

Tabel 3.3
Sampel Penelitian

Kelompok	Laki-Laki	Perempuan	Jumlah
Eksperimen 1	7	7	14
Eksperimen 2	7	7	14
Kontrol	7	7	14
Total			42

3.6 Instrumen Penelitian

Fraenkel dkk., (2012) mengemukakan bahwa, “*generally, the whole process of preparing to collect data is called instrumentation.*” Penggunaan instrumen yang tepat akan mempengaruhi terhadap peolehan data yang pada akhirnya akan menentukan validitas hasil penelitian. Menurut Fraenkel dkk., (2012, hlm.113) bahwa ada dua cara dalam memperoleh instrumen sebagaimana pernyataan nya berikut ini:

Pada dasarnya ada dua cara dasar bagi seorang peneliti untuk memperoleh instrumen: (1) menemukan dan mengelola instrumen yang sudah ada sebelumnya atau (2) mengelola instrumen yang dikembangkan sendiri oleh peneliti atau dikembangkan oleh orang lain.

Dua cara mendasar dalam memperoleh instrumen yaitu dengan mencari dan mengelola instrumen yang sudah ada sebelumnya dan mengembangkan instrumen oleh peneliti sendiri atau yang telah dikembangkan orang lain. Dalam hal ini penulis memilih menggunakan instrumen untuk mengukur *life skills* suatu individu melalui olahraga, peneliti menggunakan dengan cara mengadaptasi instrumen kuesioner *Life Skills Scale For Sport (LSSS)* yang dikembangkan oleh (Cronin & Allen, 2016). Instrumen kuesioner LSSS tersebut dikembangkan untuk partisipan olahraga anak muda dengan rentan umur 11-21 tahun. Instrumen kuesioner LSSS tersebut berisi delapan komponen *life skills* utama yang terdiri atas 47 item pertanyaan dengan tipe pertanyaan tertutup. Rentang skala nilai yang digunakan adalah rentang skala lima poin dari 1 (*not at all*) hingga 5 (*very much*).

Proses adaptasi instrumen melewati beberapa tahap, pertama menerjemahkan instrumen dari bahasa Inggris ke bahasa Indonesia oleh penerjemah Balai Bahasa UPI, kemudian instrumen tersebut divalidasi bahasa oleh ahli bahasa (Dosen Bahasa Indonesia FPBS UPI). Selanjutnya instrumen tersebut diterjemahkan kembali dari bahasa Indonesia ke bahasa Inggris oleh penerjemah Balai Bahasa UPI untuk dibandingkan kata-kata dan kalimat dalam bahasa Inggris pada instrumen original (aslinya) dengan instrumen yang telah di adaptasi. Berikut adalah hasil adaptasi instrumen :

Tabel 3.4
Instrumen Penelitian
Adaptasi LSSS dari (Cronin dan Allen, 2016)

Indikator	Item LSSS	Terjemahan
1. <i>Teamwork</i> (Kerja Tim)	<i>Work well within a team/group.</i>	Bekerja dalam sebuah tim/kelompok dengan baik.
	<i>Help another team/group member perform a task.</i>	Membantu anggota tim/kelompok lain mengerjakan suatu tugas.
	<i>Accept suggestions for improvement from others.</i>	Menerima saran perbaikan dari orang lain

	<i>Work with others for the good of the team/group.</i>	Bekerjasama untuk kebaikan tim/kelompok
	<i>Help build team/group spirit.</i>	Membantu membangun semangat tim/kelompok
	<i>Suggest to team/group members how they can improve their performance.</i>	Memberi saran pada anggota tim/kelompok cara meningkatkan permainannya.
	<i>Change the way I perform for the benefit of the team/group.</i>	Mengubah cara saya bermain untuk kebaikan tim/kelompok
2. <i>Goal setting</i> (Penetapan Tujuan)	<i>Set goals so that I can stay focused on improving.</i>	Menetapkan tujuan sehingga saya dapat tetap fokus meningkatkan diri.
	<i>Set challenging goals.</i>	Menetapkan tujuan yang menantang.
	<i>Check progress towards my goals.</i>	Memeriksa kemajuan saya dalam mencapai tujuan.
	<i>Set short-term goals in order to achieve long-term goals.</i>	Menetapkan tujuan jangka pendek untuk mencapai tujuan jangka panjang.
	<i>Remain committed to my goals.</i>	Tetap berkomitmen pada tujuan saya.
	<i>Set goals for practice.</i>	Menetapkan tujuan berlatih.
	<i>Set specific goals.</i>	Menetapkan tujuan yang spesifik.
3. <i>Time management</i> (Pengelolaan Waktu)	<i>Manage my time well.</i>	Mengelola waktu saya dengan baik.

	<i>Assess how much time I spend on various activities.</i>	Menilai seberapa banyak waktu yang saya habiskan untuk beragam kegiatan.
	<i>Control how I use my time.</i>	Mengendalikan cara saya menggunakan waktu.
	<i>Set goals so that I use my time effectively.</i>	Menetapkan tujuan sehingga saya menggunakan waktu dengan efektif.
4. <i>Emotional skills</i> (Keterampilan Emosi)	<i>Know how to deal with my emotions.</i>	Mengetahui cara mengatasi emosi saya.
	<i>Understand that I behave differently when emotional.</i>	Memahami bahwa saya bersikap berbeda saat sedang emosi.
	<i>Notice how I feel.</i>	Memperhatikan perasaan saya.
	<i>Use my emotions to stay focused.</i>	Memanfaatkan emosi saya untuk tetap fokus
	<i>Understand other peoples' emotions.</i>	Memahami emosi orang lain.
	<i>Notice how other people feel.</i>	Memperhatikan perasaan orang lain
	<i>Help others use their emotions to stay focused.</i>	Membantu orang lain mengelola emosi mereka agar tetap fokus.
	<i>Help other people control their emotions when something bad happens.</i>	Membantu orang lain mengendalikan emosi mereka saat sesuatu yang buruk terjadi.
5. <i>Interpersonal communication</i>	<i>Speak clearly to others.</i>	Berbicara dengan jelas pada orang lain.

(Komunikasi Antarpribadi)	<i>Pay attention to what someone is saying.</i>	Menyimak apa yang sedang disampaikan lawan bicara.
	<i>Pay attention to peoples' body language.</i>	Memperhatikan bahasa tubuh lawan bicara.
	<i>Communicate well with others.</i>	Menjaga komunikasi yang baik dengan orang lain.
6. <i>Social skills</i> (Keterampilan Sosial)	<i>Start a conversation.</i>	Memulai percakapan.
	<i>Interact in various social settings.</i>	Berinteraksi dengan berbagai kalangan.
	<i>Help others without them asking for help.</i>	Membantu orang lain tanpa diminta.
	<i>Get involved in group activities.</i>	Terlibat dalam kegiatan kelompok.
	<i>Maintain close friendships.</i>	Menjaga hubungan pertemanan yang erat.
7. <i>Leadership</i> (Kepemimpinan)	<i>Set high standards for the team/group.</i>	Menetapkan standar yang tinggi untuk dicapai tim/kelompok
	<i>Know how to motivate others.</i>	Mengetahui cara memotivasi orang lain.
	<i>Help others solve their performance problems.</i>	Membantu orang lain mengatasi masalah mereka dalam berolahraga.
	<i>Be a good role model for others.</i>	Menjadi teladan bagi orang lain.

	<i>Organise team/group members to work together.</i>	Mengatur anggota tim/kelompok untuk bekerja bersama.
	<i>Recognise other peoples' achievements.</i>	Mengakui prestasi orang lain.
	<i>Know how to positively influence a group of individuals.</i>	Mengetahui cara memberikan pengaruh positif pada sekelompok orang.
	<i>Consider the individual opinions of each team/group member.</i>	Mempertimbangkan pendapat masing-masing anggota tim/kelompok.
8. <i>Problem solving and decision making</i> (Pemecahan Masalah dan Pengambilan Keputusan)	<i>Think carefully about a problem.</i>	Memikirkan suatu masalah dengan saksama.
	<i>Compare each possible solution in order to find the best one.</i>	Membandingkan tiap solusi yang memungkinkan untuk menemukan yang terbaik.
	<i>Create as many possible solutions to a problem as possible.</i>	Menciptakan sebanyak mungkin solusi untuk memecahkan suatu masalah.
	<i>Evaluate a solution to a problem.</i>	Mengevaluasi solusi untuk suatu masalah.

Kemudian instrumen diperiksa atau divalidasi oleh pembimbing (ahli) dan diujicobakan kepada mahasiswa PGSD Penjas FPOK UPI. Setelah itu dilakukan uji validitas dan reliabilitas terlebih dahulu untuk mengetahui jumlah item tes yang valid dan berapa nilai reliabilitas dari instrumen tersebut dengan bantuan aplikasi Excel-2013.

Tabel 3.5
Hasil Uji Validitas Instrumen

Nomor Item Tes	r hitung	r tabel	Keterangan
1	0.70	0.422	Valid
2	0.66	0.422	Valid
3	0.69	0.422	Valid
4	0.53	0.422	Valid
5	0.52	0.422	Valid
6	0.64	0.422	Valid
7	0.68	0.422	Valid
8	0.66	0.422	Valid
9	0.63	0.422	Valid
10	0.70	0.422	Valid
11	0.61	0.422	Valid
12	0.63	0.422	Valid
13	0.61	0.422	Valid
14	0.66	0.422	Valid
15	0.70	0.422	Valid
16	0.64	0.422	Valid
17	0.68	0.422	Valid
18	0.65	0.422	Valid
19	0.64	0.422	Valid
20	0.67	0.422	Valid
21	0.63	0.422	Valid
22	0.56	0.422	Valid
23	0.71	0.422	Valid
24	0.65	0.422	Valid
25	0.61	0.422	Valid
26	0.59	0.422	Valid
27	0.58	0.422	Valid

Yogi Akin, 2021

*PENGARUH PENGEMBANGAN OUTDOOR EDUCATION TERHADAP PENINGKATAN LIFE SKILLS
DALAM RANGKA POSITIVE YOUTH DEVELOPMENT*

28	0.66	0.422	Valid
29	0.61	0.422	Valid
30	0.56	0.422	Valid
31	0.58	0.422	Valid
32	0.52	0.422	Valid
33	0.65	0.422	Valid
34	0.59	0.422	Valid
35	0.65	0.422	Valid
36	0.60	0.422	Valid
37	0.70	0.422	Valid
38	0.64	0.422	Valid
39	0.56	0.422	Valid
40	0.63	0.422	Valid
41	0.62	0.422	Valid
42	0.71	0.422	Valid
43	0.65	0.422	Valid
44	0.61	0.422	Valid
45	0.59	0.422	Valid
46	0.58	0.422	Valid
47	0.64	0.422	Valid

Tabel 3.6
Hasil Uji Reliabilitas Instrumen

Banyak Item	Cronbach's	r tabel	Keterangan
Tes	Alpha		
47	0.92	0.422	Reliabel

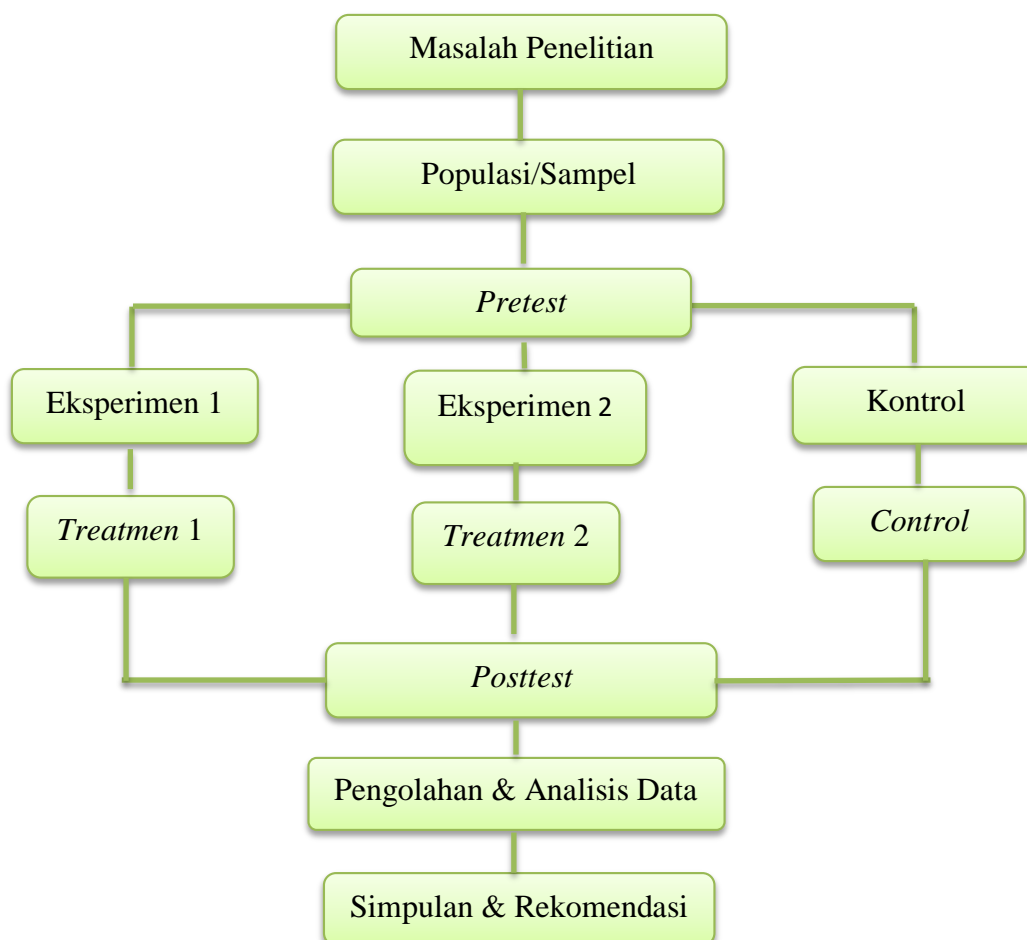
3.7 Prosedur Penelitian

Prosedur penelitian adalah kronologis langkah-langkah yang dilakukan dalam penelitian. Pada tahapan ini penulis mengawali dengan mengkaji masalah penelitian, menentukan partisipan, menentukan metode dan desain penelitian,

Yogi Akin, 2021

*PENGARUH PENGEMBANGAN OUTDOOR EDUCATION TERHADAP PENINGKATAN LIFE SKILLS
DALAM RANGKA POSITIVE YOUTH DEVELOPMENT*

melakukan *pretest*, membuat dan melaksanakan *treatment* melakukan *posttest*, mengolah dan menganalisis data, serta menyimpulkan hasil penelitian. Berikut ini adalah gambar alur dari prosedur penelitian yang penulis lakukan.



Gambar 3.1 Prosedur Penelitian

3.8 Program Penelitian

Program penelitian diadopsi dari J. Neill, (2001) yang mengatakan kegiatan pembelajaran yang khas adalah termasuk ekspedisi darat atau air yang melibatkan *hiking*, mendayung di sungai atau danau, berkemah, kegiatan petualangan yang berfokus pada tantangan seperti tantangan tali, tugas inisiatif, dan latihan kelompok, dan kegiatan pertumbuhan pribadi seperti menulis jurnal, solo, latihan keterampilan komunikasi dan umpan balik individu dari instruktur. *Outdoor education* menawarkan banyak kemungkinan untuk belajar. *Outdoor education* telah diteliti selama beberapa dekade, namun bidang tersebut tidak memiliki kerangka kerja yang mengintegrasikan untuk konseptualisasi sejarah, geografis dan disiplin yang

Yogi Akin, 2021

**PENGARUH PENGEMBANGAN OUTDOOR EDUCATION TERHADAP PENINGKATAN LIFE SKILLS
DALAM RANGKA POSITIVE YOUTH DEVELOPMENT**

berbeda. Hasil program *outdoor education* didokumentasikan dengan baik dan tampak beragam, namun juga memiliki atribut umum yang menunjukkan adanya ruang untuk pendekatan pemersatu (Smith & Walsh, 2019).

Program kegiatan *outdoor education* pada penelitian ini akan dilaksanakan selama 3 hari 2 malam. Pengambilan waktu selama 3 hari 2 malam karena di dasari oleh penelitian terdahulu yaitu, Taniguchi dkk., (2005) yang menyatakan bahwa program *outdoor education* berbasis petualangan selama 3 sampai 7 hari memiliki pengaruh yang positif di beberapa bidang pada siswa yaitu, akuisisi keterampilan teknis; peningkatan dalam *life skills* dan peningkatan dalam kesadaran diri.

3.8.1 Program kegiatan *outdoor education* terintegrasi *life skills* (Kelompok Eksperimen 1)

Tabel 3.7
Program Kegiatan *Outdoor Education* Terintegrasi *Life Skills*
(Kelompok Eksperimen 1)

Materi Kegiatan	<i>Outdoor Education</i> Terintegrasi <i>Life Skills</i> .		
Waktu Kegiatan	3 hari 2 malam.		
Tempat Kegiatan	Bumi Perkemahan Datar Pinus.		
A. Berkemah (300 menit)	Uraian kegiatan	Sasaran	Komponen Tujuan
	1. Mendirikan Tenda. a. Menentukan area untuk mendirikan tenda. b. Mendirikan tenda bersama-sama. c. Membongkar dan merapihkan tenda setelah di gunakan. 2. Memasak.	Mengembangkan kemampuan peserta untuk dapat bekerja sama dengan anggota kelompok nya, dapat melaksanakan perannya dengan baik, dapat bersosialisasi dengan anggota kelompok nya, dapat berbagi tugas dengan anggota kelompok nya, dapat memotivasi anggota kelompok nya, dapat	1. Kerja Tim. 2. Keterampilan Sosial.

Yogi Akin, 2021

PENGARUH PENGEMBANGAN *OUTDOOR EDUCATION* TERHADAP PENINGKATAN *LIFE SKILLS* DALAM RANGKA *POSITIVE YOUTH DEVELOPMENT*

	<p>a. Mempersiapkan bahan makanan dan perapian.</p> <p>b. Menentukan tempat untuk memasak.</p> <p>c. Memasak bahan makanan yang telah di bawa menggunakan peralatan memasak yang telah di bawa.</p> <p>d. Merapikan perlengkapan dan memadamkan api setelah memasak.</p> <p>3. Membuat Api Unggun.</p> <p>a. Mengumpulkan kayu bakar dan bahan yang mudah terbakar, seperti: dedaunan kering atau rumput kering.</p> <p>b. Memilih tempat yang landai, kering dan tidak terlalu dekat dengan tenda dan bahan-bahan yang mudah terbakar (dedaunan kering dan rumput kering).</p>	<p>bertanggung jawab dan bersungguh-sungguh dalam melaksanakan tugas individu atau tugas kelompok yang di berikan.</p>	
--	---	--	--

Yogi Akin, 2021

PENGARUH PENGEMBANGAN OUTDOOR EDUCATION TERHADAP PENINGKATAN LIFE SKILLS DALAM RANGKA POSITIVE YOUTH DEVELOPMENT

	<p>c. Membakar tumpukan kayu yang telah di susun, di mulai dengan membakar bahan yang mudah terbakar, seperti: dedaunan atau jerami.</p> <p>d. Jaga nyala api hingga api menjalar dan membakar tumpukan kayu bakar.</p> <p>e. Memadamkan api unggun sampai padam agar tidak membahayakan dan membereskan sisa kayu bakar.</p>		
	Uraian Kegiatan	Sasaran	Komponen Tujuan
B. Hiking (300 menit)	<p>Melakukan perjalanan di lingkungan alam.</p> <p>a. Mempersiapkan alat pribadi (jas hujan dan pakaian ganti).</p> <p>b. Membawa makanan dan minuman.</p> <p>c. Membawa obat-obatan pribadi dan alat P3K.</p>	<p>Mengembangkan kemampuan peserta dalam mengatur waktu, perencanaan perjalanan, komunikasi efektif, sikap kepemimpinan, tanggung jawab, saling menjaga dengan anggota kelompok lain nya, dan tentunya dapat</p>	<p>1. Manajemen Waktu.</p> <p>2. Kepemimpinan.</p>

Yogi Akin, 2021

**PENGARUH PENGEMBANGAN OUTDOOR EDUCATION TERHADAP PENINGKATAN LIFE SKILLS
DALAM RANGKA POSITIVE YOUTH DEVELOPMENT**

		meningkatkan kebugaran.	
	Uraian Kegiatan	Sasaran	Komponen Tujuan
C. Mendayung (300 menit)	Melakukan mendayung menyeberangi danau atau sungai. a. Menggunakan peralatan keselamatan (helm dan pelampung). b. Membawa makanan dan minuman. c. Membawa obat-obatan pribadi dan alat P3K.	Mengembangkan kerjasama tim dalam menetapkan tujuan, kemampuan menganalisa masalah dan perencanaan kerja, pengimplementasian rencana, komunikasi efektif dengan teman, sikap kepemimpinan, pengertian antar awak perahu, pengalokasian sumber daya, dan kemampuan mengatasi ketakutan akan tenggelam.	1. Penetapan Tujuan. 2. Komunikasi Antarpribadi.
	Uraian Kegiatan	Sasaran	Komponen Tujuan
D. Kegiatan Tantangan (300 menit)	1. Melakukan <i>rappelling</i> menuruni tebing/pohon menggunakan tali. a. Menggunakan peralatan keselamatan (helm dan <i>harness</i>). b. Membawa makanan dan minuman.	Mengembangkan kemampuan mengontrol emosi, memotivasi, komunikasi, saling percaya, pengambilan keputusan, percaya diri, tidak mudah putus asa, saling mendukung dalam memecahkan suatu masalah secara bersama-sama yang	1. Keterampilan emosi. 2. Pemecahan masalah dan pengambilan keputusan.

Yogi Akin, 2021

PENGARUH PENGEMBANGAN OUTDOOR EDUCATION TERHADAP PENINGKATAN LIFE SKILLS DALAM RANGKA POSITIVE YOUTH DEVELOPMENT

	<p>c. Membawa obat-obatan pribadi dan alat P3K.</p> <p>2. Melakukan kegiatan tantangan tali yang di selesaikan secara berkelompok.</p>	<p>merupakan sebuah dinamika/simulasi dan di lakukan oleh seluruh peserta/kelompok (biasanya pada akhir proses) untuk mengaktualisasikan sebuah kebersamaan dalam kegiatan.</p>	
--	--	---	--

Keterangan Program Ekperimen 1 pada pelaksanaan dilapangan:

Hari pertama pukul 08.30 wib pemberangkatan menuju lokasi bumi perkemahan Datar Pinus Pangalengan dari kampus UPI Sumedang. Perkiraan pada pukul 13.00 wib sampai di lokasi dan langsung melaksanakan upacara pembukaan. Kegiatan diawali dengan aktivitas berkemah (mendirikan tenda, masak rimba dan api unggun) dengan waktu 300 menit. Sebelum melakukan kegiatan berkemah peserta diberi penjelasan terlebih dahulu (*brief*) mengenai aktivitas yang akan dilakukan dengan mengintegrasikan *life skills* fokus pada materi integrasi tujuan kerja tim dan keterampilan sosial (pada pendahuluan ini instruktur menjelaskan pengertian, tujuan, manfaat dan penitngnya kerja tim dan keterampilan social bagi kelompok ataupun individu dalam suatu kegiatan). Tahap pelaksanaan kegiatan langkah pertama nya adalah menentukan area untuk mendirikan tenda, setelah itu peserta mempersiapkan bahan makanan dan perapian, menentukan tempat untuk memasak, memasak bahan makanan yang telah dibawa menggunakan peralatan memasak yang telah dibawa dan memadamkan api setelah memasak (pada tahap ini instruktur menstimulasi penitngnya kerja tim dan keterampilan social pada kegiatan yang sedang dilaksanakan). Kegiatan terakhir mengumpulkan kayu bakar, seperti: dedaunan kering atau rumput kering, memilih tempat yang landai, kering, kemudian membakar tumpukan kayu yang telah disusun, memadamkan api unggun sampai padam dan membereskan sisa kayu bakar. Proses integrasi dilakukan pada saat mereka mendirikan tenda, masak rimba dan membuat api unggun, instruktur menyampaikan pesan penting dalam kerja tim dan keterampilan sosial untuk dapat

Yogi Akin, 2021

**PENGARUH PENGEMBANGAN OUTDOOR EDUCATION TERHADAP PENINGKATAN LIFE SKILLS
DALAM RANGKA POSITIVE YOUTH DEVELOPMENT**

mendirikan tenda, memasak dan makan bersama, serta membuat api unggun. Tahap akhir evaluasi (*debrief*) instruktur menyampaikan pencapaian sampel dalam mendirikan tenda, memasak dan membuat api unggun adalah merupakan hasil dari kerja tim dan keterampilan sosial kelompok (pada tahap akhir instruktur menyadarkan dan mengingatkan bahwa pencapaian atau keberhasilan menyelesaikan kegiatan yang diberikan akan berhasil dan lebih maksimal, jika ada kerja tim dan keterampilan social pada saat kegiatan)

Hari kedua, dimulai melakukan kegiatan *hiking* dengan durasi waktu 300 menit. Kegiatan diawali dengan penjelasan dari instruktur (*brief*) mengenai kegiatan yang akan dilakukan dengan menjelaskan hal-hal yang harus diperhatikan selama perjalanan, serta mengintegrasikan komponen manajemen waktu dan komponen kepemimpinan (pada pendahuluan ini instruktur menjelaskan pengertian, tujuan, manfaat dan penitngnya komponen manajemen waktu dan komponen kepemimpinan bagi kelompok ataupun individu dalam suatu kegiatan). Pada tahap pelaksanaan peserta mempersiapkan alat pribadi (jas hujan dan pakaian ganti), membawa makanan dan minuman ringan, serta membawa obat-obatan pribadi dan alat P3K. Pukul 07.00 wib kegiatan *hiking* dimulai dengan melakukan perjalanan dari tempat berkemah ke danau (situ Cileunca) tempat mereka melakukan kegiatan selanjutnya yaitu mendayung. Instruktur mengintergrasikan komponen manajemen waktu dan komponen kepemimpinan pada *life skills* dengan mengajak komunikasi peserta didik selama dalam perjalanan (pada tahap ini instruktur menstimulasi penitngnya manajemen waktu dan komponen kepemimpinan pada kegiatan yang sedang dilaksanakan). Tahap akhir evaluasi (*debrief*) dalam kegiatan *hiking* instruktur memberikan penjelasan terkait pelajaran, nilai-nilai pada komponen manajemen waktu dan komponen kepemimpinan yang didapat selama perjalanan (pada tahap akhir instruktur menyadarkan dan mengingatkan bahwa pencapaian atau keberhasilan menyelesaikan kegiatan yang diberikan akan berhasil dan lebih maksimal, jika ada manajemen waktu dan pemimpinan pada saat kegiatan).

Pada pukul 12.30 wib dilanjutkan dengan kegiatan mendayung yang berdurasi waktu 300 menit, sebelum peserta diberikan alat-alat perlengkapan mendayung instruktur menjelaskan (*brief*) hal-hal yang harus diperhatikan, serta

Yogi Akin, 2021

**PENGARUH PENGEMBANGAN OUTDOOR EDUCATION TERHADAP PENINGKATAN LIFE SKILLS
DALAM RANGKA POSITIVE YOUTH DEVELOPMENT**

menjelaskan nilai-nilai penting terkait komponen penetapan tujuan dan komponen komunikasi antarpribadi selama mendayung (pada pendahuluan ini instruktur menjelaskan pengertian, tujuan, manfaat dan pentingnya penetapan tujuan dan komunikasi antarpribadi bagi kelompok ataupun individu dalam suatu kegiatan). Pada tahap pelaksanaannya peserta didik menggunakan peralatan keselamatan (helm dan pelampung), membawa makanan dan minuman ringan serta membawa obat-obatan pribadi dan alat P3K. Instruktur mengintegrasikan komponen penetapan tujuan dan komponen komunikasi antarpribadi selama mereka berada dalam perahu di danau selama berkegiatan mendayung (pada tahap ini instruktur menstimulasi pentingnya penetapan tujuan dan komunikasi antarpribadi pada kegiatan yang sedang dilaksanakan). Setelah sampai pada tujuan, instruktur kembali berkomunikasi (*debrief*) terkait komponen pencapaian tujuan kelompok dan komponen komunikasi antar pribadi pada kegiatan yang telah dilakukan (pada tahap akhir instruktur menyadarkan dan mengingatkan bahwa pencapaian atau keberhasilan menyelesaikan kegiatan yang diberikan akan berhasil dan lebih maksimal, jika ada penetapan tujuan dan komunikasi antarpribadi pada saat kegiatan).

Hari ketiga, dilaksanakan kegiatan tantangan dengan durasi waktu 300 menit. Pada pukul 07.00 wib peserta mulai melakukan kegiatan tantangan (*rappelling* dan tantangan tali), instruktur menjelaskan (*brief*) kegiatan tantangan terkait aturan-aturan, hal-hal yang harus jadi perhatian dan mengintegrasikan komponen keterampilan emosi serta komponen pemecahan masalah dan pengambilan keputusan dalam *life skills* melalui penjelasan singkat (pada pendahuluan ini instruktur menjelaskan pengertian, tujuan, manfaat dan pentingnya keterampilan emosi serta komponen pemecahan masalah dan pengambilan keputusan bagi kelompok ataupun individu dalam suatu kegiatan). Pada tahap pelaksanaan *rappelling* dan tantangan tali peserta menggunakan peralatan keselamatan (helm dan *harness*), membawa makanan dan minuman ringan dan membawa obat-obatan pribadi dan alat P3K. Instruktur menyampaikan pentingnya komponen keterampilan emosi serta komponen pemecahan masalah dan pengambilan keputusan dalam menyelesaikan permainan tantangan yang diberikan (pada tahap ini instruktur menstimulasi pentingnya keterampilan emosi serta komponen

Yogi Akin, 2021

**PENGARUH PENGEMBANGAN OUTDOOR EDUCATION TERHADAP PENINGKATAN LIFE SKILLS
DALAM RANGKA POSITIVE YOUTH DEVELOPMENT**

pemecahan masalah dan pengambilan keputusan pada kegiatan yang sedang dilaksanakan). Pada tahap evaluasi (*debrief*) instruktur mengintegrasikan *life skills* dengan membuka pemikiran peserta didik bahwa pencapaian mereka berhasil dalam menyelesaikan tantangan permainan merupakan bagian dari komponen keterampilan emosi serta komponen pemecahan masalah dan pengambilan keputusan mereka masing-masing (pada tahap akhir instruktur menyadarkan dan mengingatkan bahwa pencapaian atau keberhasilan menyelesaikan kegiatan yang diberikan akan berhasil dan lebih maksimal, jika ada keterampilan emosi serta komponen pemecahan masalah dan pengambilan keputusan pada saat kegiatan).

Keterangan :

- Pelaksanaan kegiatan *outdoor education* terintegrasi *life skills* adalah selama 1200 menit atau selama 20 jam.
- Jika disesuaikan dengan waktu pertemuan perkuliahan yang 1 pertemuannya selama 100 menit (2 sks) maka jumlah pertemuan yang dilakukan pada kegiatan *outdoor education* terintegrasi *life skills* adalah 12 kali pertemuan.

3.8.2 Program kegiatan *outdoor education* non-integrasi *life skills* (Kelompok Eksperimen 2)

Tabel 3.8
Program Kegiatan *Outdoor Education* Non-integrasi *Life Skills*
(Kelompok Eksperimen 1)

Materi Kegiatan	<i>Outdoor Education</i> Non-integrasi <i>Life Skills</i> .	
Waktu Kegiatan	3 hari 2 malam.	
Tempat Kegiatan	Bumi Perkemahan Datar Pinus.	
A. Berkemah (300 menit)	Uraian kegiatan	Sasaran
	1. Mendirikan Tenda. a. Menentukan area untuk mendirikan tenda. b. Mendirikan tenda bersama-sama.	Mengembangkan kemampuan peserta untuk dapat bekerja sama dengan anggota kelompoknya, dapat melaksanakan perannya dengan baik, dapat bersosialisasi dengan anggota kelompoknya, dapat berbagi

Yogi Akin, 2021

PENGARUH PENGEMBANGAN *OUTDOOR EDUCATION* TERHADAP PENINGKATAN *LIFE SKILLS* DALAM RANGKA *POSITIVE YOUTH DEVELOPMENT*

	<p>c. Membongkar dan merapihkan tenda setelah digunakan.</p> <p>2. Memasak.</p> <p>a. Mempersiapkan bahan makanan dan perapian.</p> <p>b. Menentukan tempat untuk memasak.</p> <p>c. Memasak bahan makanan yang telah di bawa menggunakan peralatan memasak yang telah di bawa.</p> <p>d. Merapikan perlengkapan dan memadamkan api setelah memasak.</p> <p>3. Membuat Api Unggun.</p> <p>a. Mengumpulkan kayu bakar dan bahan yang mudah terbakar, seperti: dedaunan kering atau rumput kering.</p> <p>b. Memilih tempat yang landai, kering dan tidak terlalu dekat dengan tenda dan bahan-bahan yang mudah terbakar (dedaunan kering dan rumput kering).</p> <p>c. Membakar tumpukan kayu yang telah di susun, dimulai dengan membakar bahan yang mudah terbakar, seperti: dedaunan atau jerami.</p> <p>d. Jaga nyala api hingga api menjalar dan membakar tumpukan kayu bakar.</p> <p>e. Memadamkan api ungun sampai padam</p>	<p>tugas dengan anggota kelompok nya, dapat memotivasi anggota kelompok nya, dapat bertanggung jawab dan bersungguh-sungguh dalam melaksanakan tugas individu atau tugas kelompok yang di berikan.</p>
--	--	--

Yogi Akin, 2021

**PENGARUH PENGEMBANGAN OUTDOOR EDUCATION TERHADAP PENINGKATAN LIFE SKILLS
DALAM RANGKA POSITIVE YOUTH DEVELOPMENT**

	agar tidak membahayakan dan membereskan sisa kayu bakar.	
B. Hiking (300 menit)	Uraian Kegiatan	Sasaran
	Melakukan perjalanan di lingkungan alam. a. Mempersiapkan alat pribadi (jas hujan dan pakaian ganti). b. Membawa makanan dan minuman. c. Membawa obat-obatan pribadi dan alat P3K.	Mengembangkan kemampuan peserta dalam mengatur waktu, perencanaan perjalanan, komunikasi efektif, sikap kepemimpinan, tanggung jawab, saling menjaga dengan anggota kelompok lain nya, dan tentunya dapat meningkatkan kebugaran.
C. Mendayung (300 menit)	Uraian Kegiatan	Sasaran
	Melakukan mendayung menyeberangi danau atau sungai. a. Menggunakan peralatan keselamatan (helm dan pelampung). b. Membawa makanan dan minuman. c. Membawa obat-obatan pribadi dan alat P3K.	Mengembangkan kerjasama tim dalam menetapkan tujuan, kemampuan menganalisa masalah dan perencanaan kerja, pengimplementasian rencana, komunikasi efektif dengan teman, sikap kepemimpinan, pengertian antar awak perahu, pengalokasian sumber daya, dan kemampuan mengatasi ketakutan akan tenggelam.
D. Kegiatan Tantangan (300 menit)	Uraian Kegiatan	Sasaran
	1. Melakukan <i>rappelling</i> menuruni tebing/pohon menggunakan tali. a. Menggunakan peralatan keselamatan (helm dan <i>harness</i>). b. Membawa makanan dan minuman.	Mengembangkan kemampuan mengontrol emosi, memotivasi, komunikasi, saling percaya, pengambilan keputusan, percaya diri, tidak mudah putus asa, saling mendukung dalam memecahkan suatu masalah secara bersama-sama yang merupakan sebuah

Yogi Akin, 2021

**PENGARUH PENGEMBANGAN OUTDOOR EDUCATION TERHADAP PENINGKATAN LIFE SKILLS
DALAM RANGKA POSITIVE YOUTH DEVELOPMENT**

	<p>c. Membawa obat-obatan pribadi dan alat P3K.</p> <p>2. Melakukan kegiatan tantangan tali yang di selesaikan secara berkelompok.</p>	<p>dinamika/simulasi dan dilakukan oleh seluruh peserta/kelompok (biasanya pada akhir proses) untuk mengaktualisasikan sebuah kebersamaan dalam kegiatan.</p>
--	--	---

Keterangan Program Ekperimen 2 pada pelaksanaan dilapangan:

Hari pertama pukul 08.30 wib pemberangkatan menuju lokasi bumi perkemahan Datar Pinus Pangalengan dari kampus UPI Sumedang. Pada pukul 13.00 wib sampai di lokasi dan langsung melaksanakan upacara pembukaan. Kegiatan diawali dengan aktivitas berkemah (mendirikan tenda, masak rimba dan api unggun) dengan waktu 300 menit. Sebelum melakukan kegiatan instruktur menjelaskan hal-hal yang akan dilakukan dan diperhatikan sebelum mendirikan tenda. Tahap pelaksanaan langkah pertama peserta menentukan area untuk mendirikan tenda, setelah itu peserta mempersiapkan bahan makanan dan perapian, menentukan tempat untuk memasak, memasak bahan makanan yang telah dibawa menggunakan peralatan memasak yang telah dibawa dan memadamkan api setelah memasak. Kegiatan terakhir mengumpulkan kayu bakar, seperti: dedaunan kering atau rumput kering, memilih tempat yang landai, kering, kemudian membakar tumpukan kayu yang telah disusun, memadamkan api unggun sampai padam dan membereskan sisa kayu bakar. Tahap akhir instruktur menyampaikan evaluasi pencapaian peserta mendirikan tenda, makan dan membuat api unggun.

Hari kedua, dimulai dengan kegiatan *hiking* yang berdurasi waktu 300 menit. Kegiatan diawali dengan penjelasan hal-hal yang harus diperhatikan selama perjalanan. Pada tahap pelaksanaan peserta mempersiapkan alat pribadi (jas hujan dan pakaian ganti), membawa makanan dan minuman ringan, serta membawa obat-obatan pribadi dan alat P3K. Pukul 07.00 wib kegiatan *hiking* dimulai dengan melakukan perjalanan dari tempat berkemah ke danau (situ Cileunca) tempat mereka melakukan kegiatan selanjutnya yaitu mendayung. Tahap akhir instruktur memberikan evaluasi terkait kegiatan *hiking* yang telah dilakukan. Pada pukul

Yogi Akin, 2021

**PENGARUH PENGEMBANGAN OUTDOOR EDUCATION TERHADAP PENINGKATAN LIFE SKILLS
DALAM RANGKA POSITIVE YOUTH DEVELOPMENT**

12.30 wib kegiatan mendayung, dengan durasi waktu 300 menit sebelum peserta diberikan alat-alat perlengkapan mendayung instruktur menjelaskan hal-hal yang harus diperhatikan selama mendayung. Pada tahap pelaksanaannya peserta menggunakan peralatan keselamatan (helm dan pelampung), membawa makanan dan minuman ringan serta membawa obat-obatan pribadi dan alat P3K. Tahap akhir instruktur mengevaluasi pengalaman peserta selama kegiatan mendayung.

Hari ketiga melaksanakan kegiatan tantangan dengan durasi waktu 300 menit. Pada pukul 07.00 wib peserta akan melakukan kegiatan tantangan (*rappelling* dan tantangan tali), instruktur menjelaskan kegiatan tantangan terkait aturan-aturan dan hal-hal yang harus jadi perhatian. Pada tahap pelaksanaan *rappelling* dan tantangan tali peserta menggunakan peralatan keselamatan (*helm* dan *harness*), membawa makanan dan minuman ringan dan membawa obat-obatan pribadi dan alat P3K. Pada tahap akhir instruktur mengevaluasi terkait pengalaman selama kegiatan tantangan yang telah dilakukan.

Keterangan :

- Pelaksanaan kegiatan *outdoor education* non-integrasi *life skills* adalah selama 1200 menit atau selama 20 jam.
- Jika disesuaikan dengan waktu pertemuan perkuliahan yang 1 pertemuannya selama 100 menit (2 sks) maka jumlah pertemuan yang dilakukan pada kegiatan *outdoor education* non-integrasi *life skills* adalah 12 kali pertemuan.

Tabel 3.9
Jadwal Penelitian

Hari/Tanggal	Waktu	Durasi	Acara	Tempat
Jumat, 28-8-2020	07.00-08.00	60'	<i>Pre Test</i>	Kampus UPI Sumedang
	08.00-08.30	90'	Persiapan keberangkatan	
	08.30-13.00	240'	Perjalanan menuju lokasi	
	13.00-13.30	30'	Upacara Pembukaan	Datar Pinus

Yogi Akin, 2021

**PENGARUH PENGEMBANGAN OUTDOOR EDUCATION TERHADAP PENINGKATAN LIFE SKILLS
DALAM RANGKA POSITIVE YOUTH DEVELOPMENT**

	13.30-16.00	150'	Mendirikan Tenda Bersama	Datar Pinus
	16.00-18.00	120'	Memasak Rimba	Datar Pinus
	18.00-19.30	90'	ISOMA	Datar Pinus
	19.30-21.00	90'	Api Unggun dan Diskusi	Datar Pinus
	21.00	420'	Istirahat	Datar Pinus
Sabtu, 29-8-2020	04.00-05.00	60'	Solat Subuh	Datar Pinus
	05.00-05.30	30'	Olahraga Pagi	Datar Pinus
	05.30-07.00	90'	Sarapan dan bersih-bersih	Datar Pinus
	07.00-12.00	300'	<i>Hiking</i>	Datar Pinus
	12.00-12.30	30'	ISOMA	Situ Cileunca
	12.30-17.30	300'	Mendayung	Situ Cileunca
	17.30-19.00	90'	ISOMA	Datar Pinus
	19.00-20.00	60'	Diskusi	Datar Pinus
	20.00	480'	Istirahat	Datar Pinus
Minggu, 30-8-2020	04.00-05.00	60'	Solat Subuh	Datar Pinus
	05.00-05.30	30'	Olahraga Pagi	Datar Pinus
	05.30-07.00	90'	Sarapan dan bersih-bersih	Datar Pinus
	07.00-12.00	300'	<i>Rappelling</i> dan Tantangan Tali	Datar Pinus
	12.00-12.30	30'	Istirahat	Datar Pinus
	12.30-13.30	60'	Persiapan Pulang	Datar Pinus
	13.30-14.00	120'	Upacara Penutupan	Datar Pinus
	14.00-18.00	30'	Perjalanan Pulang	Datar Pinus
Senin, 31-8-2020	08.00-09.00	60'	<i>Post Test</i>	Kampus UPI Sumedang

Yogi Akin, 2021

**PENGARUH PENGEMBANGAN OUTDOOR EDUCATION TERHADAP PENINGKATAN LIFE SKILLS
DALAM RANGKA POSITIVE YOUTH DEVELOPMENT**

3.9 Analisis Data

Dalam penelitian ini, teknik pengumpulan data yang digunakan yaitu berupa kuisioner yang diberikan kepada subjek penelitian melalui *pretest* sebagai data awal dan melalui pemberian *posttest* sebagai data akhirnya. Setelah data diperoleh, maka langkah selanjutnya yaitu melakukan pengolahan dan analisis data. Pengolahan dan analisis data adalah proses dimana data dari setiap variabel penelitian sudah siap untuk diolah dan dianalisis. Data yang diperoleh dari hasil penelitian yaitu berupa data kuantitatif. Data kuantitatif berasal dari kuisioner tersebut. Yang selanjutnya data tersebut akan diolah, dianalisis dan diuji terlebih dahulu menggunakan perhitungan uji normalitas, uji homogenitas, uji dua rata-rata dan uji perbedaan dua rata-rata. Adapun langkah-langkah untuk mengolah dan menganalisis data kuantitatif adalah sebagai berikut:

- 1) Uji normalitas, uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah penyebaran dari distribusi data itu penyebarannya normal atau tidak (Ghasemi & Zahediasl, 2012). Uji normalitas pada penelitian ini menggunakan uji normalitas dengan pendekatan uji *Kolmogorov-Smirnov* melalui bantuan dari aplikasi *SPSS v.23 for windows*, dengan kriteria penerimaan $\alpha = 0,05$.
- 2) Uji homogenitas, uji homogenitas dilakukan untuk mengetahui varians data dalam penelitian ini homogen atau tidak (Kim & Cribbie, 2018), dalam penelitian ini pengujian homogenitas data juga menggunakan bantuan dari aplikasi *SPSS v.23 for windows* dengan uji data *Test Homogeneity of Variance*, dengan kriteria penerimaan $\alpha = 0,05$.
- 3) Uji *paired sample t-test* yaitu uji dua rata-rata dalam satu kelompok. Uji *paired sample t-test* ini digunakan untuk melihat pengaruh yang terjadi sebelum dan sesudah perlakuan diberikan pada satu kelompok.
- 4) Uji *independent sample t-test* yaitu uji perbedaan dua rata-rata, yang digunakan untuk mengetahui perbedaan rata-rata dari kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, pada penelitian ini juga perhitungan untuk uji beda dua rata-rata menggunakan bantuan dari aplikasi *SPSS v.23 for windows*. Uji perbedaan dua rata-rata juga dilakukan untuk mengetahui perbedaan rata-rata antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.