

**MODEL *EXPERIENTIAL LEARNING OUTBOUND* UNTUK  
PEMBENTUKAN KARAKTER**



*Intelligentia - Dignitas*

DIAZENA DELYA ADZANI

1605622040

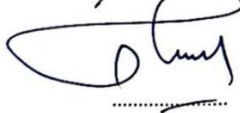
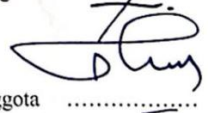
Skripsi Ini Disusun Sebagai Salah Satu Persyaratan Untuk Memperoleh  
Gelar Sarjana Olahraga

**PROGRAM STUDI OLAHRAGA REKREASI  
FAKULTAS KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN  
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

**2026**

## LEMBAR PENGESAHAN

### LEMBAR PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI

| Nama                                                           | Tanda Tangan                                                                       | Tanggal                                                                               |          |
|----------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|----------|
| Pembimbing I                                                   |                                                                                    |                                                                                       |          |
| Hartman Nugraha, S.Pd., M.Pd.<br>NIP. 197409092003121001       |  | 24/07/26                                                                              |          |
| Pembimbing II                                                  |                                                                                    |                                                                                       |          |
| Dr. Abdul Kholik, S.Pd., M.Pd.<br>NIP. 197512282005011001      |  | 24/07/26                                                                              |          |
| Nama                                                           | Jabatan                                                                            | Tanda Tangan                                                                          | Tanggal  |
| Dr. Drs. Zulham, M.Si., MCE.<br>NIP. 197203022005011002        | Ketua                                                                              |    | 23/07/26 |
| Prof. Dr. Abdul Sukur, S.Pd., M.Si.<br>NIP. 196911302000031001 | Sekretaris                                                                         |   | 23/07/26 |
| Hartman Nugraha, S.Pd., M.Pd.<br>NIP. 197409092003121001       | Anggota                                                                            |  | 24/07/26 |
| Dr. Abdul Kholik, S.Pd., M.Pd.<br>NIP. 197512282005011001      | Anggota                                                                            |   | 24/07/26 |
| Dr. Fajar Vidya Hartono, M.Pd.<br>NIP. 198411272010121004      | Anggota                                                                            |   | 24/07/26 |

Tanggal Lulus : 21 Juli 2026

# LEMBAR PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH



KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI, SAINS DAN TEKNOLOGI  
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA  
PERPUSTAKAAN DAN KEARSIPAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220  
Telepon/Faksimili: 021-4894221  
Laman: [lib.unj.ac.id](http://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 : Diazena Delya adzani  
NIM : 1605622040  
Fakultas/Prodi : Prodi Olahraga Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan  
Alamat email : [Diazena44@gmail.com](mailto:Diazena44@gmail.com)

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

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

yang berjudul :

"MODEL EXPERIENTIAL LEARNING OUTBOUND UNTUK PEMBENTUKAN KARAKTER"

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan dan Kearsipan 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 ijin 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, 21 Juli 2026

Penulis

Diazena Delya Adzani

# MODEL *EXPERIENTIAL LEARNING OUTBOUND* UNTUK PEMBENTUKAN KARAKTER

## ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk: (1) menghasilkan Model *Experiential Learning* berbasis *Outbound* untuk pengenalan dan pembentukan kesadaran awal karakter empati pada mahasiswa Generasi Z Program Studi Olahraga Rekreasi angkatan 2025 Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Jakarta, dan (2) menguji efektivitas model yang dikembangkan dalam meningkatkan pengenalan dan pembentukan kesadaran awal karakter empati mahasiswa. Penelitian ini menggunakan metode Research and Development (R&D) dengan model pengembangan ADDIE yang meliputi lima tahapan, yaitu *Analysis*, *Design*, *Development*, *Implementation*, dan *Evaluation*. Produk yang dikembangkan berupa Model *Experiential Learning* berbasis *Outbound* yang terdiri atas 12 permainan edukatif yang disusun berdasarkan tahapan *Experiential Learning*, yaitu *Concrete Experience*, *Reflective Observation*, *Abstract Conceptualization*, dan *Active Experimentation*. Pada tahap pengembangan, model divalidasi oleh ahli pendidikan, ahli outbound, dan ahli pendidikan karakter untuk mengetahui tingkat kelayakan produk. Selanjutnya model diimplementasikan kepada mahasiswa Program Studi Olahraga Rekreasi angkatan 2025 untuk mengetahui efektivitas penggunaannya. Hasil penelitian menunjukkan bahwa model yang dikembangkan memenuhi kriteria valid, layak, dan praktis untuk digunakan dalam proses pembelajaran. Hasil uji efektivitas menunjukkan adanya peningkatan karakter kesadaran awal empati mahasiswa setelah penerapan model dengan nilai N-Gain sebesar 0,7 yang berada pada kategori sedang. Temuan tersebut menunjukkan bahwa Model *Experiential Learning* berbasis *Outbound* mampu meningkatkan pengenalan dan pembentukan kesadaran awal karakter empati, komunikasi interpersonal, kerja sama, dan kepedulian sosial mahasiswa Generasi Z. Dengan demikian, model yang dikembangkan dapat dijadikan sebagai alternatif model pembelajaran karakter yang inovatif, aplikatif, dan efektif pada mata kuliah *Outbound*.

**Kata Kunci:** *Experiential Learning*, *Outbound*, model pembelajaran, karakter empati, Generasi Z

## **EXPERIENTIAL LEARNING OUTBOUND MODEL FOR CHARACTER DEVELOPMENT**

### **ABSTRACT**

*This study aimed to: (1) develop an Outbound-based Experiential Learning Model for fostering empathy among Generation Z students in the Recreation Sports Study Program, Faculty of Sports and Health Sciences, Universitas Negeri Jakarta; and (2) examine the effectiveness of the developed model in enhancing students' recognition and initial development of empathic character. This study employed a Research and Development (R&D) approach using the ADDIE development model, which consists of five stages: Analysis, Design, Development, Implementation, and Evaluation. The product developed was an Outbound-based Experiential Learning Model comprising 12 educational games designed according to the four stages of Experiential Learning: Concrete Experience, Reflective Observation, Abstract Conceptualization, and Active Experimentation. During the development stage, the model was validated by subject matter experts, instructional design experts, and practitioners to determine its validity and feasibility. The model was subsequently implemented with students of the 2025 cohort of the Recreation Sports Study Program to evaluate its effectiveness. The findings indicated that the developed model met the criteria of being valid, feasible, and practical for use in the learning process. The effectiveness test demonstrated an improvement in students' empathic character after the implementation of the model, with an N-Gain score of 0.7, which falls within the moderate category. These findings suggest that the Outbound-based Experiential Learning Model effectively enhances students' recognition and initial development of empathic character, interpersonal communication, teamwork, and social awareness among Generation Z students. Therefore, the developed model can serve as an innovative, practical, and effective alternative for character education in Outbound courses.*

**Keywords:** *Experiential Learning, Outbound, learning model, empathy, Generation Z.*

# PERNYATAAN ORISINALITAS

## PERNYATAAN ORISINALITAS

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Skripsi ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik sarjana, baik di Universitas Negeri Jakarta maupun di perguruan tinggi lain.
2. Skripsi ini adalah murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan dari pihak lain, kecuali arahan dosen pembimbing.
3. Dalam skripsi ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila di kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidak benaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena skripsi ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Negeri Jakarta.

Jakarta, 21 Juli 2026

Yang Membuat Pernyataan,



Diazena Delya Adzani

1605622040

## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT atas segala rahmat, dan karunia nya penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Model *Experiential Learning* berbasis *Outbound* untuk Pembentukan Karakter” . Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Olahraga pada Program Studi Olahraga Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan dan kesehatan, Universitas Negeri Jakarta. Penyusunan skripsi ini di latar belakang oleh menurunnya karakter empati pada Generasi Z akibat perkembangan teknologi digital dan perubahan pola interaksi sosial. Oleh karena itu, penelitian ini mengembangkan model pembelajaran berbasis *Experiential Learning* melalui kegiatan *outbound* sebagai alternatif pembentukan karakter empati pada Generasi Z.

Penyusunan skripsi ini dapat diselesaikan berkat bantuan, bimbingan, dukungan, motivasi, dan doa dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Allah SWT. yang telah memberikan kesehatan, kekuatan, kemudahan, serta kelancaran kepada penulis dalam menyelesaikan seluruh rangkaian penelitian dan penyusunan skripsi ini.
2. Ibu Prof. Dr. Nofi Marlina Siregar S.Pd., M.Pd. selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Jakarta yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk menempuh pendidikan dan menyelesaikan studi.
3. Bapak Dr. Drs. Zulham, M.Si., MCE. Koordinator Program Studi Olahraga Rekreasi Universitas Negeri Jakarta yang telah memberikan arahan dan dukungan selama proses perkuliahan.
4. Kepada Bapak Dr. Fajar Vidya Hartono, M.Pd. selaku pembimbing akademik yang telah memberikan bimbingan kepada penulis selama perkuliahan sampai selesai skripsi ini.
5. Bapak Hartman Nugraha, S.Pd., M.Pd. selaku Dosen Pembimbing I yang telah memberikan bimbingan, arahan, kritik, saran, serta motivasi kepada penulis selama proses penyusunan skripsi ini.

6. Bapak Dr. Abdul Kholik, S.Pd., M.Pd. selaku Dosen Pembimbing II yang telah meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran dalam memberikan masukan yang konstruktif sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.
7. Seluruh dosen Program Studi Olahraga Rekreasi Universitas Negeri Jakarta yang telah memberikan ilmu pengetahuan, pengalaman, dan pembelajaran yang sangat berharga selama masa perkuliahan.
8. Bapak Dr. Selamat Sukriadi S. Pd, M.Pd, Dr. Muhamad Arif, M.Pd, Adytia Dewanggi, S. Pd, Para ahli dan validator model yang telah memberikan masukan, saran, serta penilaian terhadap model *Experiential Learning* berbasis *outbound* yang di dalam penelitian ini.
9. Mahasiswa Program Studi Olahraga Rekreasi angkatan 2025 kelas A dan D mata kuliah *Outbound*, Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Jakarta, yang telah bersedia menjadi subjek penelitian serta memberikan partisipasi selama proses pelaksanaan penelitian.
10. Kedua orang tua tercinta yang senantiasa memberikan kasih sayang, doa, dukungan moral maupun material, serta menjadi sumber motivasi terbesar dalam setiap langkah kehidupan penulis.
11. Keluarga besar yang selalu memberikan semangat, perhatian, dan doa sehingga penulis mampu menyelesaikan studi dengan baik.
12. Babygurls, Kumlot, Komik, MySecretHuman dan Bestie smp rekan seperjuangan yang telah memberikan bantuan, dukungan, motivasi, serta menemani proses penyusunan skripsi ini dari awal hingga akhir.
13. Seluruh responden dan peserta penelitian yang telah bersedia meluangkan waktu serta berpartisipasi dalam penelitian ini.
14. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu per satu yang telah memberikan bantuan, dukungan, dan kontribusi dalam penyelesaian skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih memiliki keterbatasan sehingga kritik dan saran yang membangun sangat diharapkan sebagai bahan perbaikan di masa mendatang. Penulis berharap skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi pengembangan ilmu pendidikan, khususnya dalam bidang *outbound* dan

*experiential learning*, serta menjadi referensi bagi peneliti selanjutnya dalam mengembangkan model pembelajaran untuk meningkatkan kesadaran awal empati karakter empati pada Generasi Z.

Jakarta, 26 Juni 2026



## DAFTAR ISI

|                                                                                                           |            |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|
| <b>ABSTRAK .....</b>                                                                                      | <b>i</b>   |
| <b>ABSTRACT .....</b>                                                                                     | <b>ii</b>  |
| <b>PERNYATAAN ORISINALITAS.....</b>                                                                       | <b>iii</b> |
| <b>KATA PENGANTAR.....</b>                                                                                | <b>iv</b>  |
| <b>DAFTAR ISI.....</b>                                                                                    | <b>vii</b> |
| <b>DAFTAR GAMBAR.....</b>                                                                                 | <b>ix</b>  |
| <b>DAFTAR TABEL .....</b>                                                                                 | <b>x</b>   |
| <b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>                                                                              | <b>xi</b>  |
| <b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>                                                                             | <b>1</b>   |
| A. Latar Belakang.....                                                                                    | 1          |
| B. Fokus Penelitian .....                                                                                 | 11         |
| C. Rumusan Masalah.....                                                                                   | 13         |
| D. Kegunaan Penelitian .....                                                                              | 13         |
| <b>BAB II KAJIAN TEORETIK.....</b>                                                                        | <b>15</b>  |
| A. Konsep Pengembangan Model .....                                                                        | 15         |
| 1. Model Pengembangan Borg dan Gall.....                                                                  | 17         |
| 2. Model Pengembangan 4D .....                                                                            | 20         |
| 3. Model Pengembangan ADDIE.....                                                                          | 26         |
| B. Konsep Model yang Dikembangkan .....                                                                   | 29         |
| C. Kerangka Teoretik .....                                                                                | 31         |
| 1. Model.....                                                                                             | 31         |
| 2. <i>Experiential Learning</i> .....                                                                     | 32         |
| 3. <i>Outbound</i> .....                                                                                  | 34         |
| 4. Pendidikan Karakter .....                                                                              | 35         |
| 5. Empati.....                                                                                            | 36         |
| 6. Generasi Z (Gen Z).....                                                                                | 38         |
| 7. Mahasiswa Program Studi Olahraga Rekreasi Tahun 2025 Mata<br>Kuliah <i>Outbound</i> Kelas A dan D..... | 40         |
| D. Rancangan Model .....                                                                                  | 44         |
| <b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN .....</b>                                                                | <b>47</b>  |
| A. Tujuan Penelitian .....                                                                                | 47         |

|                                                    |            |
|----------------------------------------------------|------------|
| B. Tempat dan Waktu Penelitian.....                | 48         |
| C. Karakteristik Model Yang Dikembangkan.....      | 48         |
| D. Pendekatan dan Metode Penelitian.....           | 50         |
| E. Metode Penelitian .....                         | 52         |
| F. Langkah-Langkah Pengembangan Model .....        | 54         |
| G. Validasi, Evaluasi, dan Revisi Model.....       | 61         |
| H. Teknik Analisis Data .....                      | 70         |
| <b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b> | <b>72</b>  |
| A. Hasil Pengembangan Model .....                  | 72         |
| B. Kelayakan Model.....                            | 86         |
| C. Efektivitas Model .....                         | 90         |
| D. Pembahasan .....                                | 94         |
| <b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....</b>             | <b>101</b> |
| A. Kesimpulan.....                                 | 101        |
| B. Saran .....                                     | 102        |
| <b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>                         | <b>105</b> |
| <b>LAMPIRAN.....</b>                               | <b>109</b> |
| <b>RIWAYAT HIDUP .....</b>                         | <b>183</b> |

## DAFTAR GAMBAR

|             |                                                                   |    |
|-------------|-------------------------------------------------------------------|----|
| Gambar 2. 1 | Skema Prosedur Pengembangan Borg & Gall .....                     | 18 |
| Gambar 2. 2 | Langkah-langkah Pengembangan Model 4D .....                       | 21 |
| Gambar 2. 3 | Tahapan Model ADDIE .....                                         | 26 |
| Gambar 2. 4 | Tahapan Pengembangan Model ADDIE.....                             | 44 |
| Gambar 3. 1 | Model ADDIE.....                                                  | 52 |
| Gambar 3. 2 | Model <i>Experiential Learning</i> Berbasis <i>Outbound</i> ..... | 58 |



## DAFTAR TABEL

|             |                                                                                          |    |
|-------------|------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Tabel 2. 1  | Penelitian Terdahulu.....                                                                | 45 |
| Tabel 3. 1  | Indikator Penilaian.....                                                                 | 53 |
| Tabel 3. 2  | Aspek Empati & Indikator.....                                                            | 60 |
| Tabel 3. 3  | Nama Para Ahli Uji Justifikasi .....                                                     | 62 |
| Tabel 3. 4  | Indikator Memahami Perasaan Orang Lain.....                                              | 66 |
| Tabel 3.5   | Indikator Tingkat Kepekaan Seseorang.....                                                | 66 |
| Tabel 3.6   | Indikator Kepekaan pada Bahasa Non-Verbal .....                                          | 67 |
| Tabel 3. 7  | Indikator Kemampuan Responsif pada Masalah .....                                         | 67 |
| Tabel 3. 8  | Indikator Kemampuan Mengendalikan Diri.....                                              | 68 |
| Tabel 3. 9  | Indikator Integrasi seluruh.....                                                         | 69 |
| Tabel 3. 10 | Kategori Interpretasi N-Gain.....                                                        | 71 |
| Tabel 4. 1  | Hasil Analisis Kebutuhan Pengembangan Model .....                                        | 74 |
| Tabel 4. 2  | Wawancara dosen pengampu .....                                                           | 76 |
| Tabel 4. 3  | Wawancara Mahasiswa .....                                                                | 76 |
| Tabel 4. 4  | Saran dan Masukan dari Dosen Ahli Pendidikan .....                                       | 78 |
| Tabel 4. 5  | Saran dan Masukan dari Ahli Outbound .....                                               | 80 |
| Tabel 4. 6  | Saran dan Masukan dari Ahli Pendidikan Karakter .....                                    | 81 |
| Tabel 4. 7  | Model Final Experiential Learning Berbasis Outbound<br>berdasarkan Indikator Empati..... | 83 |
| Tabel 4. 8  | Sintaks Pembelajaran Model berdasarkan Siklus Experiential<br>Learning Kolb.....         | 85 |
| Tabel 4. 9  | Validasi Ahli terhadap Model Experiential Learning .....                                 | 88 |
| Tabel 4. 10 | Hasil Validasi Ahli berdasarkan Penilaian Model.....                                     | 88 |
| Tabel 4. 11 | Data <i>N-Gain One Group Pretest-Posttest</i> .....                                      | 91 |
| Tabel 4. 12 | Kategori Perolehan Nilai N-Gain .....                                                    | 92 |

## DAFTAR LAMPIRAN

|                                                                              |     |
|------------------------------------------------------------------------------|-----|
| Lampiran 1. Model <i>Experiential Learning Outbound</i> .....                | 109 |
| Lampiran 2. Hasil Dokumentasi Penelitian .....                               | 154 |
| Lampiran 3. Form Validasi Ahli Pendidikan Karakter .....                     | 165 |
| Lampiran 4. Form Validasi Ahli Pendidikan & Ahli <i>Outbound</i> .....       | 166 |
| Lampiran 5. Form Validasi Ahli <i>Outbound</i> .....                         | 167 |
| Lampiran 6. Surat Izin Penelitian .....                                      | 168 |
| Lampiran 7. Form Surat Balasan Penelitian .....                              | 169 |
| Lampiran 8. Surat Tugas .....                                                | 170 |
| Lampiran 9. Form 9 Wawancara Mahasiswa Olahraga Rekreasi dan Kesehatan ..... | 171 |
| Lampiran 10. Form 10 Wawancara Dosen Pengampu .....                          | 174 |
| Lampiran 11. Form 11 Dokumentasi Validasi Ahli .....                         | 178 |
| Lampiran 12. Form 12 Dokumentasi Wawancara .....                             | 179 |
| Lampiran 13. Angket Penelitian .....                                         | 180 |