

# BAB I

## PENDAHULUAN

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

Era globalisasi yang semakin berkembang banyak mengubah karakter seorang manusia secara umum dan siswa SMP pada khususnya, baik itu secara individu maupun secara sosial. Nilai-nilai kearifan budaya luhur Indonesia seperti nilai gotong royong, kepribadian ahlak, kerjasama dan kekeluargaan telah luntur ditinggalkan para generasi bangsa ini terutama kaum pelajar yang beralih kepada budaya-budaya asing yang tidak relevan di negara ini. Kebudayaan sebagai salah satu indikasi identitas bangsa kembali dipertanyakan ketika muncul masalah baru di khasanah pola kehidupan bermasyarakat kita, yang terjadi adalah ketidakberdayaan kita menekan arus globalisasi yang mau tidak mau terikut arus dan tunduk kepada penguasa global.

Secara kodrati manusia khususnya siswa memiliki potensi dasar yang secara esensial membedakan manusia dengan hewan yaitu pikiran, perasaan, dan kehendak. Sekalipun demikian potensi dasar yang dimilikinya tidaklah sama bagi masing-masing manusia. Perbedaan-perbedaan tersebut berpengaruh terhadap perilaku mereka di rumah maupun di sekolah. Gejala yang diamati adalah bahwa mereka menjadi lebih atau kurang dalam bidang tertentu dibandingkan orang lain. Sebagian manusia lebih mampu dalam bidang seni, olahraga atau pun bidang kognitif.

Remaja merupakan tonggak pertama perkembangan kebudayaan bangsa ini. Untuk waktu yang lama, remaja dimaknai sebagai masa transisi, tidak lebih dari masa

selintas menuju kedewasaan, masa yang ditandai dengan instabilitas dan keresahan. Meskipun remaja bermasalah tidak bisa dianggap mewakili kelompok usia remaja secara keseluruhan, pada saat yang bersamaan remaja dipandang sebagai periode emosi yang tidak stabil dan terganggu, serta masa pemberontakan

Sekolah merupakan fondasi untuk menangkal berbagai pengaruh globalisasi yang bersifat negatif. Peran sekolah sangat penting khususnya untuk menjaga generasi bangsa ini agar tetap berfikir positif. Sekolah sebagai tempat pendidikan bagi remaja khususnya Sekolah Menengah Pertama mempunyai peran penting bagi generasi ini, namun ada beberapa faktor yang dapat menghambat individu untuk berkembang yang dikemukakan oleh Sunarto (2006:10) yaitu :

1. Perbedaan fisik
2. Perbedaan sosial
3. Perbedaan kepribadian
4. Perbedaan intelegensi
5. Perbedaan kecakapan

Sekolah Menengah Pertama 14 Kota Serang merupakan sekolah yang mulai berkembang, dengan kondisi keanekaragaman latar belakang keluarga, ekonomi, dan sosial, sehingga diindikasikan terjadinya suatu permasalahan psikologi seorang siswa dalam menentukan pergaulannya di dalam sekolah. Gejala yang terjadi di sekolah ini yaitu masalah-masalah psikologi remaja. Seperti yang telah dilakukan studi oleh guru bimbingan konseling, tampak dalam tabel 1.1

Tabel 1.1  
Hasil Observasi Skala Sikap

No	Kelas	Hasil observasi skala sikap (%)
1	VII	65
2	VIII	55
3	IX	70

Sumber bimbingan konseling SMPN 14 Kota Serang

Data pada tabel 1.1 menggambarkan diantaranya masalah psikologi khususnya masalah pribadi siswa, hal ini dikarenakan masa ini remaja dan masa peralihan dari anak-anak menuju masa dewasa. Hall (Libert 1974) digilib. [petra.ac.id](http://petra.ac.id), (2005) ia menyatakan bahwa selama masa remaja banyak masalah yang dihadapinya karena remaja itu berupaya menemukan jati dirinya (identitasnya) dan kebutuhan akan aktualisasi diri. Aktualisasi diri merupakan bentuk kebutuhan untuk mewujudkan jati dirinya. Beberapa jenis kebutuhan remaja di klasifikasikan oleh Sunarto (2006:68) yaitu :

1. Kebutuhan organik yaitu makan, minum bernafas, dan sex
2. Kebutuhan emosional, yaitu kebutuhan untuk mendapatkan simpati, pengakuan dari pihak lain
3. Kebutuhan berprestasi yang berkembang karena didorong untuk mengembangkan potensi yang dimiliki dan sekaligus menunjukkan kemampuan psikofisisnya.
4. Kebutuhan akan mempertahankan diri dan mengembangkan jenis.

Pertumbuhan fisik dan perkembangan sosial-psikologis di masa remaja pada dasarnya merupakan kelanjutan, yang dapat diartikan penyempurnaan, proses pertumbuhan, dan perkembangan dari proses sebelumnya. Di samping itu remaja membutuhkan pengakuan akan kemampuannya, Maslow digilib. wikivedia. co. id, (2000) kebutuhan ini disebut penghargaan diri (*self-esteem*).

Remaja membutuhkan penghargaan dan pengakuan bahwa ia (mereka) telah mampu berdiri sendiri, mampu melaksanakan, tugas-tugas sendiri dan dapat bertanggung jawab atas sikap dan perbuatan yang dikerjakannya. Sesuai dengan tingkat perkembangannya, siswa SMP berada pada tahap remaja, yang memiliki ciri mencari identitas diri yang berbeda dengan orang lain yang diwujudkan dalam bentuk kepribadian, sikap, dan tingkah lakunya. Penilaian orang lain atas dirinya mengenai perasaan, sikap, dan tingkah lakunya merupakan wujud dari *self-esteem*. Untuk itu remaja harus dapat melakukan penyesuaian sosial dengan baik sesuai dengan tuntutan peran yang dijalani dalam kehidupannya dan harapan lingkungan yang harus dipenuhi.

Penghargaan diri (*self-esteem*) dalam pembicaraan sehari-hari lebih sering dikaitkan dengan situasi tersinggung atau penghargaan terhadap diri maupun orang lain yang dinilai melalui perilaku orang yang bersangkutan. Penghargaan diri itu sendiri mengandung arti suatu hasil penilaian individu terhadap dirinya yang diungkapkan dalam sikap-sikap yang dapat bersifat positif dan negatif. Bagaimana seseorang menilai tentang dirinya akan mempengaruhi perilaku dalam kehidupannya sehari-hari. Penghargaan diri yang positif akan membangkitkan rasa percaya diri,

rasa yakin akan kemampuan diri, rasa berguna serta rasa bahwa kehadirannya diperlukan di dunia ini. Misalnya seorang remaja yang memiliki penghargaan diri yang cukup positif, dia akan yakin dapat mencapai prestasi yang dia dan orang lain harapkan. Pada gilirannya, keyakinan itu akan memotivasi remaja tersebut untuk sungguh-sungguh mencapai apa yang diinginkan. Sebaliknya, seorang remaja yang memiliki penghargaan diri yang negatif akan cenderung merasa bahwa dirinya tidak mampu dan tidak berharga. Di samping itu remaja dengan penghargaan diri yang negatif cenderung untuk tidak berani mencari tantangan-tantangan baru dalam hidupnya, lebih senang menghadapi hal-hal yang sudah dikenal dengan baik serta menyenangi hal-hal yang tidak penuh dengan tuntutan, cenderung tidak merasa yakin akan pemikiran-pemikiran serta perasaan yang dimilikinya, cenderung takut menghadapi respon dari orang lain, tidak mampu membina komunikasi yang baik dan cenderung merasa hidupnya tidak bahagia. Pada remaja yang memiliki penghargaan diri negatif inilah sering muncul perilaku negatif. Berawal dari perasaan tidak mampu dan berharga, mereka mengkompensasinya dengan tindakan lain seolah-olah, membuat dia lebih berharga. Misalnya dengan mencari pengakuan dan perhatian dari teman-temannya. Dari sinilah kemudian muncul penyalahgunaan obat atau berkelahi, misalnya, yang dilakukan demi mendapatkan pengakuan dari lingkungannya. Tidak semua kompensasi penghargaan diri negatif menyebabkan perilaku negatif. Ada juga yang menyadari perasaan rendah diri kemudian mengkompensasinya melalui prestasi dalam suatu bidang tertentu. Dalam hal ini, prestasi apapun yang dicapai, akan meningkatkan penghargaan diri seseorang.

Berkaitan dengan masa remaja, hasil-hasil studi yang panjang di berbagai negara menunjukkan bahwa masa yang paling penting dan menentukan perkembangan penghargaan diri seseorang adalah pada masa remaja. Pada masa inilah terutama seseorang akan mengenali dan mengembangkan seluruh aspek dalam dirinya, sehingga menentukan apakah ia akan memiliki penghargaan diri yang positif atau negatif.

Istilah *Self* adalah diri sendiri sedangkan *esteem* adalah penghargaan. Sedangkan Slavin. E Robert (1994:91) menyatakan bahwa *self-esteem* adalah nilai-nilai yang ada pada diri, kemampuan dan perilaku. Berdasarkan kata *self-esteem* itu dapat dikatakan sebagai penghargaan seseorang terhadap dirinya sendiri karena apa yang ada pada diri seseorang itu adalah kekuatan yang mesti dihargai dan dikembangkan.

Wells dan Marwell (1976:64) mendefinisikan *self-esteem* sebagai sebuah proses dalam karakteristik perasaan seseorang tentang dirinya dan reaksi terhadap hal tersebut dengan emosional atau dengan perilaku. Konsep ini menggunakan ide sikap dalam makna yang bervariasi yakni kognisi, perasaan, keyakinan, kecenderungan, untuk berbuat dan sebagainya. Dapat dikatakan bahwa *self-esteem* sebagai bagian tertentu pada sikap atau sebagai sebuah sikap tentang obyek tertentu. Sebagai contoh, Rosenbren dalam (Wells dan Marwell, 1976:69) menyebutkan dengan *self-esteem* seseorang akan menjaga penghargaan terhadap dirinya sendiri yang mengekspresikan isi sikap setuju atau tidak setuju. Dengan *self-esteem* yang baik maka remaja akan selalu menilai perasaannya secara positif, dengan perasaan yang positif itu remaja akan

selalu mengingat pelajarannya dengan baik dan secara otomatis prestasinya juga akan meningkat.

Menurut Child Development Institute, AS yang dilansir Kompas.Com bahwa ada perbedaan *self-esteem* yang tinggi dan rendah yaitu :

1. Bila anak memiliki *self-esteem* tinggi:
  - a) Bertindak/berperilaku independen (tidak tergantung orang lain)
  - b) Sanggup memikul tanggung jawab
  - c) Memiliki kebanggaan atas prestasi/apa yang dicapainya
  - d) Sanggup menghadapi rasa frustrasi
  - e) Senang mencoba tugas atau tantangan baru
  - f) Mampu mengatasi situasi positif maupun negatif
  - g) Mampu menawarkan bantuan kepada orang lain
2. Bila anak memiliki *self-esteem* rendah:
  - a) Menolak mencoba hal-hal baru
  - b) Merasa tidak diinginkan dan dicintai
  - c) Menyalahkan orang lain atas kekurangan/kelemahannya
  - d) Merasa, atau berpura-pura merasa, biasa-biasa saja
  - e) Tidak mampu menghadapi tingkat frustrasi yang normal sekalipun
  - f) Sangat mudah dipengaruhi

*Self-esteem* rendah ini merupakan potensi yang dapat merusak psikologi remaja. Pada dasarnya banyak cara untuk membangkitkan semangat kepribadian tadi, khususnya bagi siswa-siswi SMP, diantaranya dengan kegiatan pendidikan

jasmani. Pendidikan jasmani diajarkan di sekolah mempunyai peranan penting untuk memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk terlibat langsung dalam berbagai pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan yang terpilih yang dilakukan secara sistematis. Pembekalan pengalaman belajar itu diarahkan untuk membina pertumbuhan fisik dan pengembangan psikis yang lebih baik, sekaligus membentuk pola hidup sehat dan bugar sepanjang hayat.

Tujuan utama pendidikan jasmani adalah menghasilkan manusia yang sehat, cerdas, aktif, disiplin serta sportif dan kemandirian yang tinggi. Mata pelajaran pendidikan jasmani yang dilaksanakan di sekolah merupakan salah satu program yang bertujuan untuk meningkatkan kebugaran siswa, dengan kesehatan yang baik diharapkan siswa dapat mencapai prestasi belajar yang optimal. Pada dasarnya kegiatan pembelajaran pendidikan jasmani adalah siswa yang banyak bergerak atau aktif dalam mengikuti pembelajaran. Maka dari itu, mata pelajaran pendidikan jasmani sangat berperan penting bagi kesehatan siswa. Keberhasilan pendidikan jasmani apabila dilaksanakan dengan sistem yang baik seperti dirumuskan AAHPERD (*American Alliance For Health Physical Education Recreation and Dance*) yaitu seseorang yang terdidik pendidikan jasmaninya maka menjadi seseorang yang memiliki pengetahuan dan keterampilan sehubungan dengan jasmaninya, dan bagaimana jasmaninya itu berfungsi, badannya sehat dan bugar, prestasi akademiknya meningkat, perkembangan konsep diri maksimal serta membantu dan meningkatkan keterampilan sosialnya.

Pendidikan jasmani dalam kurikulum juga disebut secara paralel dengan istilah lain menjadi pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan yang merupakan salah satu mata pelajaran yang disajikan di sekolah mulai dari SD hingga SMA. Pada dasarnya merupakan bagian integral dari sistem pendidikan secara keseluruhan. Oleh karena itu, pelaksanaan pendidikan jasmani harus diarahkan pada pencapaian tujuan. Seperti yang disebutkan Lutan (1997:13) yaitu, ” proses pendidikan via aktivitas jasmani, permainan dan atau olahraga yang dipilih dengan maksud mencapai tujuan pendidikan. Tujuan yang ingin dicapai bersifat menyeluruh, mencakup aspek fisik, intelektual, emosional, sosial dan moral”.

Pendidikan jasmani menurut Harahap Rirawati (2008:5) mengemukakan bahwa ” pendidikan jasmani adalah suatu proses pembelajaran melalui aktivitas jasmani yang di desain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup sehat dan aktif, sikap sportif, dan kecerdasan emosi”. Pendidikan jasmani memberikan kesempatan pada siswa untuk terlibat langsung dalam pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, bermain, dan berolahraga yang dilakukan secara sistematis, terarah dan terencana. Pembekalan pengalaman belajar itu diarahkan untuk membina dan mengajarkan berbagai keterampilan gerak dasar, teknik dan strategi permainan dalam olahraga, yang mengandung nilai-nilai sportivitas, kejujuran dan kerjasama.

Salah satu bentuk kegiatan pendidikan jasmani untuk mengembangkan dan menjaga *self-esteem* (penghargaan diri) tadi dilakukan kegiatan *outdoor education*. Neil dalam Kardjono (2009:15) mengungkapkan bahwa ”selain *outdoor education*

memberikan pengaruh kepada pengembangan diri seperti *self-esteem*, *self-confidence*, *self-concept*, dan *self-efficacy*, juga telah memberikan pengaruh kepada peningkatan dalam pengembangan sosial seperti kerjasama, dan kepemimpinan". Hopkin dan Putnam (1993:201) menegaskan karakter dalam kegiatan *outdoor education* ini yaitu meningkatkan kemampuan jasmani dan intelektual dalam hal pemecahan masalah, pengambilan keputusan, hidup bersama secara efektif dan kelompok yang harmonis, kerjasama dan komunikasi, toleransi, tenggang rasa, kepemimpinan, dan tanggung jawab. Seperti yang disebutkan Suharto (1997:1) :

Keberadaan aktivitas *outdoor education* dalam era globalisasi menjadi penting artinya sebagai suatu alternatif dalam upaya menurunkan dan pencegahan tingkat stres serta peningkatan kesehatan mental telah mampu melibatkan hampir seluruh lapisan masyarakat dan menjadi kebutuhan manusia. Dengan demikian *outdoor education* menjadi salah satu aktivitas yang penting dalam kehidupan sehari-hari yang pelaksanaannya melalui permainan.

Aktivitas *outdoor education* seperti yang tertulis dalam sebuah <http://rubikelani.blogspot.com> menyebutkan bahwa :

Suatu program pendidikan yang menyediakan kesempatan bagi setiap individu untuk mengembangkan keterampilan jasmani, sikap sosial, mental kebiasaan dan penghayatan (*psiko-sosial*) dan keterampilan intelektual (*kognitif*) secara harmonis dan proporsional yang pada gilirannya nanti akan membentuk kepribadian serta tingkah laku seseorang.

Dimata anak-anak ada beberapa alasan kenapa *outdoor education* dibutuhkan sebagai media pembelajarannya. Beberapa alasan tersebut adalah sebagai berikut  
Ancok (1998:22 )

1. Anak-anak membutuhkan pengalaman yang kaya, bermakna, dan menarik.
2. Otak anak senang pada sesuatu yang baru dan hal baru yang menyenangkan dan menarik
3. Rangsangan otak memori multimedia penting dalam pembelajaran. Makin banyak indera yang terlibat ( visual, audio, dan kinetik ) dalam suatu aktivitas, makin besar pula kemungkinan siswa untuk belajar.
4. Siswa umumnya senang bergerak, jadi jangan lupa memasukan gerak dalam pembelajaran.

Selanjutnya Badiatul (2009:28) mengatakan bahwa ”*outdoor education* ini dilakukan dalam kegiatan pembentukan karakter perilaku khususnya mengenai *self-esteem* (penghargaan diri), dikarenakan metode ini merupakan yang paling efektif dalam mengakomodasi kebutuhan atau tuntutan terhadap pemahaman konsep dan membangun perilaku”. Ada beberapa alasan mengapa metode *outdoor education* ini dijadikan sebagai pembentuk karakter, Badiatul (2009:28)

1. Kegiatan ini menggunakan pendekatan *experiential learning* (pengalaman), artinya bahwa kegiatan ini memberikan sebuah pengalaman langsung kepada para peserta kegiatan.
2. Kegiatan ini penuh kegembiraan, dilakukan dengan permainan (*Games*).
3. Kegiatan ini bermain di luar ruangan, ini merupakan aktivitas dimana terdapat peniruan alam nyata ke dalam kegiatan yang lebih sederhana, tetapi hampir serupa.

Seperti yang dikemukakan oleh Tandiyo (2008)

Merupakan pendidikan yang dilakukan di luar ruang kelas atau di luar gedung sekolah, atau berada di alam bebas, seperti: bermain di lingkungan sekitar sekolah, di taman, di perkampungan nelayan/daerah pesisir, perkampungan petani/persawahan, berkemah, petualangan, sehingga diperoleh pengetahuan dan nilai-nilai yang berkaitan dengan aktivitas alam bebas.

Kegiatan *outdoor education* dilakukan dengan rangkaian kegiatan baik yang sifatnya ringan (*Soft Games*) maupun yang sifat kegiatannya berat (*Hard Games*). Seperti yang ditulis dalam artikel ([www.outboundmanajementraining.com](http://www.outboundmanajementraining.com), 2007) :

Jenis permainan dapat dikelompokkan menjadi dua jenis yaitu *hard games* dan *soft games*, kedua jenis permainan ini mengadaptasi dari permainan kepanduan dan kemiliteran tetapi keduanya merupakan suatu metode dalam outdoor education yang dilakukan dengan bantuan perlengkapan peralatan keamanan standart ( untuk *hard game* ) disesuaikan dengan jenis dan tingkat bahannya.

Selanjutnya Badiatul (2009:20) mengatakan bahwa :

Kegiatan ini menunjuk suatu aktivitas permainan yang ringan dan beresiko kecil (*soft games*) dan menunjuk kepada kegiatan yang memerlukan tantangan dan ketahanan fisik yang besar (*Hard Games*). Permainan ringan tidak begitu banyak menekankan pada unsur fisik melainkan hanya permainan-permainan ringan, tetapi sangat menyenangkan dan beresiko kecil serta mengandung manfaat yang besar untuk pengembangan dirinya, diantaranya untuk meningkatkan keterampilan sosial seperti untuk membangun karakter, sementara *Hard Games* dilakukan dengan kegiatan yang sangat mendebarkan, penuh tantangan, seperti, panjat dinding atau arum jeram.

Kegiatan *outdoor education* ini menurut bucher (1979:417) yaitu "*Students learn about a particular situation (cognitive objective), the appreciation of learning experience (affective objective), and the emotional and skill aspect derived from*

*participating in an outdoor experience (Psychomotor objective).* Kegiatan *outdoor* ini berdasarkan pada *experiential learning*. Belajar dari setiap pengalaman ke pengalaman selanjutnya menjadi sebuah hal yang sangat penting bagi kehidupan seseorang. Pengalaman-pengalaman tersebut haruslah bersifat mendidik. Taniguchi dalam Kardjono (2009:130) ” *the experience provides the student with the opportunity to have an inherent interest in what happen in the experience and the student has a change for reflection.* Artinya adalah pengalaman ini memberikan siswa peluang untuk membuat minat yang melekat pada apa yang terjadi dalam pengalaman itu dan memberi siswa kesempatan untuk memikirkan. Renungan ini harus memusatkan pengalaman ke dalam konteks yang sudah dipelajari sebelumnya. Oleh karena itu pendidikan akan berdasarkan suatu proses yang berkelanjutan pengalaman-pengalaman yang direnungkan.

Dalam Kardjono (2009:19)

*Experiential learning* memberikan pengalaman, memikirkannya dan menghasilkan maknanya sendiri bagi orang tersebut. Ini bukan proses mengkondisikan diri pada apa yang ingin di ajarkan kepada orang lain. Semua yang di ajarkan adalah sebuah pengalaman, tetapi tidak semua pengalaman itu baik untuk belajar. Ini berarti bahwa pengalaman tanpa peluang untuk memikirkan, tidak mendidik. Oleh karena itu pengalaman-pengalaman bermakna harus memasukan waktu yang di khususkan untuk merenungnya.

*Outdoor education* ini menjadi suatu tempat pembelajaran yang ideal bagi para siswa, baik mental maupun spiritual. Kegiatan ini merupakan investasi bagi dunia pendidikan khususnya sekolah supaya siswa dapat belajar dengan baik, tenang,

dan adanya saling menghargai sehingga kepribadian masing-masing individu bisa terjaga. Seperti yang dikemukakan oleh Hopkins (1991) dalam petra.ac.id, (2004) bahwa kegiatan ini meningkatkan kemampuan jasmani dan intelektual dalam hal pemecahan masalah, pengambilan keputusan, hidup bersama secara efektif, kelompok yang harmonis, kerjasama, dan komunikasi, toleransi, tenggang rasa, kepemimpinan dan tanggung jawab.

Kegiatan ini lebih dilakukan oleh para remaja baik itu di SLTA maupun di SLTP, karena masa ini merupakan masa transisi untuk menemukan jati dirinya. Kegiatan ini memberikan kesempatan kreatifitas para remaja. Kegiatan-kegiatan ini akan dirancang untuk menggali keuletan, membangun *self-esteem* dan berani mengemukakan pendapat. Dalam kemajuan zaman ini kemampuan individu dan konsep diri harus dibangun sejak remaja, sehingga pada akhirnya akan dapat mengatasi masalah-masalah yang akan dihadapi dimasa yang akan datang.

Berdasarkan paparan diatas maka penulis melaksanakan penelitian yang diharapkan dapat menemukan satu pendekatan pembelajaran pendidikan jasmani dengan kegiatan *outdoor education* di Sekolah Menengah Pertama yang dapat mengembangkan kemampuan *self-esteem* siswa dengan judul, ” pengaruh *outdoor education* melalui *hard games* dan *soft games* terhadap peningkatan *self-esteem* (penghargaan diri) siswa”.

## **B. Rumusan Masalah**

*Outdoor education* berdasarkan *experiential learning* merupakan sarana untuk menambah pengalaman belajar anak dan menjadi pelajaran yang sangat penting membawa perubahan bagi kehidupan seseorang. Pengalaman yang ditemukan tentunya sangat mendidik, artinya bahwa pengalaman tersebut memberikan pengertian yang sangat mendalam dan melampaui pengalaman yang hanya merupakan sebuah transaksi dari seseorang dan lingkungan yang dirasakan itu.

Dalam Kardjono (2009:19) "*Experiential learning* ini memberikan peluang kepada seseorang untuk memperoleh pengalaman, menghasilkan makna tersendiri bagi orang tersebut. Oleh karena itu pengalaman yang bermakna tersebut harus memasukan waktu yang di khususkan untuk perenungan". Seperti yang dikemukakan oleh (Beard & Wilson,2002) "renungan tersebut memberikan suatu pengalaman untuk menjadi permanen. Menurut Tanighuci dalam Kardjono (2009:20) "*experiential learning* melalui *outdoor education* menawarkan titik gairah untuk mengacu pada proses belajar dari sudut pandang si pelajar, bukan semata-mata dari sudut pandang sang guru".

Pertumbuhan fisik dan perkembangan sosial-psikologis di masa remaja pada dasarnya merupakan kelanjutan, yang dapat diartikan penyempurnaan, proses pertumbuhan, dan perkembangan dari proses sebelumnya. Di samping itu remaja membutuhkan pengakuan akan kemampuannya, Maslow digilib. wikivedia. co. id, (2000) kebutuhan ini disebut penghargaan diri (*self-esteem*). Remaja membutuhkan penghargaan dan pengakuan bahwa ia (mereka) telah mampu berdiri sendiri, mampu

melaksanakan, tugas-tugas sendiri dan dapat bertanggung jawab atas sikap dan perbuatan yang dikerjakannya.

Wells dan Marwell (1976:64) mendefinisikan *self-esteem* sebagai sebuah proses dalam karakteristik perasaan seseorang tentang dirinya dan reaksi terhadap hal tersebut dengan emosional atau dengan perilaku. Konsep ini menggunakan ide sikap dalam makna yang bervariasi yakni kognisi, perasaan, keyakinan, kecenderungan, untuk berbuat dan sebagainya. Dapat dikatakan bahwa *self-esteem* sebagai bagian tertentu pada sikap atau sebagai sebuah sikap tentang obyek tertentu. Sebagai contoh, Rosenbren dalam (Wells dan Marwell, 1976:69) menyebutkan dengan *self-esteem* seseorang akan menjaga penghargaan terhadap dirinya sendiri yang mengekspresikan isi sikap setuju atau tidak setuju. Berdasarkan konsep-konsep diatas maka *outdoor education* dilakukan berdasarkan *experiential learning*, yang ditujukan untuk meningkatkan penghargaan diri anak.

Berdasarkan latar belakang masalah yang penulis kemukakan, maka pertanyaan penelitiannya adalah sebagai berikut:

1. Apakah terdapat pengaruh *outdoor education* melalui *hard games* terhadap peningkatan *self-esteem* siswa?
2. Apakah terdapat pengaruh *outdoor education* melalui *soft games* terhadap peningkatan *self-esteem* siswa?
3. Apakah terdapat perbedaan pengaruh *outdoor education* melalui *hard games* dan *soft games* terhadap peningkatan *self-esteem* siswa?

### C. Tujuan Penelitian

#### 1. Tujuan umum

Bertujuan untuk mengetahui pengaruh pendekatan pembelajaran *hard games* dan *soft games* terhadap peningkatan *self-esteem* siswa.

#### 2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui pengaruh pendekatan *hard games* melalui terhadap peningkatan *self-esteem* siswa.
- b. Untuk mengetahui pengaruh pendekatan *soft games* terhadap peningkatan *self-esteem* siswa
- c. Untuk mengetahui perbedaan pengaruh pendekatan *hard games* dan *soft games* terhadap peningkatan *self-esteem* siswa.

### D. Kegunaan Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan bermanfaat untuk :

- 1) Memberikan informasi dan referensi bagi peneliti yang hendak meneliti masalah yang berhubungan dengan penerapan pembelajaran *outdoor education* dalam pengajaran pendidikan jasmani
- 2) Sebagai bahan masukan kepada masyarakat, khususnya para guru pendidikan jasmani dan para pembina olahraga tentang cara memberikan permainan yang efektif dalam pembelajaran pendidikan jasmani.
- 3) Sumber pengetahuan bagi peneliti sebagai manusia yang haus akan ilmu pengetahuan.

### E. Asumsi

Pertumbuhan fisik dan perkembangan sosial-psikologis di masa remaja pada dasarnya merupakan kelanjutan, yang dapat diartikan penyempurnaan, proses pertumbuhan, dan perkembangan dari proses sebelumnya. Di samping itu remaja membutuhkan pengakuan akan kemampuannya, Maslow digilib. wikivedia. co.id, (2000) kebutuhan ini disebut penghargaan diri (*self-esteem*). Remaja membutuhkan penghargaan dan pengakuan bahwa ia (mereka) telah mampu berdiri sendiri, mampu melaksanakan, tugas-tugas sendiri dan dapat bertanggung jawab atas sikap dan perbuatan yang dikerjakannya.

Sesuai dengan tingkat perkembangannya, siswa SMP berada pada tahap remaja, yang memiliki ciri mencari identitas diri yang berbeda dengan orang lain yang diwujudkan dalam bentuk kepribadian, sikap, dan tingkah lakunya. Penilaian orang lain atas dirinya mengenai perasaan, sikap, dan tingkah lakunya merupakan wujud dari *self-esteem*. Untuk itu remaja harus dapat melakukan penyesuaian sosial dengan baik sesuai dengan tuntutan peran yang dijalani dalam kehidupannya dan harapan lingkungan yang harus dipenuhi.

Wells dan Marwell (1976: 64) mendefinisikan *self-esteem* sebagai sebuah proses dalam karakteristik perasaan seseorang tentang dirinya dan reaksi terhadap hal tersebut dengan emosional atau dengan perilaku. Konsep ini menggunakan ide sikap dalam makna yang bervariasi yakni kognisi, perasaan, keyakinan, kecenderungan, untuk berbuat dan sebagainya

Proses pendidikan untuk membina keterampilan khususnya *self-esteem* akan lebih efektif bila dilakukan di lingkungan yang riil, melalui pengalaman langsung (*experiential learning*), tetapi memanfaatkan di alam terbuka seperti yang dikemukakan Taniguchi dalam Kardjono (2009:20) “alam terbuka yang memberikan banyak rangsangan, dan setiap orang dapat membuat keputusan sendiri sesuai dengan kemampuan mereka untuk memberi makna yang relevan”.

Kegiatan *outdoor education* suatu program pendidikan yang menyediakan kesempatan bagi setiap individu untuk mengembangkan keterampilan jasmani, sikap sosial, mental kebiasaan dan penghayatan (*psiko-sosial*) dan keterampilan intelektual (*kognitif*) secara harmonis dan proporsional yang pada gilirannya nanti akan membentuk kepribadian serta tingkah laku seseorang. (wikipedia.2008). Kegiatan *outdoor education* ini menggunakan konsep *experiential learning* yang menekankan kepada aspek refleksi dan pemberian makna terhadap pengalaman langsung di alam terbuka yang diperoleh dengan permainan *hard games* dan *soft games*

*Outdoor education* ini memberikan rangsangan kegiatan terhadap fisik dan psikologis yang di dilakukan di alam bebas. Proses kegiatan *outdoor education* ini terbagi dalam dua jenis yaitu pendekatan *hard games dan soft games*. Pendekatan *hard games* yaitu jenis permainan yang beresiko tinggi bagi peserta mengalami cedera sehingga menimbulkan naiknya adrenalin peserta, sehingga perlu alat standar dan selalu membutuhkan orang lain. Seperti yang dikemukakan oleh Ancok (2003:11) : Kegiatan *outdoor education* harus dimulai dengan kegiatan pembentukan diri melalui kegiatan yang penuh tantangan memacu adrenalin, dengan tujuan untuk

menumbuhkan rasa percaya diri dan mempunyai kemampuan, tumbuhnya sikap positif untuk memudahkan berinteraksi dengan orang lain. Oleh karena itu kegiatan seperti *hard games* dan *soft games* dapat memberikan pengalaman yang baik bagi perkembangan *self-esteem* anak. Seperti yang dikemukakan Neil dalam Kardjono (2009:98) mengungkapkan bahwa, "*outdoor education* memberikan pengaruh kepada pengembangan diri seperti *self-esteem*, *self-confidence*, *self-concept*, dan *self-efficacy*."

Dalam kegiatan ini siswa diberikan kesempatan untuk berkembang dan menyalurkan ide-ide dan kreativitas. Kegiatan ini dirancang untuk menggali potensi *self-esteem* siswa diantaranya :

1. Bertindak / berperilaku independen (tidak tergantung orang lain)
2. Sanggup memikul tanggung jawab
3. Memiliki kebanggaan atas prestasi/apa yang dicapainya
4. Sanggup menghadapi rasa frustrasi
5. Senang mencoba tugas atau tantangan baru
6. Mampu mengatasi situasi positif dan negatif
7. Mampu menawarkan bantuan kepada orang lain

Berdasarkan paparan diatas, pada dasarnya kegiatan *outdoor education* dengan pendekatan *hard games* dan *soft games* memiliki pengaruh terhadap terhadap *self-esteem* anak, dan terdapat perbedaan pengaruh antara *hard games* dan *soft games* terhadap peningkatan *self-esteem* anak.

## **F. Hipotesis Penelitian**

Berdasarkan uraian diatas, maka hipotesis yang penulis ajukan adalah:

1. Kegiatan outdoor education melalui *hard games* dapat meningkatkan *self-esteem* siswa.
2. Kegiatan outdoor education melalui *soft games* dapat meningkatkan *self-esteem* siswa.
3. Kegiatan outdoor education melalui *hard games* lebih baik dibandingkan dengan *soft games* dalam meningkatkan *self-esteem* siswa.

## **G. Metode Penelitian**

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode eksperimen, dengan teknik pengumpulan data melalui angket penghargaan diri yang dimodifikasi oleh Louis Janda.

## **H. Lokasi, Populasi dan Sampel Penelitian**

### **1. Tempat Penelitian**

Penelitian bertempat di SMPN 14 Kota Serang dibawah Dinas Pendidikan Kota Serang.

### **2. Waktu penelitian**

Proses penelitian yang penulis laksanakan adalah selama 16 kali pertemuan, dengan setiap perlakuan berlangsung selama 90 menit.



