

**MODEL PERMAINAN *OUTBOUND LOW IMPACT* UNTUK
MEMBANGUN SIKAP PROSOSIAL ANTI TAWURAN DI KALANGAN
REMAJA PENJARINGAN JAKARTA UTARA**



Intelligentia - Dignitas

Anugrah Juniarta

1605621052

**Skripsi Yang Ditulis Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
Dalam Memperoleh Gelar Sarjana Olahraga**

PROGRAM STUDI OLAHRAGA REKREASI

FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN

UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA

2025

Intelligentia - Dignitas

LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI

Nama

Tanda Tangan

Tanggal

Pembimbing I

Dr. Muhammad Arif, M.Pd.
NIDN. 0023028304



29/7 - 2025

Pembimbing II

Dr. Aan Wasan, S. Sos., M.Si.
NIP.197112192005011001



29/7 - 2025

Nama

Jabatan

Tanda Tangan

Tanggal

Dr. Drs. Zulham, M.Si., MCE.
NIP.197203022005011002

Ketua



21/7 - 2025

Dr. Fajar Vidya Hartono, M.Pd.
NIP. 198411272010121004

Sekretaris



28/7 - 2025

Dr. Muhammad Arif, M.Pd.
NIDN. 0023028304

Anggota



29/7 - 2025

Dr. Aan Wasan, S. Sos., M.Si.
NIP.197112192005011001

Anggota



29/7 - 2025

Hartman Nugraha, M. Pd
NIP. 197409092003121001

Anggota



30/7 - 2025

Tanggal Lulus : Rabu, 16 Juli 2025

Intelligentia - Dignitas

PERNYATAAN ORISINALITAS

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Skripsi yang saya tulis ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar sarjana, baik di Universitas Negeri Jakarta ataupun di perguruan tinggi lain.
2. Skripsi ini adalah murni dari sebuah ide, gagasan, dan penelitian saya sendiri yang dibantu oleh arahan dosen pembimbing.
3. Seluruh tulisan dalam skripsi ini tidak terdapat pendapat yang ditulis oleh orang lain, kecuali pendapat yang dijadikan sebagai acuan dan telah disebutkan nama pengarang serta dicantumkan pada daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sungguh – sungguh dan apabila terdapat ketidakbenaran dan penyimpangan dalam pernyataan inidikemudian hari, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai dengan aturan yang berlaku di Universitas Negeri Jakarta.

Jakarta, 16 Juli 2025

Yang menvatakan



Anugrah Juniarta

No.Reg 1605621052

MODEL PERMAINAN *OUTBOUND LOW IMPACT* UNTUK MEMBANGUN
SIKAP PROSOSIAL ANTI TAWURAN DI KALANGAN REMAJA
PENJARINGAN JAKARTA UTARA

ABSTRAK

Remaja adalah fase kehidupan yang penting dalam perkembangan manusia, dimana individu mengalami perubahan fisik, emosional dan sosial yang signifikan. Remaja tidak dapat lagi digambarkan sebagai anak – anak, tetapi mereka tidak matang seperti seorang dewasa. Masalah sosial yang dapat dilihat dalam perilaku anak muda harus berkumpul pada usia yang sama, dibandingkan dengan keluarganya. Mengeskplorasi model permainan *outbound low impact* untuk membangun sikap prososial anti tawuran di kalangan remaja. Penelitian ini dilakukan di Muara Angke Pluit, Penjaringan, Jakarta Utara. Sampel data penelitian ini berjumlah 20 anak. Model ADDIE yang terdiri dari 5 tahap yaitu analisis, desain, pengembangan, implementasi, dan evaluasi. Hasil dari pengembangan model permainan *outbound low impact* untuk membangun sikap prososial anti tawuran di Kalangan Remaja Penjaringan Jakarta Utara dirangkum dalam bentuk buku panduan. Dalam buku tersebut menyajikan berbagai model *outbound low impact* yang telah disesuaikan untuk remaja Penjaringan Jakarta Utara. Setiap model *outbound low impact* disusun dengan langkah-langkah yang sederhana dan mudah dipahami, selain itu model *outbound low impact* yang dibuat memiliki nilai-nilai yang dapat sikap prososial dalam melakukan perilaku sosial. Setelah dilakukan validasi dan revisi berdasarkan data ahli dan implementasi langsung dilapangan dengan sampel 20 anak yang diuji dengan 10 model *outbound low impact*, peneliti menyimpulkan bahwa model permainan *outbound low impact* untuk membangun sikap prososial anti tawuran di kalangan remaja Penjaringan Jakarta Utara layak untuk diterapkan. Proses revisi dan validasi yang dilakukan bersama para ahli *outbound* dan ahli pendidikan karakter secara keseluruhan untuk mengembangkan model yang dapat diimplementasikan. Hasil dari pengembangan model *outbound* ini berupa buku panduan yang berisi 10 variasi model permainan *outbound low impact* yang cocok dan dapat diaplikasikan untuk remaja Penjaringan Jakarta Utara.

Kata Kunci : Model, Permainan, *Outbound*, Prososial, Remaja.

Intelligentia - Dignitas

*A LOW IMPACT OUTBOUND GAME MODEL TO DEVELOP ANTI-BRAWL
PROSOCIAL ATTITUDES AMONG TEENAGERS IN PENJARINGAN, NORTH
JAKARTA*

ABSTRACT

Adolescence is a critical phase in human development, during which individuals undergo significant physical, emotional, and social changes. Adolescents can no longer be classified as children, yet they are not fully mature like adults. One of the notable social issues at this stage is the tendency of youths to associate more with peers than with family, which often contributes to deviant behaviors such as involvement in street fights. This study aims to explore and develop a low-impact outbound game model to foster prosocial attitudes and anti-violence behavior among adolescents. The research was conducted in Muara Angke, Pluit, Penjaringan, North Jakarta, involving 20 adolescents as research subjects. The study applied the ADDIE model, which consists of five stages: analysis, design, development, implementation, and evaluation. The result of this development process is compiled into a guidebook that presents a variety of low-impact outbound game models tailored to the characteristics of adolescents in the Penjaringan area. Each game model is designed with simple, easy-to-understand steps and incorporates values that promote prosocial behavior, such as cooperation, empathy, and social responsibility. After validation and revision based on expert input and field implementation using 10 selected outbound models, the findings indicate that the low-impact outbound game model is feasible to be applied as a preventive approach to reduce violent behavior among adolescents. The development process was carried out collaboratively with outbound experts and character education specialists to ensure the model's relevance and effectiveness. The final outcome is a guidebook containing 10 low-impact outbound game variations suitable for application among adolescents in Penjaringan, North Jakarta.

Keywords : *Model, Outbound, Games, Prosocial, Adolescent.*

Intelligentia - Dignitas



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
UPT PERPUSTAKAAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220

Telepon/Faksimili: 021-4894221

Laman: lib.unj.ac.id

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademika Universitas Negeri Jakarta, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Anugrah Juniarta
NIM : 1605621052
Fakultas/Prodi : Olahraga Rekreasi
Alamat email : Saptajiyuyung29@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah:

☒ Skripsi ☐ Tesis ☐ Disertasi ☐ Lain-lain (.....)

yang berjudul :

MODEL PERMAINAN *OUTBOUND LOW IMPACT* UNTUK MEMBANGUN SIKAP PROSOSIAL
ANTI TAWURAN DI KALANGAN REMAJA PENJARINGAN JAKARTA UTARA

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmediakan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta izin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 1 Agustus 2025

Penulis

(Anugrah Juniarta)

KATA PENGANTAR

Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat ALLAH SWT, karena atas rahmatnya penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul Model Permainan *outbound low impact* Untuk Membangun Sikap Prososial Anti Tawuran di Kalangan Remaja Penjaringan Jakarta Utara. Penulisan skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi persyaratan untuk mencapai gelar Sarjana Olahraga, program studi Olahraga Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan, Universitas Negeri Jakarta.

Penulis mengucapkan banyak terima kasih kepada yang terhormat Ibu Prof. Dr. Nofi Marlina Siregar, M.Pd. Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan. Bapak Dr. Drs. Zulham, M.Si. MCE Koordinator Program Studi, Olahraga Rekreasi, Bapak Dr. Fajar Vidya Hartono, S.Pd., M.Pd. Pembimbing Akademik, Bapak Dr. Muhamad Arif, M.Pd. Selaku Pembimbing I, Bapak Dr. Aan Wasan, S.Sos., M.Si. Selaku Pembimbing II, Bapak Hartman Nugraha, S.H., M.Pd Selaku Dosen Ahli Validasi *Outbound*, Ibu Dr. Aryati Mowll, M.Pd., M.Ed. Selaku Ahli Validasi Psikologi, serta para Dosen dan Karyawan Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan, Universitas Negeri Jakarta.

Ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada keluarga tercinta. Dan tak lupa terima kasih buat kedua orang tua yang selalu memberikan semangat hingga terselesaikannya skripsi ini dengan baik. Terimakasih tak terhingga kepada sahabat terdekat. Kesempurnaan hanya milik Allah SWT semata, dan skripsi ini pastinya tak lepas dari berbagai kekurangan, semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua yang membacanya.

Jakarta, 16 Juli 2025



AJ

Intelligentia - Dignitas

DAFTAR ISI

PERNYATAAN ORISINALITAS.....	i
ABSTRAK.....	ii
<i>ABSTRACT.....</i>	<i>iii</i>
KATA PENGANTAR.....	iv
DAFTAR ISI.....	v
DAFTAR GAMBAR	viii
DAFTAR TABEL	ix
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Fokus Penelitian.....	4
C. Rumusan Masalah.....	5
D. Kegunaan Penelitian	5
BAB II KAJIAN TEORETIK	7
A. Konsep Pengembangan Model	7
1. Pengembangan Model ADDIE (Dick & Carry)	10
A. Konsep Model yang dikembangkan.....	12
B. Kerangka Teoretik	13
1. Model	13
2. Permainan.....	14
3. <i>Outbound</i>	18
4. Sikap Prososial	22
5. Karakteristik Remaja.....	24
C. Rancangan Model	29
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	32
A. Tujuan Penelitian	32
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	32
C. Karakteristik Model yang dikembangkan.....	33
D. Pendekatan dan Metode Penelitian	33
E. Langkah Langkah Pengembangan Model	34
1. Penelitian Pendahuluan	34

2. Perencanaan Pengembangan Model.....	35
F. Validasi, Evaluasi, dan Revisi Model.....	36
1. Telaah Pakar	37
2. Revisi Produk	38
G. Implementasi.....	38
H. Evaluasi.....	38
BAB IV HASIL PENELITIAN.....	40
A. Hasil Pengembangan Model	40
1. Hasil Analisis Kebutuhan.....	40
2. Model Draft Awal	41
3. Model Draft Final.....	44
B. Kelayakan Model.....	45
C. Efektivitas Model.....	47
D. Pembahasan	47
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	49
A. KESIMPULAN.....	49
B. SARAN.....	49
DAFTAR PUSTAKA.....	51
LAMPIRAN	54
Lampiran 1 Model <i>outbound low impact</i>	54
Model permainan <i>Outbound Low Impact</i> 1.....	54
Model permainan <i>Outbound Low Impact</i> 2.....	56
Model permainan <i>Outbound Low Impact</i> 3.....	58
Model permainan <i>Outbound Low Impact</i> 4.....	60
Model permainan <i>Outbound Low Impact</i> 5.....	62
Model Permainan <i>Outbound Low Impact</i> 6	64
Model permainan <i>Outbound Low Impact</i> 7.....	66
Model Permainan <i>Outbound Low Impact</i> 8	68
Model permainan <i>Outbound Low Impact</i> 9.....	70
Model permainan <i>Outbound Low Impact</i> 10.....	72
Lampiran 2 Hasil Dokumentasi Penelitian	74
Lampiran 3 Form Surat Usulan Judul Skripsi	80

Lampiran 4 Form Surat Pengajuan Dosen Pembimbing	81
Lampiran 5 Form Surat Validasi Ahli <i>Outbound</i>	82
Lampiran 6 Form Surat Validasi Ahli Psikologi	83
Lampiran 7 Form Surat Izin Penelitian	84
Lampiran 8 Form Surat Balasan Penelitian	85
Lampiran 9 Form Wawancara Ketua RW 020	86
Daftar Riwayat Hidup	88



Intelligentia - Dignitas

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.1 Data Komisaris Perlindungan Anak Indonesia.....	2
Gambar 2.1 Tahapan Model Addie	10
Gambar 2.2 Alur Metode Addie.....	30
Gambar 3.1 ADDIE Model	34
Gambar 3.2 Perencanaan Rancangan Model.....	36



Intelligentia - Dignitas

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Nama Para Ahli Dalam Uji Justifikasi	37
Tabel 4.2 Saran dan Masukan dari Dosen Ahli <i>Outbound</i>	42
Tabel 4.3 Saran dan Masukan dari Ahli Psikologi	43
Tabel 4.4 Hasil Model Final	44
Tabel 4.5 Hasil Validasi Model <i>Outbound Low Impact</i>	46



Intelligentia - Dignitas