

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Outdoor education pada saat ini masih mengikuti pedoman dasar dari *adventure education* yang terjadi di luar ruangan melalui keterlibatan secara langsung dengan lingkungan alam sekitar. Definisi ini mencakup *environment education* yang dilakukan di luar ruangan serta *adventure education* yang menggunakan banyak media dalam melakukan kegiatan di alam terbuka. Pada hakikatnya *outdoor education* memberikan konsep pendidikan yang berbeda dari saat ini yang masih berlatarkan kelas ataupun *setting* sekolah. Dengan demikian para siswa lebih dapat belajar berdasarkan pada pengalaman yang dialami sehingga lebih menjangkau domain-domain pembelajaran yang jadi fokus pendidikan secara universal.

Outdoor education memiliki makna peningkatan kurikulum melalui pengalaman di luar ruangan. *Outdoor education* hanyalah iklim pembelajaran yang menawarkan kesempatan untuk pengalaman secara langsung dalam mengidentifikasi serta menyelesaikan masalah secara nyata, untuk memperoleh keterampilan yang dapat bermanfaat untuk kehidupan sehari-hari, untuk mendapatkan konsep serta wawasan tentang sumber daya alam dan manusia, serta membuat manusia kembali terhubung dengan aspek kehidupan. Pendidikan alam terbuka sepatutnya dilihat dalam kaitannya dengan kebutuhan masyarakat tempat pendidikan setempat. Sejumlah pengaruh sosial dalam budaya saat ini telah memberikan latar belakang yang telah memberikan dorongan bagi pendidikan di dalam maupun di luar ruangan.

Pendidikan alam terbuka merupakan aktivitas yang dilakukan di sekolah namun kegiatannya berlangsung di luar ruangan atau luar kelas. Seperti bermain di lingkungan sekolah, taman, berkemah, dan lain-lain. Arti dari pendidikan luar kelas ini tidak hanya sekedar memindahkan proses belajar mengajar ke luar ruangan, tetapi lebih mengarah kepada mengajak siswa untuk memahami dan melakukan aktivitas di alam terbuka agar perubahan perilaku siswa terhadap lingkungan sekitar dapat terwujud. Terwujudnya perubahan perilaku siswa untuk memahami lingkungan sekitar ini dapat dilakukan melalui tahap-tahap penyadaran, pengertian, tanggungjawab, serta tingkah laku.

Pada hakikatnya *outdoor education* memberikan konsep pembelajaran lain yang saat ini masih berlatarkan kelas (Ahmad Yani, 2021). Alam sebagai media belajar merupakan solusi ketika terjadi kejenuhan atas metodologi pendidikan di dalam kelas. Dengan demikian, siswa dapat lebih bisa belajar berdasarkan pengalaman yang siswa alami sehingga lebih menjangkau domain-domain pembelajaran yang menjadi fokus pendidikan secara umum (Ahmad Yani, 2021). Pendidikan alam terbuka dapat menggantikan proses pendidikan konvensional (yang dilakukan dalam kelas/ruangan) yang selama ini masih dilakukan secara masif. Oleh sebab itu, pendidikan di alam terbuka lebih berorientasi pada nilai-nilai kuantitatif, bukan pada proses pengenalan lebih dalam pada sumber-sumber pengetahuan (Hari Yulianto, 2016).

Menurut Husamah dalam Ansori (2015) pada Jurnal Metode *Outdoor Learning* dijelaskan bahwa pendidikan luar kelas dapat diartikan sebagai pelaksanaan pendidikan di luar kelas yang nantinya akan memberikan pengalaman

dan menumbuhkan rasa cinta alam dan menyatu pada alam. Dengan demikian dibutuhkan partisipasi dari para siswa untuk mengikuti petualangan di alam terbuka yang menjadi dasar aktivitas luar kelas. Selain itu, pendidikan luar kelas dapat diartikan juga sebagai pendidikan yang berlangsung dengan melibatkan pengalaman dan membutuhkan partisipasi siswa untuk mengikuti tantangan petualangan yang menjadi dasar dari aktivitas luar kelas. Pendidikan ini mengandung filosofi, teori, dan praktis dari pengalaman dan pendidikan lingkungan (Puspita, 2018). Pendidikan luar kelas memiliki tujuan agar siswa dapat menyatu dengan alam sekitar dan peduli terhadap lingkungan sekitar. Selain itu juga agar para siswa memiliki keterampilan dan pengalaman hidup di lingkungan alam sekitar.

Pendidikan di luar ruangan memiliki dampak positif untuk meningkatkan kemampuan fisik dalam tubuh, hubungan sosial, dan kesejahteraan (Nielsen & Dyg, 2020). Sedangkan menurut Cotrell & Cotrell (2020), pendidikan di luar ruangan memiliki efek positif dalam peningkatan aspek harga diri, yaitu; prestasi, daya tahan fisik, harga diri emosional, sosial, dan kebugaran serta koordinasi tubuh. Siswa dianggap salah jika mempunyai perilaku, watak dan kreativitas yang tidak sesuai dengan cara pandang personal dari guru. Pendidikan di alam menggunakan metodologi yang berangkat dari pengalaman (*experiential learning*). Pendidikan luar kelas diharapkan dapat digunakan sebagai kegiatan pengembangan kepemimpinan seorang siswa, serta pengembangan kepribadian sehingga dapat memunculkan *self awareness* untuk melakukan suatu perubahan positif untuk bisa beradaptasi dengan lingkungan sekitarnya (Hari Yulianto, 2016).

Aktivitas luar kelas dapat berupa permainan, cerita, olahraga, eksperimen, perlombaan, dan aksi lingkungan (Hari Yulianto, 2016). Menurut Palavan et al. (2016), *Outdoor education* berfokus pada eksperimen pembelajaran secara langsung di lingkungan kehidupan nyata melalui indera, misalnya melalui sarana visual, pendengaran, dan taktil (nilai raba dari permukaan suatu benda sehingga tekstur benda dapat diketahui), meningkatkan pembelajaran siswa dan retensi pengetahuan sebagai hasilnya. Peserta didik akan lebih peka terhadap lingkungan sekitar dan aktif menggali pengalamannya sendiri melalui kegiatan belajar di luar kelas. Peserta didik belajar bukan hanya sekedar teori dan juga gambaran abstrak, tapi juga mengalami dan berinteraksi langsung dengan apa yang dipelajari, sehingga kegiatan pembelajaran menjadi lebih menyenangkan (Ansori, 2015).

Dalam pendidikan luar kelas, pasti ada aktivitas fisik dari siswa untuk melakukan kegiatan di luar kelas, karena anak-anak akan menjadi lebih aktif secara fisik saat berada di luar ruangan. Saat berada di luar ruangan, anak-anak memiliki ruang gerak yang lebih luas untuk menikmati aktivitas fisik yang dikelilingi oleh alam. Selain itu, anak-anak memiliki kemungkinan untuk mengambil risiko dan menjadi penjelajah yang percaya diri sambil memuaskan kebutuhan akan tantangan dan kegembiraan (Yuliatiningsih, 2015). Aktivitas fisik sangat penting untuk pertumbuhan perkembangan secara keseluruhan pada anak (Burhaein, 2017). Terlebih lagi anak-anak zaman sekarang terlalu fokus terhadap *game online* yang ada pada *gadge*, sehingga berdampak secara langsung dengan penurunan aktivitas fisik yang dialami, ditambah lagi dengan kondisi kasus Covid-19 yang

memperparah aktivitas fisik sang anak. Padahal, aktivitas fisik banyak mendatangkan manfaat bagi kesehatan diri anak tersebut.

Berdasarkan rekomendasi Kementerian Kesehatan (2018) tentang aktivitas fisik untuk kesehatan, anak-anak dan remaja harus melakukan setidaknya 60 menit aktivitas fisik dengan intensitas sedang hingga kuat setiap hari. Tetapi, hasil pengukuran objektif menggunakan akselerometer, 49% siswa Sekolah Dasar mencapai minimal 1 jam aktivitas fisik intensitas sedang hingga kuat yang direkomendasikan per hari, dan rata-rata 22 menit (sepertiga dari aktivitas fisik intensitas sedang hingga kuat harian anak-anak) terjadi selama hari sekolah (Tammelin et al., 2015). Jadi, anak-anak menghabiskan hari dengan tidak banyak bergerak, baik selama jam sekolah maupun di luar jam sekolah. Oleh karena itu, Sekolah harus meningkatkan kesadaran para pendidiknya tentang manfaat mengurangi waktu duduk bagi anak (Ellis et al., 2018). Karena sekolah memiliki peran penting dan dapat meningkatkan tingkat aktivitas dengan mendorong aktivitas fisik selama jam istirahat, dan mengintegrasikan aktivitas fisik ke dalam pelajaran akademik (Orlowski, 2013).

Menurut Suryana dalam Nasution (2018) pada Jurnal Pengembangan Kecerdasan Sosial Melalui Metode Pembelajaran *Outdoor Education* menyebutkan bahwa, pada tahun 2016 aktivitas fisik bernuansa pendidikan yang dapat dilakukan di alam terbuka dapat menyentuh tiga ranah pendidikan sekaligus, yaitu; Kognitif, Afektif, dan Psikomotor. Sehingga diperoleh pengetahuan, keterampilan dan nilai-nilai yang berkaitan dengan aktivitas fisik di alam terbuka. Aktivitas luar kelas dapat berupa permainan, cerita, olahraga, eksperimen, perlombaan, dan aksi

lingkungan agar siswa dapat merasa senang dan bahagia (Hari Yulianto, 2016). Dengan begitu, siswa mampu mengembangkan potensi dan kepercayaan diri. Ketika direncanakan dan dilaksanakan dengan baik, belajar di luar kelas memberi kontribusi signifikan untuk meningkatkan kepribadian siswa, kecerdasan sosial dan manajemen emosi. Waite (2010) juga mencatat penurunan dalam penyediaan kesempatan *outdoor education* di sekolah dasar dan berpendapat bahwa fokus kurikulum pada mata pelajaran inti menciptakan tekanan pada kurikulum yang lebih luas dan bahwa pembelajaran yang menyenangkan kurang populer daripada pembelajaran yang diajarkan secara langsung. Oleh karena itu, para orang tua menyarankan agar lembaga publik, seperti sekolah, mengambil peran yang lebih aktif dalam meningkatkan kesempatan anak-anak untuk menikmati alam (Skar et al., 2016).

Hasil dari penelitian *literature review* dan berdasarkan latar belakang di atas, maka penulis tertarik untuk meneliti dalam kegiatan Aktivitas Fisik dalam Pembelajaran *Outdoor Education* Siswa Sekolah Dasar. Dengan dilakukannya penelitian ini, diharapkan dapat memberikan pengetahuan dan wawasan baru terhadap Aktivitas Fisik dalam Pembelajaran *Outdoor Education* bagi siswa di Sekolah Dasar.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang masalah di atas, peneliti dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut:

1. Manfaat aktivitas fisik dalam pembelajaran *outdoor education* bagi siswa
2. Pentingnya aktivitas fisik bagi siswa
3. Peran penting sekolah dalam membiasakan aktivitas fisik pada siswa

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan masalah yang peneliti identifikasi di atas, peneliti hanya akan membatasi masalah sebagai fokus penelitian ini, yaitu aktivitas fisik dalam pembelajaran *outdoor education* siswa sekolah dasar.

D. Perumusan Masalah

Dalam melakukan penelitian ini, rumusan masalah yang dikemukakan adalah sebagai berikut:

1. Bagaimana tingkat aktivitas fisik siswa selama pembelajaran *outdoor education* berlangsung?
2. Bagaimana pentingnya aktivitas fisik dan pembelajaran *outdoor education* bagi siswa?

E. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mendapatkan gambaran tentang peta jalan penelitian 10 (sepuluh) tahun terakhir, serta *trend* ke depannya tentang kajian

bidang keilmuan terkait tema *outdoor education* pada topik aktivitas fisik siswa sekolah dasar.

F. Kegunaan Hasil Penelitian

Melalui penulisan skripsi ini akan dapat mencapai manfaat seperti berikut:

1. Penelitian ini dapat melihat pengaruh *outdoor education* terhadap aktivitas fisik siswa di sekolah dasar.
2. Penelitian ini dapat melihat pentingnya aktivitas fisik dan pembelajaran *outdoor education* bagi siswa.

