

**PENGEMBANGAN *LIFE SKILL* MELALUI *OUTDOOR EDUCATION*
DALAM RANGKA PENGEMBANGAN PEMUDA YANG POSITIF**

SKRIPSI

*Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian Dari Syarat
Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan
Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan Rekreasi*



Oleh
Hima Nuzula
1806366

**PROGRAM STUDI
PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
DEPARTEMEN PENDIDIKAN OLAHRAGA
FAKULTAS PENDIDIKAN OLAHRAGA DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA**

2022

LEMBAR HAK CIPTA

**PENGEMBANGAN *LIFE SKILLS* MELALUI *OUTDOOR EDUCATION*
DALAM RANGKA *POSITIVE YOUTH DEVELOPMENT (PYD)***

Oleh

Hima Nuzula

Sebuah skripsi yang diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar
Sarjana Olahraga pada Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan

© Hima Nuzula 2022

Universitas Pendidikan Indonesia

Juni 2022

Hak Cipta dilindungi undang-undang.

Skripsi ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau Sebagian,
Dengan dicetak ulang, difotokopi, atau cara lainnya tanpa ijin dari penulis.

LEMBAR PENGESAHAN

HIMA NUZULA

**PENGEMBANGAN *LIFE SKILLS* MELALUI *OUTDOOR EDUCATION*
DALAM RANGKA *POSITIVE YOUTH DEVELOPMENT (PYD)***

Disetujui dan disahkan oleh pembimbing :

Pembimbing I :



Prof. Dr. H. Amung Ma'mun, M.Pd.

NIP. 196001191986031002

Pembimbing II :



Dra. Hj. Oom Rohmah, M. Pd.

NIP. 196005181987032003

Mengetahui

Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Dr. Yusuf Hidayat, M.Si.

NIP. 196808301999031001

PERNYATAAN KEASLIAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi dengan judul “**PENGEMBANGAN *LIFE SKILLS* MELALUI *OUTDOOR EDUCATION* DALAM RANGKA *POSITIVE YOUTH DEVELOPMENT (PYD)*” ini dengan seluruh isinya adalah benar-benar karya saya sendiri. Saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika ilmu yang berlaku. Atas pernyataan ini, saya siap menanggung resiko/sanksi apabila dikemudian hari ditemukan adanya pelanggaran etika keilmuan terhadap keaslian karya saya ini.**

Bandung, 12 Juni 2022

Yang membuat pernyataan

Hima Nuzula

NIM 1806366

KATA PENGANTAR

Puji serta syukur penulis panjatkan atas kehadiran Allah SWT, yang telah melimpahkan rahmat dan ridha-nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Skripsi ini mengambil judul **“PENGEMBANGAN *LIFE SKILLS* MELALUI *OUTDOOR EDUCATION* DALAM RANGKA *POSITIF YOUTH DEVELOPMENT (PYD)*”** skripsi ini disusun sebagai tugas akhir Pendidikan dalam meraih gelar sarjana (SI) pada prodi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, Universitas Pendidikan Indonesia.

Skripsi ini dibuat penulis sebaik-baiknya, namun penulis menyadari dengan sepenuhnya bahwa skripsi ini jauh dari sempurna. Sehingga, penulis mengharapkan saran yang bersifat membangun untuk penulis dari para pembaca agar skripsi ini menjadi karya ilmiah yang berguna bagi khalayak dan sesuai dengan maksud dan tujuan penyusunannya. Penulis juga berharap skripsi ini dapat memberikan pengetahuan bagi para pembaca dan dapat dimengerti dengan mudah.

Karena itu, penulis mengucapkan terimakasih kepada seluruh pihak yang telah memberikan bantuan spirit dan moril, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.

Bandung, Juni 2022

Hima Nuzula
NIM. 1806366

UCAPAN TERIMAKASIH

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT, karena dengan rahmat dan karunianya skripsi yang berjudul “Pengembangan *Life Skills* Melalui *Outdoor Education* Rangka *Positive Youth Development* (PYD)” dapat terselesaikan. Oleh karena itu, dalam kesempatan yang berbahagia ini penulis ingin menyampaikan ucapan terimakasih kepada semua pihak yang telah membantu dalam proses penyusunan skripsi ini, yaitu :

1. Bapak Dr. H. Raden Boyke Mulyana, M.Pd., selaku Dekan FPOK UPI yang telah menyediakan sarana dan pra sarana selama perkuliahan sampai proses penyelesaian skripsi ini.
2. Bapak Dr. Yusuf Hidayat, M.S.i., selaku Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi FPOK UPI Bandung, atas izin dan rekomendasi kepada penulis untuk menyusun skripsi ini.
3. Prof. Dr. H. Amung Ma'mun, M. Pd., sebagai dosen pembimbing I yang telah memberikan ilmu, bimbingan, petunjuk, motivasi dan pengarahan yang membangun dari awal sampai akhir penyusunan skripsi ini kepada penulis.
4. Dra. Hj, Oom Rohmah, M. Pd., sebagai dosen pembimbing II yang selalu terus menerus membantu penulis dengan segala waktu yang telah diluangkan dalam menyelesaikan penyusunan skripsi ini.
5. Staf Dosen dan Asisten Dosen FPOK UPI yang telah memberikan penulis ilmu yang bermanfaat selama penulis mengikuti perkuliahan.
6. Ayahanda tercinta Kusrata dan ibunda tercinta Asipah yang telah sabar membesarkan, mendidik, membimbing, mendo'akan dan memberikan kasih sayang sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Untuk kakak-kakak dan sodara tercinta Zaenal Abidin, Siti Aisyah, Ili Sadeli, Ririn Nuraeni, Ida Zubaedah, Cardiff Andana serta ponakan-ponakan tercinta yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu yang selalu memberikan semangat, motivasi, serta kasih sayang.
7. Kaka adik Terkasih Novia rahmawati, Yuski Ardiyani, Eka Purnawati, Meilan Meilani, Nadila, Lilis Rachma apriliani, Rizka Fitriani.
8. Sahabat-sahabat terkasih Triani Gilang maharani, Hilwa Kusuma, Nuramaliah, Restu

Meliawati Rimadani, Sely Widiyawan, Siti Aisah Amali, Azmi Urbalia, Erly Risliana Assyura, Sinta Kusuma, Anne Siti, Hanifah Amir, Indah Feni, dan Ratea Ningsih yang telah memberikan warna dalam kehidupan penulis, dan selalu kebersamai penulis selama perkuliahan dan penulisan skripsi ini.

9. Keluarga besar UKM Bola basket UPI yang selalu memberikan semangat, dorongan, doa, pengalaman berharga dan kenangan manis dan pahit dalam menjalankan latihan dan pada saat pertandingan.
10. Teman-teman seperjuangan PJKR angkatan 2018 khususnya PJKR D 2018, serta kaka adik PJKR FPOK UPI yang selalu memberikan segala masukan dan semua canda tawa selama masa perkuliahan.
11. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu. Terimakasih yang sebesar-besarnya, semoga segala kebaikan dari semua pihak dibalas oleh Allah Subhanau Wa Ta'ala dengan pahala yang berlipat ganda.

Atas segala kebaikan yang mereka berikan semoga mendapat balasan yang setimpal dari Allah SWT. Akhir kata penulis berharap semoga skripsi ini bermanfaat dan menjadikan tambahan ilmu bagi penulis dan umumnya bagi pembaca. Jazakallah Khairan katsiran.

Bandung, 11 Januari 2022

Penulis

ABSTRAK

Pengembangan *Life Skills* melalui Outdoor Education dalam rangka *Positive Youth Development (PYD)*

Hima Nuzula

himanuzula@upi.edu

Program Studi PJKR, Universitas Pendidikan Indonesia

Pembimbing I: Prof. Dr. H. Amung Ma'mun, M. Pd.

Pembimbing II: Dra. Hj. Oom Rohmah, M. Pd.

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis peningkatan *life skills* antara remaja yang diberikan program *life skills* dengan remaja yang tidak diberikan program *life skills* pada kegiatan *outdoor education*. Populasi pada penelitian ini yaitu 16 orang. Sampel dalam penelitian ini menggunakan Teknik sampling jenuh, yaitu melibatkan seluruh populasi. Metode pada penelitian ini menggunakan deskriptif kuantitatif. Instrument yang digunakan adalah kuesisioner *life skills scala for sport (LSSS)*. Analisis data penelitian ini menggunakan uji normalitas, uji homogenitas, dan uji hipotesis dengan pengolahan data menggunakan *program statistical product for social science (SPSS)* versi 25. Hasil penelitian ini ditemukan nilai T hitung sebesar $9,900 > T \text{ table } 2,101$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima, sehingga dapat diambil kesimpulan bahwa terdapat perbedaan peningkatan *life skills* antara remaja yang diberikan program *life skills* dengan remaja yang tidak diberikan program *life skills*. Hal ini menegaskan bahwa program *life skills* pada kegiatan *outdoor education* remaja sanhan efektif untuk diterapkan. Dengan demikian hipotesis teruji dan dapat diterima.

Kata kunci : *Life skills, Outdoor Education, Positive Youth Development (PYD)*

ABSTRACT

Development of life skills through Outdoor Education for Positive Youth Development (PYD)

Hima Nuzula

himanuzula@upi.edu

Supervisor I : Prof. Dr. H. Amung Ma'mun, M. Pd.

Supervisor II : Dra. Hj. Oom Rohmah, M. Pd.

This study aims to analyze the improvement of life skills between adolescents who are given life skills programs and adolescents who are not given life skills programs in outdoor education activities. The population in this study were 20 people. The sample in this study used a saturated sampling technique, which involved the entire population. The method in this study uses descriptive quantitative. The instrument used is a scala for sport (LSSS) life skills questionnaire. Data analysis of this study used normality test, homogeneity test, and hypothesis testing with data processing using statistical product for social science (SPSS) version 25 program. The results of this study found the calculated T value of $9.900 > T$ table 2.101 then H_0 was rejected and H_a was accepted, so that it can be concluded that there are differences in the improvement of life skills between adolescents who are given life skills programs and adolescents who are not given life skills programs. This confirms that the life skills program in youth outdoor education activities is effective. Thus the hypothesis is tested and can be accepted.

Keywords: *Life skills, Outdoor Education, Positive Youth Development (PYD)*

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR	4
UCAPAN TERIMAKASIH	5
ABSTRAK	7
ABSTRACT	8
DAFTAR ISI	9
DAFTAR TABEL	11
DAFTAR GAMBAR	12
BAB I	Error! Bookmark not defined.
PENDAHULUAN	Error! Bookmark not defined.
1.1 Latar Belakang	Error! Bookmark not defined.
1.2 Rumusan Masalah	Error! Bookmark not defined.
1.3 Tujuan Penelitian	Error! Bookmark not defined.
1.4 Manfaat Penelitian	Error! Bookmark not defined.
1.5 Struktur Organisasi	Error! Bookmark not defined.
BAB II	Error! Bookmark not defined.
KAJIAN PUSTAKA	Error! Bookmark not defined.
2.1 Hakikat Pemuda Positif	Error! Bookmark not defined.
2.3.1 Kecakapan Hidup	Error! Bookmark not defined.
2.3.2 Tujuan dan Manfaat Pembelajaran <i>Life Skill</i>	Error! Bookmark not defined.
2.1.3 Hubungan Mata Pelajaran, Kecakapan Hidup, dan Kehidupan nyata	Error! Bookmark not defined.
2.2 Pendidikan Karakter	Error! Bookmark not defined.
2.3 Hakikat <i>Outdoor Education</i>	Error! Bookmark not defined.
2.3.1 Jenis Lingkungan Belajar	Error! Bookmark not defined.
2.4 Penelitian Relevan	Error! Bookmark not defined.
BAB III	Error! Bookmark not defined.
METODE PENELITIAN	Error! Bookmark not defined.
3.1 Desain Penelitian	Error! Bookmark not defined.
3.2 Populasi dan Sampel	Error! Bookmark not defined.
3.2.1 Populasi dan Sampel	Error! Bookmark not defined.
3.3 Instrumen Penelitian	Error! Bookmark not defined.
3.4 Prosedur Penelitian	Error! Bookmark not defined.
3.5 Analisis Data	Error! Bookmark not defined.

3.5.1	Uji Normalitas	Error! Bookmark not defined.
3.5.2	Uji Homogenitas	Error! Bookmark not defined.
3.5.3	Uji Hipotesis.....	Error! Bookmark not defined.
BAB IV	Error! Bookmark not defined.
TEMUAN DAN PEMBAHASAN	Error! Bookmark not defined.
4.1	Deskripsi Data Hasil Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
4.2	Uji Prasyarat Analisis	Error! Bookmark not defined.
4.2.1	Uji Normalitas Data.....	Error! Bookmark not defined.
4.2.2	Uji Homogenitas Data.....	Error! Bookmark not defined.
4.3	Pengujian Hipotesis	Error! Bookmark not defined.
4.3.1	Uji Independent Sampel t-Test.....	Error! Bookmark not defined.
BAB V	Error! Bookmark not defined.
KESIMPULAN DAN SARAN	Error! Bookmark not defined.
5.1	Kesimpulan	Error! Bookmark not defined.
5.2	Implikasi	Error! Bookmark not defined.
5.3	Rekomendasi.....	Error! Bookmark not defined.
DAFTAR PUSTAKA	13
1.	Surat Keterangan Pembimbing Skripsi	Error! Bookmark not defined.
3.	Data Demografi.....	Error! Bookmark not defined.
4.	Kuesioner Life Skills (LSSS)	Error! Bookmark not defined.
5.	Analisis SPSS	Error! Bookmark not defined.
6.	Program <i>Life Skills</i>	Error! Bookmark not defined.
6.	Dokumentasi	Error! Bookmark not defined.

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Dasar pengambilan Keputusan Uji Normalitas ... **Error! Bookmark not defined.**

Tabel 3. 2 Dasar pengambilan Keputusan Uji Homogenitas **Error! Bookmark not defined.**

Tabel 3. 3 Dasar pengambilan keputusan uji t..... **Error! Bookmark not defined.**

Tabel 4. 1 Demografi Sampel Penelitian **Error! Bookmark not defined.**

Tabel 4. 2 Deskripsi Hasil Penelitian..... **Error! Bookmark not defined.**

Tabel 4. 3 Nilai Pre-test, Post-test dan N Gain Komponen Life Skills**Error! Bookmark not defined.**

Tabel 4. 4 Uji Normalitas Data Life Skills..... **Error! Bookmark not defined.**

Tabel 4. 5 Uji Homogenitas **Error! Bookmark not defined.**

Tabel 4. 6 Data Deskripsi..... **Error! Bookmark not defined.**

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 menunjukkan skema hubungan antara life skill **Error! Bookmark not defined.**

DAFTAR PUSTAKA

- Abdul, M. (2005). *Ulumul Hadis*. Pusat Studi Wanita.
- Bean, C., Kendellen, K., & Forneris, T. (2016). Moving Beyond the Gym: Exploring Life Skill Transfer Within a Female Physical Activity-Based Life Skills Program. *Journal of Applied Sport Psychology*, 28(3), 274–290. <https://doi.org/10.1080/10413200.2015.1124155>
- Cookson, M. D., & Stirk, P. M. R. (2019). 濟無No Title No Title No Title. 20–56.
- Cottrell, J. R., & Cottrell, S. P. (2020). Outdoor skills education: what are the benefits for health, learning and lifestyle? *World Leisure Journal*, July, 219–241. <https://doi.org/10.1080/16078055.2020.1798051>
- Cronin, L. D., & Allen, J. (2017). Development and initial validation of the Life Skills Scale for Sport. *Psychology of Sport and Exercise*, 28, 105–119. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2016.11.001>
- Danish, S., Forneris, T., Hodge, K., & Heke, I. (2004). Enhancing youth development through sport. *World Leisure Journal*, 46(3), 38–49. <https://doi.org/10.1080/04419057.2004.9674365>
- Kendellen, K., Camiré, M., Bean, C. N., Forneris, T., & Thompson, J. (2017). Integrating life skills into Golf Canada’s youth programs: Insights into a successful research to practice partnership. *Journal of Sport Psychology in Action*, 8(1), 34–46. <https://doi.org/10.1080/21520704.2016.1205699>
- Milest, J. C. P. S. (1990). *Adventure Education*. Ventury Pub.
- Nazir. (2005). *Metode Penelitian*. Ghalia Indonesia.
- Nicol, H. (2002). *OUTDOOR EDUCATION IN SCOTLAND: A SUMMARY OF RECENT RESEARCH* Robbie Nicol , Peter Higgins , Hamish Ross i and Greg Mannion ii.
- Schools, P. (1937). Aims and objectives of physical education activities. *Research Quarterly of the American Physical Education Association*, 8(1), 103–122. <https://doi.org/10.1080/23267402.1937.10761805>
- Siswanto. (2006). Staf Pengajar Jurusan Pendidikan Akuntansi FISE - UNY 55. *Jurnal Pendidikan Akuntansi Indonesia*, V(1), 55–61.

- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Supriatna, N. (2011). Konstruksi pembelajaran sejarah yang berorientasi pada masalah kontemporer pembangunan. *MIMBAR: Jurnal Sosial Dan Pembangunan*, 27(1), 21–30.
- Suyasa, P. T. Y. . (2014). Identifikasi Fenomena, Faktor, dan Fungsi Respect sebagai Usaha Peningkatan Kualitas (nilai-nilai dan Sikap Kerja Positif) Sumber Daya Manusia. *ResearchGate*, May 2010, 1–20. https://www.researchgate.net/profile/P_Tommy_Y_Suyasa/publication/260750898_Identifikasi_Fenomena_Faktor_dan_Fungsi_Respect_sebagai_usaha_Peningkatan_Kualitas_Nilai-nilai_Sikap_Kerja_Positif_Sumber_Daya_Manusia/links/0deec5321f31611b5a00000/Identifikasi-
- Taufik, A., Subarjah, H., Supriyadi, T., & Fauzi, R. A. (2018). Pengaruh Kegiatan Pembelajaran Outdoor Education Terhadap Sikap Kemandirian Siswa Dalam Pendidikan Jasmani. *Jurnal PGSD UPI*, 171–180.
- Wahyudi, D. (2011). Pembelajaran Ips Berbasis Kecerdasan Intrapersonal Interpersonal Dan Eksistensial. *Pembelajaran Ips Berbasis Kecerdasan Intrapersonal Interpersonal Dan Eksistensial*, 1, 33–45.
- Weiss, M. R., Bolter, N. D., & Kipp, L. E. (2014). Assessing impact of physical activity-based youth development programs: Validation of the life skills transfer survey (LSTS). *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 85(3), 263–278. <https://doi.org/10.1080/02701367.2014.931558>