

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Outdoor education atau pendidikan luar ruangan merupakan strategi pembelajaran yang dilakukan di luar ruangan. Strategi pembelajaran seperti ini dilakukan dengan mengajak siswa supaya dapat menyatu dengan alam dan melakukan beberapa aktivitas. Aktivitas yang dilakukan juga sebagai kegiatan yang tidak membosankan dan tentunya sangat menyenangkan. Aktivitas luar ruangan biasanya dilakukan supaya para siswa bisa mendapatkan suasana pembelajaran yang baru dan juga menambah pengalaman baru.

Pembelajaran *outdoor* merupakan salah satu cara dalam meningkatkan kapasitas belajar siswa. Proses pembelajaran dapat dikatakan efektif apabila dilakukan secara terprogram dengan baik sehingga dapat membuat para siswa menjadi lebih aktif selama proses pembelajaran berlangsung. Pada dasarnya pembelajaran merupakan kegiatan terencana yang dapat membuat para siswa belajar dengan baik sesuai dengan tujuan pembelajaran. Dengan demikian makna dari pembelajaran merupakan kondisi eksternal kegiatan belajar mengajar yang dilakukan oleh seorang guru dalam mengkondisikan para siswa untuk belajar (Abdul Majid, 2014).

Pembelajaran di luar ruangan merupakan pembelajaran yang dimodifikasi supaya para siswa dapat belajar secara langsung pada obyek yang sebenarnya. *Outdoor*

education merupakan metode pembelajaran yang benar-benar memanfaatkan alam dan lingkungan sekitar. Kegiatan pembelajaran yang dilakukan secara langsung dengan alam akan membuat para siswa lebih aktif dan mendapatkan pengalamannya sendiri. Para siswa tidak hanya belajar secara teori, namun mereka belajar dengan imajinasi mereka dan berinteraksi secara langsung dengan apa yang mereka dapatkan dan mereka pelajari selama pembelajaran di luar ruangan.

Pendidikan yang dilakukan di luar ruangan merupakan suatu proses dalam membentuk pengetahuan dan menciptakan pengalaman untuk mengubah sikap dan perilaku. Melalui program pendidikan seperti ini dapat membantu siswa dalam mengembangkan diri mereka, terutama dalam hal aktivitas fisik. Siswa yang berpartisipasi dalam program ini dapat memperoleh manfaat positif dalam percaya diri dan keterampilan. Hal ini juga dapat memberikan efek positif pada prestasi akademik dan menumbuhkan sikap kepekaan terhadap lingkungan sekitar.

Pembelajaran yang dilakukan di Sekolah memiliki beberapa faktor yang dapat mempengaruhi berhasil atau tidaknya kegiatan belajar mengajar tersebut. Adapun salah satunya adalah seperti kurangnya motivasi belajar siswa di Sekolah (Sogunro, 2015). Motivasi belajar memiliki peranan untuk kembali memberikan semangat kepada para siswa yang ditunjukkan ketika mengikuti kegiatan belajar mengajar di Sekolah. Ketika motivasi belajar sudah tidak ada pada diri masing-masing siswa selama proses pembelajaran, maka siswa tersebut akan merasa kesulitan dalam memahami materi yang diberikan oleh guru (Nathaniel et al., 2022).

“Dimana siswa yang memiliki motivasi belajar yang tinggi akan mampu mencapai tujuan pembelajaran dan mendapatkan hasil belajar yang baik, sedangkan siswa yang masih memiliki motivasi belajar yang lemah, membuat pendidik merasa bingung menghadapi permasalahan tersebut, Menurut “(Pratama, Firman, dan Neviyarni, 2019)”. Pembelajaran yang terus-terusan dilakukan di ruang kelas tanpa disadari dapat membuat siswa merasa bosan dalam proses pembelajaran. Pembelajaran seperti itu yang nantinya akan berpengaruh terhadap motivasi para siswa. Proses pembelajaran yang tidak efektif merupakan faktor penyebab rendahnya hasil belajar (Pramita & Griadhi, 2016).

Program pembelajaran di luar ruangan menggunakan program camp dapat memberikan pengalaman belajar yang unik terhadap para siswa dan mendapatkan banyak manfaat, antara lain : Kesehatan, Ilmu pengetahuan, dan lingkungan. Melalui kegiatan yang menggunakan lingkungan alami, para siswa didorong supaya dapat mengeksplorasi keterampilan mereka masing-masing. Pembelajaran seperti ini dapat memberikan dampak yang pro dan kontra dalam persetujuan pembelajaran oleh orang tua siswa. Kegiatan pembelajaran luar ruangan juga masih rawan, dikarenakan dapat menyebabkan kecelakaan dan kejadian hal-hal yang tidak diinginkan bagi siswa (Kedokteran et al., 2023)

Pembelajaran *outdoor* telah terbukti mempunyai pengaruh terhadap aspek kesejahteraan seperti meningkatnya suasana hati, mental, meningkatkan *energy*, hubungan sosial, stress, ketegangan, depresi, dan pengaruh lainnya. Pembelajaran luar ruangan juga diharapkan dapat digunakan untuk kegiatan pengembangan

kepemimpinan, dan pengembangan kepribadian, sehingga dapat memunculkan kepedulian terhadap sesama. Perubahan positif seperti itu sangat dibutuhkan supaya para siswa dapat beradaptasi dengan lingkungan sekitarnya. Perkembangan kesejahteraan psikologis juga dapat dipengaruhi dengan adanya kegiatan pembelajaran *outdoor*.

Alam dianggap sebagai lingkungan yang dapat membuat para siswa memiliki banyak kesempatan untuk belajar dan mengembangkan potensi atau bakat yang mereka miliki. Para siswa memiliki kemungkinan untuk mengambil resiko supaya lebih percaya diri dalam menghadapi tantangan yang ada ketika berada di luar ruangan. *Outdoor education* memainkan peran penting yang dimana memiliki konteks sosial dan lingkungan yang dapat mendorong proses pembelajaran yang lebih baik, namun para siswa semakin sedikit menghabiskan waktu bermain di luar ruangan terutama di lingkungan alam, sementara mereka memiliki waktu yang lebih sedikit bermain di luar ruangan, karena mereka mengikuti kegiatan olahraga dan rekreasi sehingga menghabiskan banyak waktu menyelesaikan pekerjaan rumah (Skar et al. 2016). Para orang tua diharapkan untuk menyarankan kepada sekolah untuk mengambil peran yang lebih aktif dalam meningkatkan pengalaman para siswa di alam. (Waite, 2013) juga mencatat penurunan dalam penyediaan kegiatan *outdoor education* di Sekolah Dasar dan berpendapat bahwa kurikulum justru membuat tekanan kepada para siswa dan pembelajaran yang kurang populer dibandingkan dengan pembelajaran secara langsung (Mielke et al., 2017).

Perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi memberikan dampak yang sangat berpengaruh terhadap gaya hidup masyarakat. Peralatan yang canggih membuat seseorang malas bergerak yang mengakibatkan *sedentary behaviour* pada anak yang melakukan pola hidup santai. Perilaku *sedentary* dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti ekonomi, pendidikan orang tua dan lingkungan sekitar (Ludyanti, 2019). *Sedentary behaviour* menimbulkan efek negatif sehingga menjadikannya sebagai masalah penting dalam kesehatan masyarakat (Rahayu & Donny, 2022).

Pengaruh *outdoor education* terhadap perilaku sedentari siswa, terutama dikalangan pendidikan Sekolah dasar lebih sedikit dalam menghabiskan waktu di luar ruangan. Salah seorang peneliti (Maynard et al, 2013; Raustorp et al, 2012; Vanderloo et al, 2013) telah melaporkan secara signifikan lebih tinggi tingkat aktifitas anak usia dini yang diukur secara objektif dibandingkan dengan anak Sekolah Dasar yang masih terlibat dalam aktivitas di dalam ruangan. Setiap guru memiliki peran penting dalam meningkatkan dan mendorong keaktifan para siswa. Faktor lingkungan juga sangat membantu dalam pengembangan kemampuan atau potensi yang dimiliki oleh para siswa (Sumilat & Fayasari, 2020).

Hasil belajar siswa yang dilakukan di luar ruangan menjadi lebih baik dibandingkan dengan siswa yang dibelajarkan secara konvensional (Katzmarzyk et al., 2019). Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa siswa yang diajarkan melalui pembelajaran konvensional cenderung kurang aktif, karena dalam proses pembelajaran mereka hanya mencatat dan mendengarkan materi yang disampaikan oleh guru. Pembelajaran luar ruangan dapat memberikan dampak positif terhadap motivasi belajar

siswa yang dimana para siswa itu sendiri yang mencari dan menyelesaikan masalah yang mereka dapatkan, hal itulah yang membuat peneliti tertarik untuk menggunakan pembelajaran luar ruangan untuk mengoptimalkan hasil belajar siswa Sekolah Dasar (Purqoti et al., 2022).

Berdasarkan uraian diatas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian terhadap Perilaku Sedentari dalam Pembelajaran *Outdoor Education* di Sekolah Dasar.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan diatas, berikut identifikasi masalah untuk penelitian ini :

1. Bagaimana pembelajaran *outdoor education* siswa di sekolah dasar.
2. Bagaimana perilaku sedentari dalam pembelajaran *outdoor education* siswa di sekolah dasar.

C. Pembatasan Masalah

Penelitian ini dibatasi hanya pada perilaku sedentari dalam pembelajaran *outdoor education*

D. Rumusan Masalah

Adapun masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana perilaku sedentari dalam pembelajaran *outdoor education* dalam pembelajaran *outdoor education* siswa di sekolah dasar?

E. Tujuan Penelitian

Untuk mendapat gambaran peta jalan penelitian 10 tahun terakhir serta *trend research* kedepannya dalam bidang kajian keilmuan terkait Tema *Outdoor Education* dalam Topik Perilaku Sedentari dalam Pembelajaran *Outdoor Education*.

F. Manfaat Penelitian

Diharapkan penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi dalam melakukan penelitian lanjutan, mungkin dengan menggunakan metode penelitian yang lebih baik serta dapat menjadi bahan pertimbangan bagi yang berkepentingan untuk melakukan penelitian yang sejenis.

