

**MODEL PERMAINAN *OUTBOUND* UNTUK MENINGKATKAN  
*TEAMWORK* ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS  
DIKELAS TINGGI DI SD LUAR BIASA  
PKK PROVINSI LAMPUNG**

**(Skripsi)**

**Oleh  
Agung Yudha Catur Rizal**



**PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS LAMPUNG  
2017**

## ABSTRAK

### MODEL PERMAINAN *OUTBOUND* UNTUK MENINGKATKAN KERJASAMA ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS DIKELAS TINGGI DI SD LUAR BIASA PKK PROVINSI LAMPUNG

Oleh

**Agung Yudha Catur Rizal**

Masalah dalam penelitian ini adalah mengetahui efektivitas *outbound* terhadap peningkatan *teamwork* siswa anak berkebutuhan khusus kelas tinggi di SD Luar Biasa PKK Provinsi Lampung. Jenis penelitian yang digunakan adalah eksperimen komparatif. Dengan populasi sebanyak 30 siswa kelas tinggi, yang terdiri dari 13 siswa tuna rungu, 10 tuna grahita, dan 7 tuna wicara. Teknik pengumpulan data menggunakan angket penelitian *outbound* dari *Expert Judgment* Rahmat Hermawan yang telah dibuat, meliputi aspek disiplin, tanggung jawab, kerjasama, toleransi, sikap. Setelah tes awal siswa diberikan pelatihan *outbound* sesuai dengan program latihan yang telah dibuat kemudian dilakukan tes akhir. Data tes awal dan tes akhir dianalisis menggunakan analisis data uji-t. Hasil analisis menunjukkan bahwa model permainan *outbound* efektif dalam meningkatkan kerjasama siswa dengan nilai P value (sig.2 tailed) sebesar 0.000 lebih kecil dari 0.005. Diketahui bahwa hasil nilai rata-rata tes awal mengalami peningkatan pada saat tes akhir. Pada permainan bakiak diperoleh nilai  $t_{hitung} > t_{tabel}$  ( $35,107 > 2,045$ ). Permainan bola dunia diperoleh nilai  $t_{hitung} > t_{tabel}$  ( $26,108 > 2,045$ ). Permainan estafet hulahup yaitu diperoleh nilai  $t_{hitung} > t_{tabel}$  ( $19,777 > 2,045$ ). Permainan air mengalir diperoleh nilai  $t_{hitung} > t_{tabel}$  ( $30,36 > 2,045$ ).

Penelitian ini dapat disimpulkan bahwa model permainan *outbound* model permainan Bakiak lebih efektif dalam meningkatkan kerjasama dibandingkan dengan permainan lainnya. Permainan bakiak memiliki nilai yang lebih tinggi dibandingkan jenis permainan lainnya.

**Kata Kunci :** *outbound*, kerjasama, permainan.

**MODEL PERMAINAN *OUTBOUND* UNTUK MENINGKATKAN  
*TEAMWORK* ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS  
DIKELAS TINGGI DI SD LUAR BIASA  
PKK PROVINSI LAMPUNG**

Oleh

**Agung Yudha Catur Rizal**

**Skripsi**

**Sebagai Salah Satu Syarat untuk Mencapai Gelar  
SARJANA PENDIDIKAN**

Pada

**Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi  
Jurusan Ilmu Pendidikan  
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung**



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS LAMPUNG  
BANDAR LAMPUNG  
2017**

Judul Skripsi : **MODEL PERMAINAN OUTBOND UNTUK  
MENINGKATKAN KERJASAMA ANAK  
BERKEBUTUHAN KHUSUS DI KELAS TINGGI DI SD  
LUAR BIASA PKK PROVINSI LAMPUNG**

Nama Mahasiswa : **Agung Yudha Catur Rizal**

No. Pokok Mahasiswa : 1313051003

Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan



  
**Drs. Herman Tarigan, M.Pd.**  
NIP 19601231 198803 1 018

  
**Drs. Ade Jubaedi, M.Pd.**  
NIP 19581210 198712 1 001

2. Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan

  
**Dr. Riswanti Rini, M.Si.**  
NIP 19600328 198603 2 002

**MENGESAHKAN**

1. Tim Penguji

Ketua : **Drs. Herman Tarigan, M.Pd.**

Sekretaris : **Drs. Ade Jubaedi, M.Pd.**

Penguji

Bukan Pembimbing : **Dr. Rahmat Hermawan, M.Kes.**

2. Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan



Tanggal Lulus Ujian Skripsi : **16 Juni 2017**

## SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Agung Yudha Catur Rizal  
NPM : 1313051003  
Tempat Tanggal Lahir : Kotabumi, 02 Mei 1995  
Alamat :Jl. Arjuna RT 001 RW 001 Rejosari,  
Kab. Lampung Utara

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi dengan judul “ **MODEL PERMAINAN *OUTBOUND* UNTUK MENINGKATKAN KERJASAMA ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS DIKELAS TINGGI DI SD LUAR BIASA PKK PROVINSI LAMPUNG**” adalah benar hasil karya penulis berdasarkan penelitian yang dilaksanakan pada tanggal 14 Maret 2017. Skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali disebutkan di dalam daftar pustaka.

Bandar Lampung, Juni 2017



Agung Yudha Catur Rizal  
1313051003

## RIWAYAT HIDUP



Penulis bernama Agung Yudha Catur Rizal dilahirkan di Kotabumi Kabupaten Lampung Utara Provinsi Lampung pada tanggal 02 Mei 1995. Penulis adalah anak keempat dari lima bersaudara, buah hati pasangan Bapak Aidil Fitri dan Ibu Dewi Sahara.

Penulis menyelesaikan pendidikan di Sekolah Dasar (SD) Negeri 3 Rejosari pada tahun 2007, kemudian Sekolah Menengah Pertama (SMP) N 4 Kotabumi pada tahun 2010, dan Sekolah Menengah Atas (SMA) Kemala Bhayangkari Kotabumi pada tahun 2013.

Pada tahun 2013, Penulis diterima sebagai mahasiswa Universitas Lampung Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan (FKIP) Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi melalui jalur Tes. Penulis aktif di UKM F KSS sebagai anggota musik dan pernah ikut di ajang nasional Festamasio 2015 UPI Bandung, Pada bulan September 2016 Menjadi panitia liga mahasiswa piala Kemenpora, dan sekarang penulis resmi menjadi ketua ikatan mahasiswa olahraga komisariat lampung Demikian riwayat hidup penulis sampaikan dan mudah-mudahan penulis dapat menjadi orang yang berguna bagi agama, keluarga, masyarakat, bangsa dan Negara Kesatuan Republik Indonesia.

## MOTTO

*“Dengan ilmu hidup bermanfaat dengan iman hidup terarah dengan seni hidup lebih indah ”*

*(Agung Yudha Catur Rizal)*

*“Kemenangan yang paling indah adalah bisa menaklukkan hati sendiri”*

*(La Fontaine)*

*“Nikmat mana lagi yang kau dustai”*

*(QS. Arrahman : 55)*



## **PERSEMBAHAN**

Dengan Mengucapkan Bismillahirrahmanirrahim

Ku persembahkan karya ku ini Kepada :

Ayahanda Aidil Fitri dan Ibunda Dewi Sahara tercinta yang telah memberikan kasih sayangnya hingga saat ini dan semoga hingga akhir kelak dan dukungan serta do'a yang kau lantun kan dalam setiap sujud mu demi keberhasilan ku.

Terimakasih atas semua cinta, jerih payah dan pengorbananmu dari setiap tetes kerja keras keringatmu yang telah kau berikan kepadaku. Semoga apa yang telah kau berikan itu membawa manfaat pahala didunia dan akhirat.

Kakak tercinta Erica Tectonika, Benni Safitra, Trias Ivantri Putra yang menjadi inspirasi dan semangat,serta dukungannya. Adik tercinta Hafifah Permata Azzahra yang menjadi motivasi dan semangat.

## SANWACANA

Assalamualaikum. Wr. Wb

Alhamdulillah puji syukur ke hadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayahNya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Shalawat serta salam kepada Rasulullah SAW, yang selalu dinantikan syafa'atnya di Yaumul akhir nanti.

Skripsi dengan judul ***“MODEL PERMAINAN OUTBOUND UNTUK MENINGKATKAN TEAMWOK PADAANAK BEKEBUTUHAN KHUSUS DIKEAS TINGGI SEKOLAH LUAR BIASA PKK PROVINSI LAMPUNG TAHUN 2016/2017*** adalah salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan di Universitas Lampung.

Dalam Penulisan skripsi ini Penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Bapak Dr. Hi. Muhammad Fuad, M.Hum sebagai Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung.
2. Ibu Dr. Riswanti Rini, M.Si sebagai Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung.
3. Bapak Drs. Herman Tarigan, M.Pd sebagai dosen Pembimbing Pertama atas motivasinya yang tinggi, seorang konseptor yang baik dan sosok bapak yang sabar dalam menyelesaikan skripsi ini.
4. Bapak Drs. Ade Jubaedi, M.Pd sebagai dosen Pembimbing Kedua atas kesediaanya untuk memberikan bimbingan dalam penulisan, saran dan semangat dalam menyelesaikan skripsi ini.
5. Bapak Dr. Rahmat Hermawan, M.Kes sebagai dosen Pembahas atas kesediaanya untuk memberikan bimbingan dan pembahasan , kesabaran,

waktu, saran dan kritik yang membangun kepada penulis dalam proses penyelesaian skripsi ini .

6. Kepala SLB PKK Provinsi Lampung yang telah memberikan izin untuk melaksanakan penelitian.
7. Sahabat-sahabat Randa, Isnawan, Dhanar, Apreza, Bima, Heru, Felinda, Rena, Fikri, Angga, Arief, Diki, Dodi, Maya, Meysha, Fana serta teman-teman angkatan 2013 serta senior penjas 1998-2012 dan junior penjas 2014-2016 yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu terima kasih atas segala kasih sayang dan perhatian
8. Keluarga besar UKM F KSS, UKM JUDO, IMORI LAMPUNG.
9. Bapak dan Ibu Dosen serta staff tata usaha Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Jurusan Ilmu Pendidikan, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Lampung, terimakasih atas Ilmu yang telah diberikan kepada penulis.

Akhir Kata, Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, akan tetapi sedikit harapan semoga skripsi yang sederhana ini dapat berguna dan bermanfaat bagi kita semua, amin...

Wassalamualaikum, Wr. Wb.

Bandar Lampung, 22 Mei 2017

Penyusun

Agung Yudha Catur Rizal

NPM. 1313051003

# DAFTAR ISI

	<b>Halaman</b>
<b>DAFTAR TABEL.....</b>	<b>xiv</b>
<b>DAPTAR GAMBAR.....</b>	<b>xv</b>
<b>DAPTAR LAMPIRAN.....</b>	<b>xvi</b>
<b>BAB I      PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang .....	1
B. Identifikasi Masalah .....	3
C. Pembatasan Masalah .....	4
D. Rumusan Masalah .....	4
E. Tujuan Penelitian .....	5
F. Manfaat Penelitian .....	6
G. Ruang Lingkup Penelitian.....	7
H. Penjelasan judul .....	7
<b>BAB II     TINJAUAN PUSTAKA.....</b>	<b>9</b>
A. Pengertian Pendidikan Jasmani.....	9
B. Hakikat Pendidikan Jasmani .....	10
C. Gerak Multilateral .....	12
D. Belajar dan Pembelajaran .....	13
1. Pengertian Belajar dan Pembelajaran.....	13
2. Prinsip-prinsip Belajar dan Pembelajaran.....	14
3. Belajar Motorik .....	16
4. Tahap Belajar gerak .....	17
5. Stimulus .....	18
6. Tujuan Belajar dan Pembelajaran .....	20
D. <i>Experiential Learning</i> .....	21
1. Pengertian <i>Experiential Learning</i> .....	21
2. Teori <i>Experiential Learning</i> .....	23
E. Outward Bound .....	24
1. Pengertian Outward Bound.....	24
2. Sejarah Outward Bound.....	24
3. Metode Pembelajaran Outward Bound.....	26
4. Prinsip - prinsip Outward Bound .....	26
5. Jenis – jenis Outward Bound .....	29
F. Petualangan dan Pendidikan .....	32

	G. Teamwork .....	33
	H. Kerangka Berpikir.....	34
	I. Hakikat Pendidikan Jassmani Adaktif.....	37
	L. Hipotesis .....	43
<b>BAB III</b>	<b>METODOLOGI PENELITIAN.....</b>	<b>46</b>
	A. Metode Penelitian .....	46
	B. Deseign Penelitian .....	46
	C. Populasi dan Sampel .....	47
	D. Variabel Penelitian .....	48
	E. Definisi Variabel .....	49
	F. Teknik Pengumpulan Data .....	50
	G. Instrumen Penelitian .....	51
	H. Surat keterangan Kelayakan Istrumen .....	52
	I. Teknik Analisis Data .....	53
<b>BAB IV</b>	<b>HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>55</b>
	A. Hasil Penelitian .....	55
	1. Deskripsi data .....	55
	a. Deskripsi data tes awal teamwork siswa .....	55
	b. Deskripsi data tes akhir teamwork siswa .....	56
	c. Hasil tes awal dan tes akhir permainan bakiak.....	57
	d. Hasil tes awal dan tes akhir permainan bola dunia.	58
	e. Hasil tes awal dan tes akhir permainan hulahup.....	59
	f. Hasil tes awal dan tes akhir permainan air mengalir.	60
	2. Hasil analisis data statistika .....	61
	3. Uji Efektivitas .....	62
	4. Pengujian Hipotesis .....	62
	B. Pembahasan .....	64
<b>BAB V</b>	<b>KESIMPULAN DAN SARAN</b>	
	A. Kesimpulan .....	69
	B. Saran .....	70
	<b>KESIMPULAN .....</b>	<b>71</b>
	<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>73</b>

## DAFTAR TABEL

	<b>Halaman</b>
1. Gerak multilateral .....	13
2. Belajar <i>Experiential Learning</i> .....	23
3. Desain Eksperimen Subyek Tunggal .....	47
4. Jumlah Populasi SDN Luar PKK Bandar Lampung .....	48
5. Data Hasil Tes Awal Kemampuan Teamwork Siswa.....	55
6. Data Hasil Tes Akhir Kemampuan Teamwork Siswa .....	56
7. Persentase Hasil Tes Awal dan Tes Akhir Kemampuan <i>Teamwork</i> pada permainan bakiak .....	56
8. Hasil Tes Awal dan Tes Akhir Kemampuan <i>Teamwork</i> Pada permainan bola dunia .....	57
9. Hasil Tes Awal dan Tes Akhir Kemampuan <i>Teamwork</i> Pada Permainan hulahup .....	58
10. Hasil Tes Awal dan Tes Akhir Kemampuan <i>Teamwork</i> Pada permainan air mengalir .....	69
11. Hasil Uji <i>t-test</i> .....	61
12. Uji Efektivitas .....	62

## DAFTAR GAMBAR

	<b>Halaman</b>
1. Gambar Stimulus Respon .....	18
2. <i>Experiential Learning</i> .....	22
3. Konsep <i>Pendidikan Rekreasi</i> . .....	33
4. Bagan kerangka pikir Efektivitas.....	35
5. Alat Permainan Bakiak .....	35
6. Alat permainan Estafet Hulahup .....	36
7. Alat permainan Bola Dunia .....	36
8. Alat permainan Air Mengalir .....	36
9. jenis kelemahan dan jumlah sampel	
10. Hasil Tes Awal dan Tes Akhir Kemampuan <i>Teamwork</i> Pada Permainan Bakiak .....	57
11. Tes Awal dan Tes Akhir Kemampuan <i>Teamwork</i> Pada Permainan Bola Dunia .....	58
12. Tes Awal dan Tes Akhir Kemampuan <i>Teamwork</i> Pada Permainan estafet hulahup .....	59
13. Tes Awal dan Tes Akhir Kemampuan <i>Teamwork</i> Pada Permainan Air mengalir .....	60

## DAFTAR LAMPIRAN

	<b>Halaman</b>
1. Instrument Penelitian .....	74
2. Program Latihan .....	79
3. Deskripsi Data Tes Awal .....	83
4. Deskripsi Data Tes Awal .....	84
5. Uji t Permainan Bakiak .....	85
6. Uji t Permainan Estafet Hulahup .....	86
7. Uji t Bola Dunia .....	87
8. Uji t Air Mengalir .....	88
9. Hasil Uji <i>t-test</i> . .....	89
10. Penghitungan tingkat efektivitas .....	90
11. Foto penelitian .....	91
12. Surat-Surat .....	96



## **I. PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Berdasarkan Undang-Undang Nomor 2 tahun 1989 tentang Sistem Pendidikan Nasional tahun 2003 bab III ayat 5 dinyatakan setiap warganegara mempunyai kesempatan yang sama memperoleh pendidikan. Hal ini menunjukkan bahwa anak berkelainan (Anak Berkebutuhan Khusus) berhak pula memperoleh kesempatan yang sama dengan anak lainnya (anak normal) dalam pendidikan. Hal ini sejalan dengan pendapat dari UNESCO pada tahun 1990 di Bangkok . Dia mencoba meningkatkan dan memperluas jaringan pemberdayaan pendidikan terutama mengarah pada penyeteraan di bidang pendidikan tidak dibeda bedakan yaitu konsep pendidikan untuk semua (Education For All).

Untuk mengemban fungsi tersebut pemerintah menyelenggarakan suatu sistem pendidikan nasional sebagaimana tercantum dalam Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional. Selain pemenuhan kegiatan pembelajaran akademik pemerintah juga memberikan pemenuhan pembelajaran olahraga, hal ini dijelaskan pada U.U RI NO. 3 tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional (SKN) setiap warga negara mempunyai hak yang sama untuk melakukan kegiatan olahraga,

memperoleh pelayanan dalam kegiatan olahraga, memilih dan mengikuti jenis dan cabang olahraga yang sesuai bakat dan minatnya, memperoleh pengarahan dari siapa pun dan dukungan, bimbingan, pembinaan dan pengembangan dalam keolahragaan, dan menjadi pelaku olahraga.

Berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk mengembangkan potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab. Sangatlah penting untuk disadari bahwa keragaman di antara manusia adalah normal dan demikian juga berbagai kategori orang dalam kecacatan berbeda. Seorang guru bisa saja mempunyai dua murid tunanetra yang membutuhkan pendekatan pembelajaran yang sangat berbeda karena keragaman itu normal baik diantara orang-orang yang tanpa dan yang memiliki kecacatan.

Selain mendapat pendidikan akademik di sekolah anak berkebutuhan khusus juga mendapatkan pendidikan jasmani yang bertujuan untuk membentuk, kekuatan, kelentukan, kerjasama, pembentukan sikap tubuh yang baik, dan kesehatan, agar anak tersebut mendapat kepercayaan diri dan mental yang Bagus walaupun kondisi badan yang kurang sempurna agar selayaknya seperti anak-anak normal lainnya. Pembelajaran pendidikan jasmani untuk anak berkebutuhan khusus di antaranya adalah *teamwork* yang bertujuan untuk membentuk mental, kerjasama, percaya diri dan sikap solidaritas antara anak

satu dengan yang lainnya dan bisa saling menghargai sesama anak mampu menjalin kerjasama antar anak (ABK).

Dari permasalahan di atas peneliti ingin kajian lebih luas tentang bagaimana peranan jasmani khususnya dalam pembelajaran bermain siswa yang memiliki keterbatasan (ABK) sama dengan anak yang normal mencoba untuk menggunakan metode *teamwork* yang bertujuan untuk pembentukan kerjasama dengan menggunakan 4 permainan yaitu bakiak, estafet hulahup, bola menggelinding, dan permainan air mengalir. Maka berdasarkan uraian latar belakang di atas maka peneliti merasa tertarik untuk melakukan studi di sekolah SLB PKK Provinsi Lampung dengan pendekatan permainan outbound untuk meningkatkan teamwork.

## **B. Identifikasi Masalah**

Dari latar belakang yang telah diuraikan di atas, maka dapat diidentifikasi beberapa masalah sebagai berikut, antara lain:

1. Pada umumnya anak-anak berkebutuhan khusus memiliki keinginan yang sama dengan orang normal terutama untuk kesempatan bermain.
2. Ternyata anak berkebutuhan khusus tidak tergantung pada pertolongan orang lain.
3. Ternyata anak berkebutuhan khusus memiliki hak yang sama sesuai dengan undang-undang pasal 31 ayat 1.
4. Pengembangan kerjasama masih kurang diperhatikan dalam program SDLB.

### C. Pembatasan Masalah

Untuk menghindari kebiasaan dalam penelitian ini, peneliti membatasi ruang lingkup permasalahan yang akan dikaji. Masalah dalam penelitian ini hanya terbatas pada:

1. Penilaian kerjasama tim siswa diukur melalui perlakuan *OutBound*.
2. Pengukuran efektivitas *OutBound* diperoleh melalui tingkat signifikansi peningkatan kerjasama siswa Sekolah Dasar Luar Biasa yang didapatkan dari perlakuan *OutBound Activities*.
3. Pengukuran efisiensi *OutBound Activities* diperoleh melalui rasio peningkatan sikap kerjasama siswa Sekolah Dasar dengan jumlah dana yang harus dikeluarkan untuk mencapai peningkatan yang diharapkan.

### D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah di atas, maka dapat dirumuskan beberapa permasalahan dalam penelitian ini, yaitu antara lain:

1. Seberapa besar nilai peningkatan *teamwork* setelah diberikan perlakuan permainan bakiak pada anak berkebutuhan khusus di SD Negeri Luar Biasa PKK Provinsi Lampung?
2. Seberapa besar nilai peningkatan *teamwork* setelah diberikan perlakuan permainan estafet hulahup anak berkebutuhan khusus di SD Negeri Luar Biasa PKK Provinsi Lampung?

3. Seberapa besar nilai peningkatan *teamwork* setelah diberikan perlakuan permainan bola dunia efektif anak berkebutuhan khusus di SD Negeri Luar Biasa PKK Provinsi Lampung?
4. Seberapa besar nilai peningkatan *teamwork* setelah diberikan perlakuan permainan air mengalir anak berkebutuhan khusus di SD Negeri Luar Biasa PKK Provinsi Lampung?

#### **E. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah yang telah dipaparkan sebelumnya, maka peneliti memiliki beberapa tujuan sebagai berikut, antara lain:

1. Untuk mengetahui seberapa besar nilai peningkatan permainan bakiak dalam meningkatkan kemampuan *teamwork* siswa anak berkebutuhan khusus.
2. Untuk mengetahui seberapa besar nilai peningkatan permainan estafet hulahup dalam meningkatkan kemampuan *teamwork* siswa anak berkebutuhan khusus.
3. Untuk mengetahui seberapa besar nilai peningkatan permainan bola dunia dalam meningkatkan kemampuan *teamwork* siswa anak berkebutuhan khusus.
4. Untuk mengetahui seberapa besar nilai peningkatan permainan air mengalir dalam meningkatkan kemampuan *teamwork* siswa anak berkebutuhan khusus.

## F. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi pihak-pihak di bawah ini, antara lain:

### 1. Bagi sekolah Dasar Luar Biasa

Sebagai bahan pertimbangan dalam meningkatkan perkembangan kemampuan siswa, khususnya pada peningkatan *teamwork* siswa SD Luar Biasa Provinsi Lampung.

### 2. Bagi Guru

Penyelenggara Sekolah Dasar sebagai bahan pembelajaran dan pertimbangan dalam peningkatan kerjasama siswa khusus (cacat) melalui kegiatan olahraga (*OutBound*) di luar bidang Iptek sesuai dengan kurikulum yang berlaku saat ini.

### 3. Bagi Prodi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan.

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi gambaran mengajar penjaskes di tingkat SD Luar Biasa khususnya materi pembelajaran yang berkaitan dengan *outbound*.

## G. Ruang Lingkup Penelitian

Adapun ruang lingkup penelitian ini adalah:

1. Subjek penelitian yang diamati adalah siswa anak berkebutuhan khusus kelas tinggi di Sekolah Dasar Luar Biasa PKK Provinsi Lampung.
2. Objek penelitian yang diamati model permainan *outbound*.
3. Tempat atau lokasi SD LB PKK Povinsi Lampung.

## H. Penjelasan Judul

1. Pengertian Efektivitas menurut Abdurahmat (2003 : 92) adalah daya pesan untuk memengaruhi atau tingkat kemampuan pesan-pesan untuk mempengaruhi, bisa juga diartikan sebagai pengukuran akan tercapainya tujuan yang telah direncanakan sebelumnya secara matang.
2. Pengertian *OutBound* adalah suatu media pendidikan di alam terbuka yang diawali dari sebuah kekurangan kemudian mengubah kekurangan itu menjadi sebuah kelebihan. Hal ini sejalan dengan apa yang dikatakan oleh pendiri *Outward Bound Activities* Internasional, Kurt Hahn (dalam buku A. Esnoe Sanoesi 2010).
3. Pengertian *Teamwork* menurut A. Esnoe Sanoesi (dalam buku Low Impact Game, Kanisius 2010) adalah gotong royong, kerjasama.
4. Pengertian Penyandang cacat mental menurut Beltasar T, (2000) dalam Herman Tarigan Penjas Adaptif. Adalah setiap orang yang mempunyai kelainan fisik dan kelemahan mental, yang dapat mengganggu atau

merupakan rintangan dan hambatan baginya untuk melakukan secara seleyaknya, yang terdiri dari :

- a. penyandang cacat fisik.
- b. penyandang cacat mental, serta
- c. penyandang cacat fisik dan mental.



## **II. TINJAUAN PUSTAKA**

### **A. Pengertian Pendidikan Jasmani**

Pendidikan jasmani adalah suatu proses pendidikan seseorang sebagai perorangan atau anggota masyarakat yang dilakukan secara sadar dan sistematis melalui berbagai kegiatan jasmani untuk memperoleh pertumbuhan jasmani, kesehatan dan kesegaran jasmani, kemampuan dan keterampilan, kecerdasan dan perkembangan (Depdiknas, 2003). Lebih lanjut Depdiknas (2003) menjelaskan bahwa pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari sistem pendidikan secara keseluruhan, bertujuan mengembangkan aspek kesehatan, kebugaran jasmani, keterampilan berpikir kritis, stabilitas emosional, keterampilan sosial, penalaran tindakan moral.

Pada kenyataannya, pendidikan jasmani adalah suatu bidang kajian yang sungguh luas. Titik perhatiannya adalah peningkatan gerak manusia. Lebih khusus lagi, penjas berkaitan dengan hubungan antara gerak manusia dan wilayah pendidikan lainnya, hubungan dari perkembangan tubuh-fisik dengan pikiran dan jiwanya. Fokusnya pada pengaruh perkembangan fisik terhadap wilayah yang menjadikan pertumbuhan dan perkembangan aspek lain dari Manusia itulah yang menjadikannya unik. Tidak ada bidang yang lainnya seperti pendidikan jasmani yang berkepentingan dengan perkembangan.

Namun esensinya sama, yang jika disimpulkan bermakna jelas, bahwa memanfaatkan alat fisik untuk mengembangkan keutuhan manusia. Dalam kaitan ini diartikan bahwa melalui fisik, aspek mental dan emosional pun turut dikembangkan, Berbeda dengan bidang lain, misalnya pendidikan moral, yang penekanannya benar-benar perkembangan moral, tetapi aspek fisik tidak turut dikembangkan, baik langsung maupun secara tidak langsung.

Karena dari pendidikan jasmani tidak hanya terbatas pada penyempurnaan fisik atau tubuh semata, penjas tidak hanya pengertian tradisional dari aktivitas fisik itulah yang membuat pendidikan jasmani sangat penting.

Kita harus melihat istilah pendidikan jasmani pada bidang yang lebih luas dan lebih abstrak, sebagai satu proses pembentukan kualitas pikiran dan juga tubuh. Oleh karena itu pendidikan jasmani ini harus menyebabkan perbaikan dalam “pikiran dan tubuh” yang mempengaruhi seluruh aspek kehidupan harian seseorang. Pendekatan holistik tubuh-jiwa ini termasuk pula penekanan pada ketiga domain kependidikan: psikomotor, kognitif, dan afektif. Dengan meminjam ungkapan (Robert Gensemer), penjas diistilahkan proses menciptakan “tubuh yang baik bagi tempat pikiran atau jiwa. Artinya, Dalam tubuh yang baik ‘diharapkan’ pula terdapat jiwa yang sehat, sejalan dengan pepatah Romawi Kuno : *Men sana in corporesano*.

## **B. Hakikat Pendidikan Jasmani**

Pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan, melalui aktifitas jasmani, olahraga dan kesehatan terpilih yang direncanakan secara sistematis dalam rangka

mencapai tujuan pendidikan nasional. penjasorkes merupakan istilah yang terdapat didalam kurikulum 2006 yaitu kurikulum tingkat satuan pendidikan (KTSP), istilah ini pada tahun 1983 oleh Majelis Permusyawaratan Rakyat (MPR) dinamakan pendidikan jasmani dan olahraga. Kemudian pada tahun 1987 berdasarkan surat keputusan menteri pendidikan dan kebudayaan (mendikbud) istilah pendidikan olahraga dan kesehatan diubah menjadi pendidikan jasmani. Pendidikan jasmani adalah proses pendidikan via aktifitas jasmani, permainan dan atau olahraga. Sedangkan pengertian Pendidikan Jasmani, dan Kesehatan dan Kurikulum SD 1986 dalam Subagiyo (2007: 1. 19).

Pendidikan jasmani merupakan usaha untuk mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan anak ke arah kehidupan yang sehat jasmani dan rohani, usaha tersebut berupa kegiatan jasmani atau fisik yang diprogram secara ilmiah, terarah, dan sistematis, yang disusun oleh lembaga pendidikan yang berkompenten. Sebenarnya peran pendidikan jasmani dapat dilakukan dimana saja, tidak terbatas pada tempat-tempat tertentu yang mempunyai fasilitas memadai, sedang kan yang memberikan pendidikan jasmani pun tidak terbatas pada guru-guru olahraga atau pelatih olahraga saja, tetapi siapa saja dapat ikut berperan serta memberikan pendidikan jasmani, misal nya, orang tua, teman, perkumpulan pemuda, kelompok masyarakat.

Berdasarkan berbagai pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa pendidikan jasmani dalam penelitian ini adalah suatu proses pembelajaran yang melalui aktifitas jasmani yang dilakukan secara sistematik untuk meningkatkan kebugaran jasmani, keterampilan gerak, pengetahuan kesehatan, perilaku

hidup sehat dan kecerdasan emosi. proses pembelajaran pendidikan jasmani yang efektif dalam meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan seluruh ranah, jasmani, kognitif, dan efektif setiap siswa.

### C. Gerak Multilateral

Gerak multilateral merupakan pengembangan anak melalui berbagai kegiatan jasmani menyeluruh yang meliputi berbagai gerak dasar, umum dan dasar gerak olahraga. Melalui gerak multilateral diharapkan anak lebih bisa mendapatkan pondasi gerak yang lebar (broad base) sehingga memungkinkan anak untuk memiliki ketrampilan bergerak secara menyeluruh dan yang terpenting yang pada gilirannya akan menjadi dasar untuk menentukan arah potensi selanjutnya dalam olahraga.

**Tabel.**  
**Gerakan Multilateral Menurut Usia 0-14 Tahun**

<b>Fase Perkembangan</b>	<b>Tahap</b>	<b>Usia</b>	<b>Ciri perkembangan</b>
Anak-anak	Baru lahir Bayi Merangkak Lari	0-30 hari 1-8 bulan 9-12 bulan 1-2 tahun	Perkembangan organ yang cepat
Prasekolah	Kecil Sedang Besars	3-4 tahun 4-5 tahun 5-6 tahun	Terjadinya perubahan yang kompleks dan penting Beberapa organ menjadi lebih efisien
Usia sekolah	Prapuber	6-14 tahun	1. Perkembangan kognitif anak masih berada pada masa yang cepat. Dari segi kemampuan, secara kognitif anak sudah mampu berpikir bagian per bagian. 2. Perkembangan sosial, anak mulai melepaskan diri dari otoritas orang tuanya. Hal ini ditunjukkan dengan kecenderungan anak untuk selalu bermain di luar rumah dan bergaul dengan

			teman sebayanya. 3. Anak mulai menyukai permainan sosial. 4. Perkembangan emosi anak sudah mulai terbentuk dan tampak sebagian dari kepribadian anak.
--	--	--	---

pembelajaran multilateral berarti pembelajaran yang mencakup aspek jasmani, intelektual dan mental. Sifat dari pembelajaran pendidikan jasmani di SD adalah multilateral sedangkan sifat olahraga prestasi adalah spesifik. Menurut Rusli Lutan (1997: 26) aktivitas pendidikan jasmani di SD memberikan dampak yang positif bagi pertumbuhan dan perkembangan anak termasuk perkembangan mental, emosional, sikap, spritual, serta keterampilan fisik (multilateral skill). Berdasarkan pendapat pendidikan multilateral dalam pembelajaran pendidikan jasmani adalah aktivitas fisik yang diberikan kepada anak didik dengan tujuan agar tumbuh dan berkembang secara bugar serta menguasai berbagai macam gerak dasar menunjang sebagai bekal untuk berprestasi Menurut Rusli Lutan (1997: 14).

#### **D. Belajar dan Pembelajaran**

##### **1. Pengertian Belajar dan Pembelajaran**

Pendidikan di Indonesia baik di sekolah maupun di luar sekolah selalu mengarah kepada tujuan nasional, seperti yang tercantum dalam UU No. 20/2003, tentang sistem pendidikan nasional yang berbunyi : "Pendidikan nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang

Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab ".

Tujuan pendidikan nasional yang tercantum di atas dapat terwujud apabila tersedianya suatu perlakuan demi mendukung terwujudnya tujuan yang ingin dicapai. Khususnya pada upaya pembinaan peserta didik melalui pendidikan jasmani sebagai bagian integral dari sistem pendidikan secara keseluruhan yang bertujuan untuk mengembangkan aspek kesehatan, kebugaran jasmani, keterampilan berfikir kritis, stabilitas, emosional, keterampilan sosial, penalaran dan tindakan moral melalui kegiatan jasmani. belajar adalah suatu proses perubahan tingkah laku individu melalui interaksi dengan lingkungan. Dimana tingkah laku dalam arti luas ditimbulkan atau diubah melalui praktek atau latihan Menurut Burton (2002).

## **2. Prinsip-prinsip Belajar dan Pembelajaran.**

Banyak teori dan prinsip-prinsip yang dikemukakan oleh para ahli yang satu dengan para ahli yang lainnya yang memiliki persamaan dan perbedaan mempelajari teori dan prinsip-prinsip belajar yang dapat membimbing aktifitas seorang guru dalam merencanakan dan melaksanakan kegiatan belajar mengajar kelihatannya baik tetapi nyatanya tidak berhasil meningkatkan Menurut Mudjiono (1999) membagi Prinsip-prinsip belajar dalam 6 kategori, antara lain :

a. Perhatian dan motivasi.

Perhatian mempunyai peranan yang sangat penting dalam kegiatan belajar. Dari teori belajar pengolahan informasi terungkap bahwa tanpa adanya perhatian tidak mungkin terjadi belajar. Sedangkan motivasi mempunyai peranan penting dalam kegiatan belajar. Keaktifan belajar tidak bisa dipaksakan oleh orang lain dan tidak juga dilimpahkan oleh orang lain. Belajar hanya mungkin terjadi apabila anak aktif mengalami sendiri.

b. Keterlibatan langsung atau berpengalaman.

Dalam belajar melalui pengalaman langsung siswa sekedar mengamati tetapi secara langsung dalam perbuatan dan bertanggung jawab terhadap hasil belajarnya secara langsung.

c. Pengulangan.

Di dalam prinsip belajar pengulangan memiliki peranan yang penting, karena mata pelajaran yang kita dapat perlu diadakan pengulangan-pengulangan agar terjadi kesempurnaan dalam belajar. Oleh karena itu prinsip pengulangan masih relevan sebagai dasar pembelajaran dan dalam belajar masih tetap diperlukan latihan-latihan atau pengulangan-pengulangan.

d. Tantangan.

Dalam situasi belajar siswa menghadapi suatu tujuan yang ingin dicapai tetapi selalu terdapat hambatan dengan mempelajari bahan ajar, maka timbullah motif untuk mengatasi hambatan itu. Agar anak timbul motif

yang kuat untuk mengatasi hambatan dengan baik, maka bahan belajar harus memiliki tantangan.

e. **Balikan atau penguatan.**

Prinsip belajar yang berkaitan dengan balikan dan penguatan terutama ditekankan pada stimulus (rangsangan) dan respon (reaksi).

f. **Perbedaan individu.**

Perbedaan individu ini pengaruh pada cara dan hasil belajar siswa, karena perbedaan individu diperhatikan oleh guru dalam pembelajaran di sekolah.

### **3. Belajar Motorik.**

Pendidikan Jasmani di seluruh dunia saat ini adalah salah satu dari bidang kurikulum yang berkembang dengan sangat pesat dalam jenjang pendidikan dasar hingga perguruan tinggi. Kebutuhan untuk melengkapi anak-anak dengan pengalaman belajar dalam pendidikan jasmani telah diakui secara universal dan telah mengalami perubahan secara meyakinkan dalam isi dan strategi mengajarnya. Belajar adalah suatu proses perubahan tingkah laku yang potensial terhadap situasi tertentu yang diperoleh dari pengalaman yang dilakukan secara berulang-ulang. Hilgard, (1998). Perubahan-perubahan perilaku yang potensial yang tercermin sebagai akibat dari latihan dan pengalaman masa lalu terhadap situasi tugas tertentu. Belajar menurut pendapat para ahli lain adalah perubahan tingkah laku atau perubahan kecakapan yang mampu bertahan dalam waktu tertentu dan bukan berasal pertumbuhan. Berdasarkan beberapa pengertian



tersebut dapat diartikan sebagai proses perubahan tingkah laku yang relatif permanen sebagai akibat latihan atau pengalaman. Perubahan tingkah laku sebagai hasil belajar memiliki pengertian keterampilan fisik, verbal, intelektual, maupun sikap.

Perubahan tingkah laku sebagai hasil belajar dapat dikelompokkan ke dalam 3 ranah, yaitu: a. kognitif, b. afektif, c. psikomotor. Dari ketiga kesadaran gerak dasar tersebut dicapai melalui pendidikan.

#### **4. Tahap Belajar Gerak**

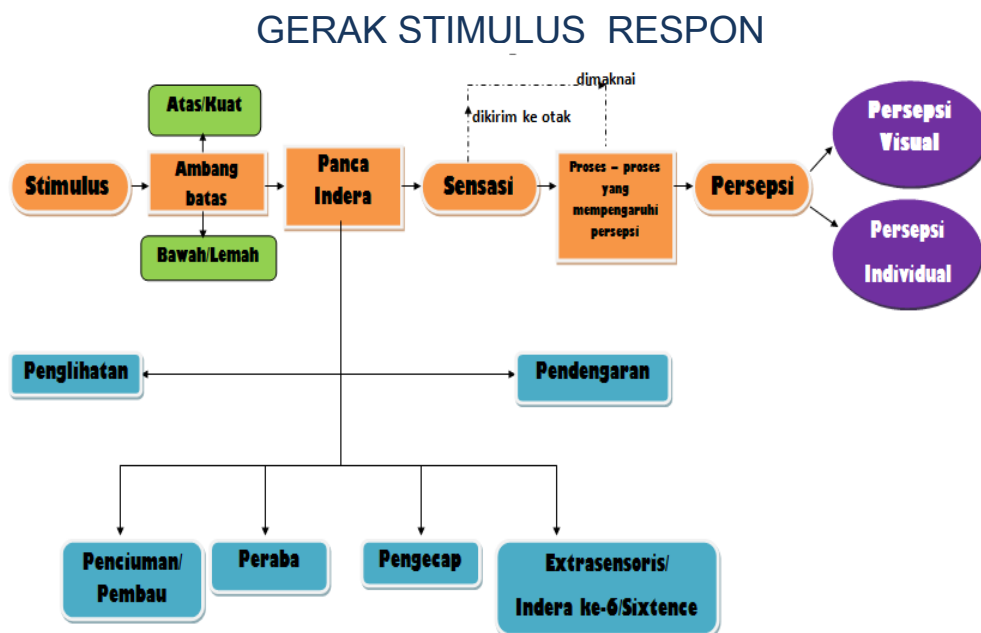
Kata gerak banyak digunakan diberbagai disiplin ilmu pengetahuan misalnya, dalam ilmu- ilmu social dan eksakta. Namun kata gerak diberbagai disiplin ilmu tersebut mempunyai pengertian yang berbeda, misalnya adalah gerak dalam kalimat. Dalam ilmu fisika, gerak diartikan sebagai suatu proses perpindahan suatu benda dari suatu posisi keposisi lain yang dapat diamati secara objektif dalam suatu dimensi ruang dan waktu. Pengertian dapat diamati secara objektif adalah bahwa perpindahan benda tersebut dapat diukur dalam suatu satuan waktu dan ruang. Gerak adalah perubahan tempat posisi dan kecepatan tubuh atau bagian manusia yang terjadi dalam suatu dimensi ruang dan waktu serta dapat diamati secara objektif gerakan biasanya terjadi karna pengaruh faktor eksternal dari luar

## 5. Stimulus

Stimulus-Organism-Respon, ini semua berasal dari psikologi. Objek material dari psikologi dan komunikasi adalah sama yaitu manusia jiwanya meliputi komponen-komponen sikap, opini, perilaku, kognisi, afeksi, konasi. Teori mendasarkan asumsi bahwa penyebab terjadinya perubahan perilaku yang sangat tergantung kepada kualitas rangsang (stimulus) yang berkomunikasi dengan organisme.

Elemen-elemen model adalah (stimulus), komunikasi (organisme), efek (respon).

Model S-O-R dapat digambarkan sebagai berikut:



Gambar 1 Sumber : Effendy, 2003 : 255

Proses diatas menggambarkan perubahan sikap dan bergantung kepada proses yang terjadi pada individu. Stimulus yang diberikan kepada organisme dapat diterima atau dapat ditolak, maka pada proses selanjutnay

terhenti. Ini berarti stimulus tersebut tidak efektif dalam mempengaruhi organisme, maka tidak ada perhatian (attention) dari organisme, jika stimulus diterima oleh organisme berarti adanya komunikasi dan perhatian dari organisme, dalam hal ini stimulus efektif dan ada reaksi. Langkah selanjutnya adalah jika stimulus telah mendapat perhatian dari organisme, kemampuan dari organisme inilah yang dapat melanjutkan proses berikutnya. Pada langkah berikutnya adalah organisme dapat menerima secara baik apa yang telah diolah sehingga dapat terjadi kesediaan dalam mengubah sikap. Dalam perubahan sikap ini dapat dilihat bahwa sikap dapat berubah hanya jika rangsangan yang diberikan melebihi rangsangan semula. Perubahan berarti bahwa stimulus yang diberikan dapat meyakinkan organisme, dan akhirnya secara efektif dapat merubah. beranggapan bahwa perubahan sikap adalah serupa dengan proses belajar. Dalam mempelajari sikap yang baru ada tiga variabel penting yang menunjang interaksi antara siswa dengan pengajar dan sumber belajar dalam suatu lingkungan. Pembelajaran merupakan bentuk bantuan pengajar biar bisa diserap oleh siswa tersebut Hovland (dalam Effendy, 2003: 255)

Segala tindakan untuk mencapai tujuan selalu memerlukan proses. Proses belajar gerak juga berlangsung dalam rangkaian kejadian dari waktu ke waktu. Proses belajar gerak yang bertujuan untuk menguasai Misalnya didalam belajar gerak keolahragaan seseorang berusaha menguasai keterampilan gerak yang sesuai dengan cabang olahraga, dan kemudian

memamfaatkannya agar keterampilan gerak tersebut bisa diterapkan dalam bermain.berikut 3 tahapan atau fase.

Tiga fase belajar gerak menurut Fiits Dan Ponser (1993):

- a. Fase Kognitif adalah Fase kognitif merupakan fase awal dalam belajar gerak keterampilan. Fase awal ini disebut fase kognetif karena perkembangan yang menonjol terjadi pada diri pelajar adalah pelajar menjadi tahu tentang gerakan yang dipelajari, sedangkan penguasaan gerakanya sendiri masih sanagat belum baik karena masih dalam tahap mencoba gerakana.
- b. Fase Asosiatif adalah Fase asosiatif disebut juga fase menengah. Fase ini ditandai dengan tingkat penguasaan gerakan dimana pelajar sudah mampu melakukan geraka-gerakan dalam bentuk rangkaian yang tidak tersendat-sendat pelaksanaannya.
- c. Fase Otonom adalah bisa dikatakan sebagai fase akhir dalam belajar gerak. Fase ini ditandai dengan tingkat penguasaan gerakan dimana pelajar mampu melakukan gerakan keterampilan secara otomatis dan dapat menguasai secara rangkain rangkain dengan begitu otomatis bila telah mencapai fase otonom .

## **6. Tujuan Belajar dan Pembelajaran**

Belajar merupakan bagia suatu proses internal yang kompleks, yang terlibat dalam proses internal tersebut adalah seluruh ranah-ranah kognitif, afektif dan psikomotor. Sehingga proses belajar yang mengaktualisasi (nyata)

ranah-ranah tersebut tertuju pada bahan belajar. Menurut Sardiman (1994 : 27) secara umum tujuan belajar dapat dibagi menjadi tiga bagian, yaitu:

- a. Untuk mendapatkan pengetahuan.
- b. Penanaman konsep dan keterampilan, dan
- c. Pembentukan sikap.

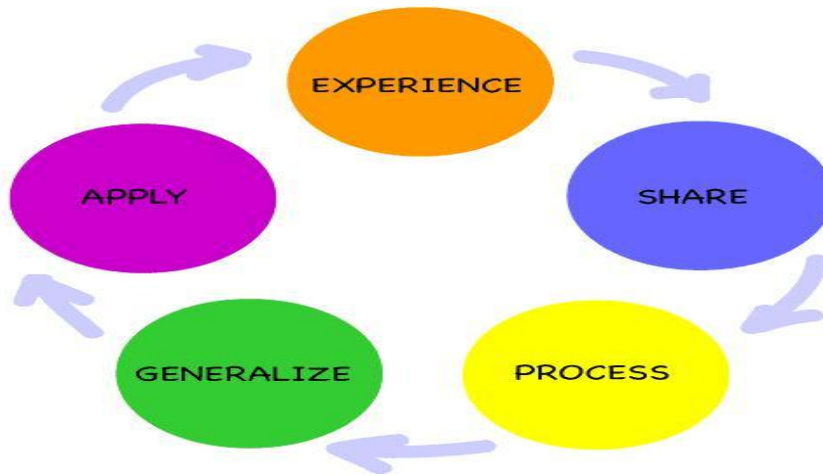
#### **D. *Experiential Learning***

##### **1. Pengertian *Experiential Learning***

*Experiential Learning* adalah suatu model proses belajar mengajar yang mengaktifkan pembelajar untuk membangun pengetahuan dan keterampilan melalui pengalamannya secara langsung. Dalam hal ini, *Experiential Learning* menggunakan pengalaman sebagai katalisator untuk pembelajar mengembangkan kapasitas dan kemampuannya dalam proses pembelajaran. *Experiential learning* adalah suatu proses dimana siswa mengkonstruksi atau menyusun pengetahuan keterampilan dan nilai dari pengalaman langsung. Adapun prinsip dasar eksperimental learning adalah sebagai berikut: *Experiential learning* adalah suatu proses dimana siswa mengkonstruksi atau menyusun pengetahuan keterampilan dan nilai . Adapun prinsip dasar eksperimental learning adalah sebagai berikut:

Prosedur pembelajaran dalam *experiential learning* terdiri dari 4 tahapan, yaitu; 1. tahapan pengalaman nyata, 2. tahap observasi refleksi, 3. tahap konseptualisasi, dan 4. tahap implementasi. Keempat tahap tersebut kemudian digambarkan dalam bentuk lingkaran sebagai berikut:

## Experiential Learning



Gambar 2

Bagan Experiential Learning Cycle (Baharudin dan Esa, 2007 : 166)

Dalam tahapan di atas, proses belajar dimulai dari pengalaman konkret yang dialami seseorang. Pengalaman tersebut kemudian direfleksikan secara individu. Dalam proses refleksi seseorang akan berusaha memahami apa yang terjadi atau apa yang dialaminya. Refleksi ini menjadi dasar konseptualisasi atau proses pemahaman prinsip-prinsip yang mendasari pengalaman yang dialami serta prakiraan kemungkinan aplikasinya dalam situasi atau konteks yang lain (baru). Proses implementasi merupakan situasi atau konteks yang memungkinkan konsep yang sudah dikuasai.

Kemungkinan belajar melalui pengalaman-pengalaman nyata kemudian direfleksikan dengan mengkaji ulang apa yang telah dilakukannya tersebut. Pengalaman yang telah direfleksikan kemudian diatur kembali sehingga membentuk pengertian-pengertian baru atau konsep-konsep abstrak yang akan menjadi petunjuk bagi terciptanya pengalaman atau perilaku-perilaku baru. Proses pengalaman dan refleksi dikategorikan sebagai proses

penemuan (*finding out*), sedangkan proses konseptualisasi dan implementasi dikategorikan dalam proses penerapan (*taking action*).

## 2. Teori *Experiential Learning*

Menurut *experiential learning*, agar proses belajar mengajar efektif, seorang siswa harus memiliki 4 kemampuan Nasution dalam Baharudin dan Esa, 2007: 167.

<b>Kemampuan</b>	<b>Uraian</b>	<b>Pengutamaan</b>
<i>Concrete Experience</i> (CE)	Siswa melibatkan diri sepenuhnya dalam pengalaman baru	<i>Feeling</i> (perasaan)
<i>Reflection Observation</i> (RO)	Siswa mengobservasi dan merefleksikan atau memikirkan pengalaman dari berbagai segi	<i>Watcing</i> (mengamati)
<i>Abstract Conceptualization</i> (AC)	Siswa menciptakan konsep-konsep yang mengintegrasikan observasinya menjadi teori yang sehat	<i>Thinking</i> (berpikir)
<i>Active Experimentation</i> (AE)	Siswa menggunakan teori untuk memecahkan masalah-masalah dan mengambil keputusan	<i>Doing</i> (berbuat)

Tabel 2. Kemampuan Siswa Dalam Proses Belajar *Experiential Learning* adopsi (Nasution dalam Baharudin dan Esa, 2007:167)

Dari uraian di atas dapat disimpulkan, bahwa model pembelajaran *experiential learning* merupakan model pembelajaran yang memperhatikan atau menitikberatkan pada pengalaman yang akan dialami siswa. Siswa terlibat langsung dalam proses belajar dan siswa mengkonstruksi sendiri pengalaman-pengalaman yang didapat sehingga menjadi suatu pengetahuan. Siswa akan mendapatkan pengalaman-pengalaman yang berbeda dari apa yang mereka telah pelajari, karena perbedaan dan keunikan dari gaya belajar. Dalam tahapan di atas, proses belajar dimulai dari pengalaman konkret yang

dialami seseorang. Pengalaman tersebut kemudian direfleksikan secara individu. Dalam proses refleksi seseorang akan berusaha memahami apa yang terjadi atau apa yang dialaminya. Refleksi ini menjadi dasar konseptualisasi atau proses pemahaman prinsip-prinsip yang mendasari pengalaman yang dialami serta prakiraan kemungkinan aplikasinya dalam situasi atau konteks yang lain (baru). dan pembelajaran seperti apa yang dapat menciptakan proses belajar Proses implementasi merupakan situasi atau konteks yang memungkinkan penerapan konsep yang sudah dikuasai.

### ***E. Outward Bound***

#### **1. Pengertian *Outward Bound***

Aktivitas fisik merupakan sarana yang digunakan dalam memberi kesempatan untuk belajar. Walau demikian *outward bound* tidak mengutamakan keterampilan fisik seseorang di alam terbuka, karena tujuan kegiatan tersebut adalah perbaikan konsep seseorang, pengertian yang lebih baik terhadap diri sendiri dan sesama, keterampilan untuk beradaptasi dengan lingkungan yang berubah, dan pengembangan sikap positif. mencerminkan seseorang yang tidak pernah menyerah, selalu berani mencoba dan mencoba lagi, dan meraih batas maksimal seseorang yang belum pernah disadari sebelumnya. (*Out Bound* Indonesia, 1991).

#### **2. Sejarah *OutwBound***

Dalam ruang lingkup pendidikan jasmani, pembelajaran "*outdoor*" dilaksanakan diluar jam pelajaran dan mengambil tempat diluar lingkungan sekolah. Pembelajaran *outdoor* sudah menjadi program



kegiatan sekolah di negara luar, seperti di Canada, USA, Jerman, Jepang, Hongkong, Malaysia, Singapura, dan program tersebut dinamakan “*Outward Bound Activities*”. *Outward Bound Activities* masuk ke Indonesia tahun 1990, dan dinamakan *Outward Bound Activities* Indonesia, yang memulai latihannya tahun 1991. Pusat *Outward Bound Activities* ini adalah di Jatiluhur, Purwakarta, Jawa Barat. *Outward Bound Activities* adalah suatu pengembangan pribadi yang sangat dibutuhkan oleh negara yang sedang berkembang. Program pelatihan ini merupakan pengalaman berharga yang seharusnya dipergunakan dengan sebaik-baiknya oleh setiap orang yang mendapat kesempatan untuk mengikutinya. Dikatakannya juga bahwa salah satu hal yang penting dan dilakukan pada pelatihan ini adalah kesempatan untuk dekat dengan alam dan lingkungan, sehingga peserta dapat lebih menghargai dan mencintainya menurut Kusumaatmadja (1991).

Kusumaatmadja (1991) mengatakan bahwa *Outward Bound* tidak hanya mendekatkan peserta dengan alam dan lingkungan tetapi juga dengan sesama, terutama rekan-rekan sebayanya. Peserta akan dihadapkan pada keputusan yang akan diambil, tantangan dan resiko yang telah di program secara tepat sehingga menyenangkan untuk dilakukan. Peserta akan belajar dan merasakan bagaimana dekat dengan alam dan lingkungan. Kurt Hand dalam Kusumaatmadja (1991) berpendapat bahwa pada waktu meninggalkan kenyamanan lingkungan rumah, tempat kerja yang sudah dikenal, pendidikan secara lebih mendalam dan merumuskan sistem pendidikan yang hingga saat ini menjadi sangat populer. Untuk tidak

mempertaruhkan diri ketempat yang tidak dikenal peserta akan dianggap ber”*Outward Bound Activites*”. Putnam (1993) menegaskan karakter yang utama dalam kegiatan *outdoor education* adalah sebagai berikut: a) Aktif dalam lingkungan yang berbeda dalam bidang pelajaran. b) Kegiatan luar yang penuh tantangan dan petualangan. c) Pengalaman yang dilengkapi fasilitas alam akan mengembangkan panca indra. d) Meningkatkan kemampuan jasmani dan intelektual.

### 3. Metode Pembelajaran *Outward Bound*

*Outward Bound Activites* merupakan suatu media pendidikan di alam terbuka yang diawali dari sebuah kekurangan kemudian mengubah kekurangan itu menjadi sebuah kelebihan. Dari kurang berani diubah menjadi lebih berani, kurang solid diubah menjadi lebih solid, kurang gigih diubah menjadi lebih gigih. Hal ini sejalan dengan apa yang dikatakan oleh pendiri *Outward Bound* Internasional, Kurt Hahn:” Kekurangan kita merupakan sebuah kesempatan, dengan cara mengubah kekurang beruntungan itu menjadai sebuah tujuan yang baik”.

### 4. Prinsip-Prinsip *Outward Bound*

#### a. *Curriculum* (Kurikulum)

Di susun berdasarkan kebutuhan dan keinginan peserta *outward bound* memiliki kejelasan makna dan arti bagi mereka. Hal terpenting dalam pelatihan *outward bound training* adalah (telah di buktikan oleh para peserta *outbound training*) sebenarnya adalah pemberian instruksi yang efektif di dibandingkan dengan pelajaran itu sendiri.

b. *Student needs* (Kebutuhan peserta)

Para Programmer *outward bound* training sebaiknya mengetahui perbedaan antara kebutuhan yang dirasakan dengan kebutuhan nyata dari peserta *outward bound* training terlebih dahulu sebelum membuat program serta selalu merujuk pada apa yang mereka perlukan, mereka inginkan serta apa yang mereka harapkan terhadap pelatihan outbound training.

c. *Motivation* (Motivasi)

Dalam bukunya yang berjudul “ *toward a theory of instruction* “ , Jerome Bruner mengidentifikasi 4 kebutuhan peserta outbound training yang tak terpisahkan dalam motif hakiki mereka dalam belajar. Yaitu :

1. *Curiosity* (Keingintahuan)

Kecenderungan untuk merasa senang dan tertarik terhadap sesuatu yang belum pasti atau belum jelas.

2. *Competence* (Kecakapan) pengertian akan pencapaian sesuatu pada Awal dan kemampuan dalam menyelesaikan tugas yang bermakna.

3. *Identification* (identifikasi)

Kecenderungan untuk meniru atau mencontoh nilai kehidupan seseorang di sekitarnya dan aspirasi dalam menghargai orang lain.

4. *Reciprocity* (resiprositas)

Kebutuhan akan berbagi dengan orang lain serta bekerjasama dengan orang lain untuk mencapai tujuan bersama.

d. *Methods* (Metode)

Beberapa contoh metode, yang telah di gunakan oleh banyak instruktur *outward bound training* berdasarkan pengalaman mereka dalam menjalani *outward bound training*.

1. Melatih ketrampilan dalam bidang baru.
2. Menggunakan lingkungan alam bebas.
3. Menggunakan bentuk tugas pemecahan masalah yang terarah.
4. Menyediakan kesempatan untuk melayani orang lain.
5. Menyediakan kesempatan untuk bertanggung jawab dalam kepemimpinan.
6. Menyediakan berbagai bentuk pengalaman yang lebih sering mengenai perbedaan yang mencolok di alam atau lingkungannya.
7. Membangkitkan tantangan untuk memperlihatkan keberhasilan sebuah pengalaman.
8. Menyediakan kesempatan untuk berkembang, belajar memberi dan menerima bentuk evaluasi maupun umpan balik.
9. Menyediakan pengalaman dalam pembangunan / bentuk moral positif.
10. Memberikan perhatian dan penekanan terhadap bentuk refleksi.

e. *Option* (Pilihan)

Secara ideal metode mewakili daftar penting yang terpilih secara khusus oleh para instruktur *outbound* saat merancang sebuah program. Keragaman peserta membutuhkan perbedaan dalam pemilihan / perancangan metode

dan aktivitas. Seorang instruktur outbound yang kreatif selalu menambahkan dan menyisipkan gagasan barunya dalam setiap penyajiannya.

#### 5. Jenis-jenis *Outward Bound*.

*Outward Bound Activites* adalah suatu pengembangan pribadi yang sangat dibutuhkan negara kita yang sedang berkembang. Karna Program ini merupakan pengalaman berharga yang seharusnya bisa dipergunakan dengan sebaik-baiknya oleh setiap orang yang mendapat kesempatan untuk mengikutinya. Salah satu hal yang sangat penting yang dilakukan adalah kesempatan untuk bisa dekat dengan alam dan menjaga lingkungan, sehingga kita bisa menghargai dan mencintai apa yang kita miliki. Dalam program *Outward Bound Activites* sangat banyak sekali kegiatan dalam bentuk permainan yang dapat dilakukan, salah satu tujuannya yaitu untuk meningkatkan kreativitas seseorang. Hal ini sangat berguna sekali karena dengan beragamnya permainan yang dapat kita lakukan, maka dengan mudah kita dapat merangkai permainan itu sendiri dari yang sederhana sampai ke permainan yang bisa dianggap rumit. Dalam penelitian ini bentuk kegiatan atau permainan yang diajukan sebagai berikut:

- a) Permainan bakiak
- b) Permainan estafet hulahup
- c) Permainan bola menggelinding
- d) Permainan air mengalir

Semua permainan yang diajukan dalam penelitian ini mempunyai tujuan masing-masing, dan semua kegiatan dalam penelitian ini dapat dilakukan

dalam satu hari. Adapun maksud dan tujuan kegiatan atau permainan dalam penelitian ini, sebagai berikut:

1. Menumbuh kembangkan rasa percaya diri

Kegiatan di alam bebas dapat dimanfaatkan sebagai media untuk mengenal potensi dan kelemahan diri sendiri secara lebih baik, sehingga membentuk pemahaman yang lebih baik terhadap diri sendiri. Hal ini dapat dicapai karena kegiatan di alam bebas menghadapkan pelakunya langsung kepada tantangan yang nyata dan harus dihadapi serta menuntut potensi baik fisik, mental, maupun emosi pelakunya. Secara keseluruhan, kegiatan dirancang sedemikian rupa, sehingga para peserta harus dapat mempergunakan seluruh kemampuan dan potensi yang dimilikinya, agar dapat menyelesaikan seluruh kegiatan. Kemampuan fisik dan mental peserta yang terbentuk dalam suasana kebersamaan, akan dapat menimbulkan rasa percaya diri pada peserta. Latihan ini juga dimaksudkan untuk memberikan suatu tantangan baru bagi para peserta, agar lebih berinovasi dengan perhitungan yang lebih matang.

2. Menumbuh kembangkan kerjasama kelompok

Tantangan-tantangan di alam bebas yang harus diselesaikan bersama dengan tuntutan yang lebih optimum dari setiap individu pelakunya sehingga merupakan kinerja kelompok sebagaimana dituntut oleh tantangan yang dihadapi. Hal ini memberi peluang pada peserta untuk memahami urgensi dari pada kepemimpinan, dimana setiap peserta harus mampu memimpin atau dipimpin sehingga memahami bagaimana dari kebersamaan yang harmonis.

Dalam beberapa kasus, keberhasilan dan kegagalan kelompok akan sangat tergantung pada keinginan anggotanya untuk mencoba. Pola pelatihan ini pada dasarnya diasumsikan bahwa setiap orang yang telah berupaya secara sungguh-sungguh untuk mencoba, layak mendapatkan penghargaan (respect). Keinginan untuk mencoba akan jauh lebih berarti dari pada nilai keberhasilan dari usaha itu sendiri. Oleh karena itu kerja sama yang terjalin secara harmonis dalam kelompok akan mendorong suasana partisipatif sehingga kompetisi yang kurang bermanfaat dapat diminimalisasi agar keberhasilan dan keutuhan kelompok dapat diraih.

### 3. Menumbuhkan kegembiraan individual maupun kelompok

Pada kegiatan di alam bebas beberapa resiko yang dapat menimbulkan ketidak nyamanan sampai ekstremnya yaitu berbentuk kecelakaan fatal yang dapat dialami bila dilakukan tanpa perencanaan, persiapan, dan pelaksanaan yang matang. Dengan membuat kerangka kerja keselamatan yang tepat, kegiatan ini dapat dimanfaatkan sebagai suatu simulasi dari resiko-resiko pengambil keputusan pelaksanaan pelatihan ini tidak dimaksudkan untuk membentuk karakter baru dengan merubah karakter peserta.

Tetapi sepenuhnya bertujuan memperlihatkan pada peserta, bahwa karakter pribadinya yang selama ini tidak disadarinya, dapat dimunculkan. Oleh karena itu, para fasilitator akan mengarahkan peserta agar menikmati kegiatan ini tanpa merasa tertekan, bahkan akan membuat para peserta tidak kehilangan kegembiraannya dalam mengikuti kegiatan ini.

## F. Petualangan dan Pendidikan

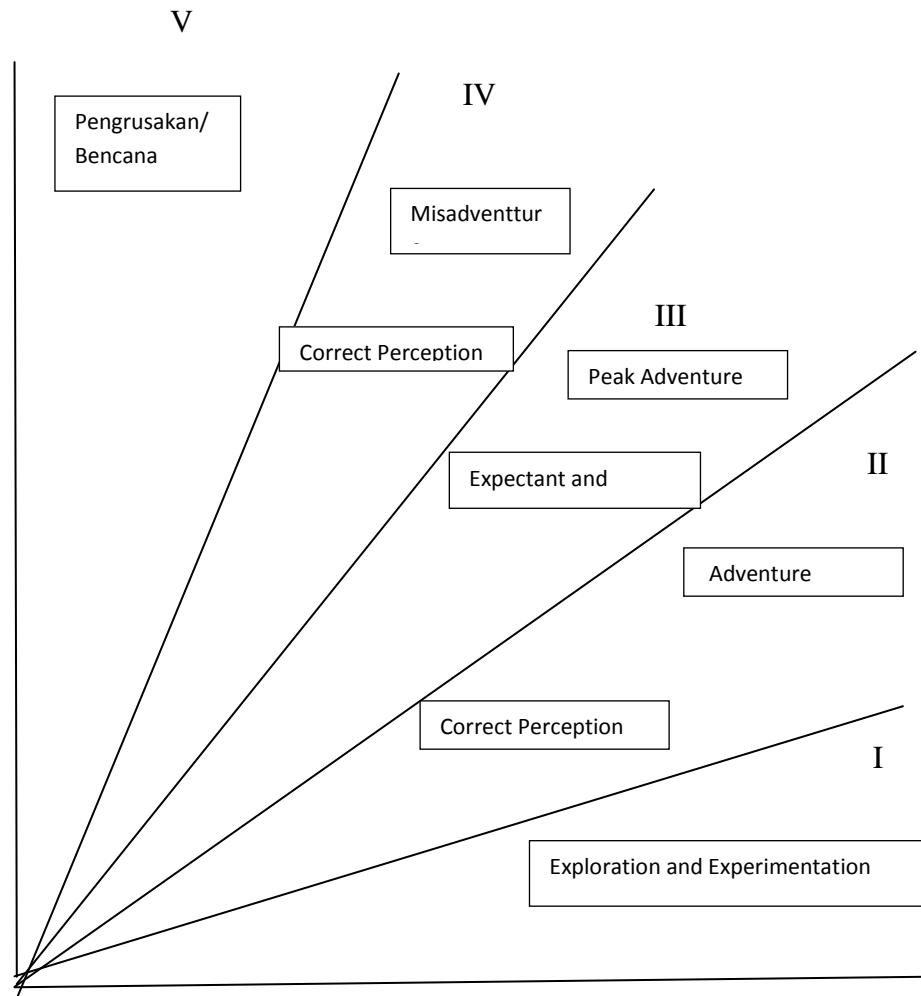
: The Adventure Experience Paradigma. Petualangan akan menjiwai kegiatan pendidikan bila perencanaan dan implementasi proses pendidikan melibatkan resiko Menurut Simon Pries and Peter Martin (1985):

- a. Resiko fisik : Perjalanan dalam keliaran atau kegawatan terperangkap.
- b. Sosial : Menghadapkan ketakutan berbicara peserta di depan kelompok yang berwibawa
- c. Spiritual : Menempatkan pelajar dalam situasi yang mengkonfrontasikan dirinya atau di hadapkan pada makna hidup atau mati.

Terdapat Lima tingkatan dalam petualangan, yaitu :

1. Petualangan (*exploration*) : Petualangan mencakup kegiatan-kegiatan seperti rekreasi, tetapi menuntut respon yang dalam dari pesertanya.
2. Adventure (*Correct Perception*) : Petualangan yang didalamnya terdapat unsur dalam pengamatan yang di contohkan seperti out bound.
3. Peak Adventure (Expectant and Resultant) : Petualangan yang di contohkan seperti mendaki bukit, gunung dengan tingkat resiko sedang.
4. Misadventure : Merupakan sisi negatif dari petualangan. Hal ini menggabungkan tiga unsur keterampilan gerak, kognisi, dan emosi seperti dalam petualangan namun dalam bentuk ekstrim. Contohnya arum jram.
5. Pengrusakan atau bencana : Yang di artikan bila hambatannya besar maka risikonya akan lebih besar contohnya panjat tebing. Penjelasan dalam gambar,





(Gambar 3. Konsep Pendidikan Rekreasi (2001) adopsi Simon Pries and Peter Martin (1985) dalam Herman Tarigan)

### G. Teamwork

Menurut Hassan Sadily *Teamwork* (2006) adalah kerjasama sekelompok . *Teamwork* adalah gotong royong, kerjasama. Pada esensinya *Teamwork* adalah suatu kerjasama sekelompok orang dalam menunaikan respon sibilitasnya membuat keputusan bagi kepentingan organisasi. Demikian dapatlah dirumuskan, sebuah “team” adalah sekelompok orang yang bekerja bersama untuk mencapai tujuan tujuan yang sama dan mau mengesampingkan otonomi individualnya sejauh dibutuhkan untuk mencapai tujuan. Sesungguhnya *Teamwork* merupakan suatu konsep yang kompleks

yang mengandung arti berbagai interpretasi bisa dilakukan oleh siapa pun Menurut Hassan Sadily *Teamwork* (2006) .

*Teamwork* atau kerjasama tim merupakan bentuk kerja kelompok yang bertujuan untuk mencapai target yang sudah disepakati sebelumnya. Harus disadari bahwa *teamwork* merupakan peleburan berbagai pribadi yang menjadi satu pribadi untuk mencapai tujuan bersama. Tujuan tersebut bukanlah tujuan pribadi, bukan tujuan ketua tim, bukan pula tujuan dari pribadi paling populer di tim. Dalam sebuah tim yang dibutuhkan adalah kemauan untuk saling bergandengan tangan menyelesaikan permainan atau game.

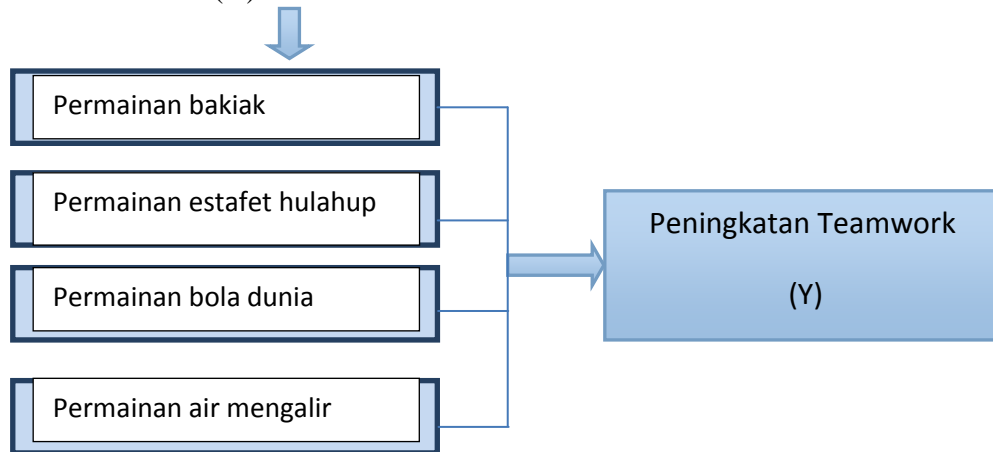
#### **H. Kerangka Berpikir**

Untuk meningkatkan kerjasama tim dapat dicapai dengan diadakan *OutBound* guna mempererat kerjasama kelompok. *Teamwork* adalah suatu bentuk kerjasama dalam beberapa sumber daya manusia, berasal dari latar belakang yang berbeda, untuk meraih tujuan yang sama. *Teamwork* adalah kerjasama sekelompok. Pada esensinya *Teamwork* adalah suatu kerjasama orang dalam mencapai tujuan yang sama Menurut Hassan Sadily (2006)..

*OutBound Activites* merupakan suatu media pendidikan di alam terbuka yang diawali dari sebuah kekurangan kemudian mengubah kekurangan itu menjadi sebuah kelebihan. Dari kurang berani diubah menjadi lebih berani, kurang solid diubah menjadi lebih solid, kurang gigih diubah menjadi lebih gigih. Hal ini sejalan dengan apa yang dikatakan oleh pendiri Internasional, Kurt Hahn : "Kekurangan kita merupakan sebuah kesempatan, dengan cara

mengubah kekurang beruntungan itu menjadi sebuah tujuan yang baik”. Beberapa permainan *OutBound* yang digunakan yaitu permainan bakiak, permainan estafet hulahup, permainan bola dunia, permainan air mengalir.

Outward Bound (X)



Gambar 4.  
Bagan Kerangka Pikir Efektivitas OutBound  
Sumber : A. Esnoe Sanoesi (2010:14)

Ada pun contoh Alat Permainan dan penjelasan singkat cara bermain

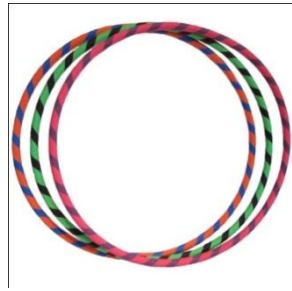
a. Permainan Hulahoop



Gambar 5. Alat Permainan Bakiak

Permainan bakiak yaitu harus bersamaan untuk melangkah kekompakan yang paling utama dan kordinasi.

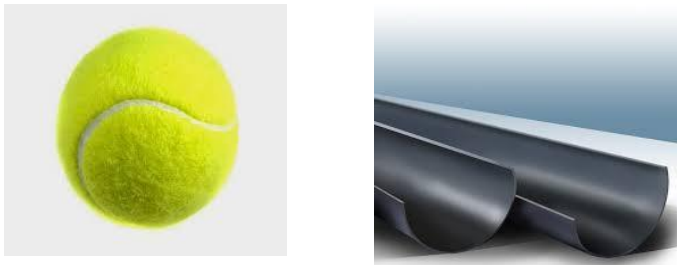
### b. Permainan Estafet Hulahup



Gambar 6. alat permainan Estafet Hulahup

Permainan hula hoop yaitu bersifat estafet dengan siswa berbaris memanjang dan hula hoop berjalan dari orang pertama hingga orang terakhir.

### c. Permainan Bola Dunia



Gambar 7. Alat Permainan bola dunia

Permainan bola dunia permainan ini bertujuan untuk digulirkan di pipa dan dibawah nya telah disiapkan ember sebagai wadah bola tenis.

### d. Permainan Air Mengalir



Gambar 8. Alat Permainan Air Mengalir

Permainan air mengalir ini bertujuan untuk mengumpulkan air sebanyak-banyaknya dengan cara menggabungkan pipa.

## **I. Hakikat Pendidikan Jasmani Adaktif**

Pendidikan jasmani adaktif (khusus) pada hakikatnya adalah satu sistem penyampaian pelayanan yang komprehensif yang dirancang untuk mengidentifikasi, dan dan memecahkan masalah dalam ranah psikomotor. Pelayanan tersebut mencakup penilaian, program pendidikan individual (PPI), pengajaran bersifat pengembangan dan yang disarankan, konseling, dan kordinasi dari sumber yang terkait untuk memberikan pengalaman pendidikan jasmani yang optimal kepada semua anak dan pemuda.

Pelayanan tersebut dapat diberikan oleh seorang spesialis dala pendidikan jasmani khusus oleh seorang guru pendidikan jasmani yang telah mendapat latihan khusus untuk melaksanakan berbagai macam tugas. Secara singkat dapat dikatakan bahawa pendidikan jasmani khusus adalah satu bagian khusus dalam pendidikan jasmani yang dikembangkan untuk menyediakan program bagi individu dengan kebutuhan khusus. Ada tiga program utama pengembangan (french dan jansma, 1982 : 8).

### **1. Pendidikan jasmani disesuaikan (*adapted physical education*)**

Adalah pendidkan melalui program aktivitas jasmani tradisional yang telah dimodifikasi untuk memungkinkan individu dengan kelainan memperoleh kesempatan berpartisipasi dengan aman, tentunya harus memperhatikan proses pendidikan secara menyeluruh dan didalam proses pendidikan salah satu aspeknya adalah pendidikan jasmani. sukses dan memperoleh kepuasan.

Sebagai contoh, individu yang penglihatannya terbatas atau yang dimodifikasi atau memerlukan peralatan tambahan untuk bola gelinding.

## 2. Pendidikan jasmani korektif

Terutama mengacu kepada perbaikan kelainan fungsi postur dan mekanika tubuh. Sebagai contoh, seorang anak yang menderita patah tulang kakinya dan gips pembungkus kaki itu dilepas, ia memerlukan rehabilitasi dari kakinya yang mengecil sehingga untuk sementara waktu harus masuk kelas korektif. Sebaliknya wanita dengan idiopatik skoliosis dimasukkan ke kelas pendidikan jasmani korektif waktu yang relatif lama. Pendidikan jasmani korektif juga disebut dengan pendidikan jasmani remedial.

## 3. Pendidikan jasmani perkembangan

Mengacu kepada satu program kesegaran jasmani yang progresif dan atau latihan otot-otot besar untuk meningkatkan kemampuan jasmani individu sampai pada tingkat atau mendekati tingkat kemampuan teman sebayanya.

Adapun macam-macam kelainan atau kecacatan pada manusia :

### a. Buta (Tuna Netra)

Orang buta adalah orang yang tidak bisa melihat dengan kedua matanya. Orang yang buta biasanya memiliki kemampuan mendeteksi benda-benda di sekitarnya dengan memaksimalkan kemampuan pendengarannya lewat suara atau getaran yang didengarnya. Selain buta total, ada juga orang yang mengalami kebutaan parsial yang tidak dapat mengidentifikasi tes menghitung jumlah jari dari jarak tiga meter.

### b. Tuli (Tuna Rungu)

Orang tuli adalah orang yang tidak memiliki kemampuan mendengar sebagaimana orang normal pada umumnya. Orang yang mempunyai cacat pendengaran yang belum parah masih bisa menggunakan alat bantu pendengaran sehingga bisa kembali mendengar dengan baik.

c. Bisu (Tuna Wicara)

Orang bisu adalah orang yang tidak bisa berbicara dengan orang lain. Orang yang bisu biasanya disebabkan oleh masalah pendengaran sejak lahir yang tidak terdeteksi sehingga menyebabkan anak menjadi kesulitan untuk belajar berbicara dengan normal.

d. Cacat Fisik (Tuna Daksa)

Orang yang tuna daksa adalah orang yang mengalami kecacatan fisik, cacat tubuh, kelainan, kerusakan dan lain sebagainya yang diakibatkan oleh kerusakan otak, kerusakan syaraf tulang belakang, kecelakaan, cacat sejak lahir, dan lain sebagainya. .

e. Keterbelakangan Mental (Tuna Grahita)

Orang yang tuna grahita adalah orang yang mengalami keterbelakangan mental sehingga memiliki tingkat kecerdasan yang rendah di bawah rata-rata orang pada umumnya. Ciri mental terbelakang biasanya dapat dilihat dari kelainan fisik maupun dari perilaku abnormal yang sering ditunjukkan dalam kehidupan sehari-hari.

f. Cacat Pengendalian Diri (Tuna Laras)

Orang yang tuna laras adalah orang yang memiliki kesulitan dalam pendendalian diri seperti masalah pengendalian emosi, sulit bergaul, senang menyendiri, kepercayaan diri rendah, senang berbuat jahat, malu tampil di depan umum, dan lain sebagainya. Selain itu orang yang cacat suara dan nada juga termasuk ke dalam golongan tuna laras.

g. Cacat Kombinasi (Tuna Ganda)

Orang yang tuna ganda adalah orang yang mengalami kecacatan lebih dari satu. Misalnya seperti orang yang mengalami tangan buntung sekaligus mengalami kebutaan permanen, atau orang yang mentalnya terbelakang (idiot) sekaligus memiliki cacat pada pendengarannya (tuli), dan lain-lain.

h. Obesitas

Obesitas adalah kelebihan lemak dalam tubuh, yang umumnya ditimbun dalam jaringan subkutan (bawah kulit), sekitar organ tubuh dan kadang terjadi perluasan ke dalam jaringan organnya (Misnadierly, 2007)

i. Autis

Autis adalah gangguan perkembangan saraf yang kompleks dan ditandai dengan kesulitan interaksi sosial , komunikasi dan prilaku terbatas ,berulang-ulang dan karakter sterotip. Dan penderita autis kebanyakan memili tingkat intelgnsi yang rendah.

1. Dasar Hukum Pendidikan Jasmani Adaptif

Dalam peraturan pemerintahan di indonesia terutama dalam dunia pendidikan banyak sekali dasar-dasar hukum yang menerangkan fungsi dan sasaran



pendidikan yang akan dicapai, setiap warga negara wajib memperoleh pendidikan dan pemerintah wajib membiayainya. Begitu juga para penderita kelainan fisik maupun psikis, mereka juga berhak mendapatkan pendidikan yang layak yang akan membantu pertumbuhan serta perkembangannya. Dalam UUD 45 pasal 31 yang berisi :

- a. Setiap warga negara berhak mendapatkan pendidikan.
- b. Setiap warga negara wajib mengikuti pendidikan dasar dan pemerintah wajib membiayainya.
- c. Pemerintah mengusahakan dan menyelenggarakan satu sistem pendidikan nasional.

Ini semua mencerminkan betapa negara memprioritaskan pendidikan bagi setiap warga negaranya. Dalam UU sistem pendidikan nasional (SPN) no. 20 tahun 2003 babIV pasal 5 ayat 2 menyatakan bahwa warga negara yang memiliki kelainan fisik, emosional, intelektual, dan sosial mendapatkan pendidikan khusus dengan mendapatkan pendidikan khusus mereka dapat tumbuh dan berkembang dapat menguasai keterampilan-keterampilan gerak dasar motorik dapat mengoperasikan, mengendalikan diri mereka.

## 2. Manfaat Pendidikan Jasmani Khusus (Adaptif)

### a. Manfaat bagi jasmani

Aktivitas jasmani penting bagi perkembangan maksimal dari jasmani. Melalui program pendidikan jasmani yang direncanakan dan dilaksanakan dengan baik pertumbuhan jaring-jaring otot dan tulang dirangsang. Jasmani

anak, khususnya anak yang gemuk, dapat dipengaruhi dengan aktivitas jasmani.

b. Manfaat bagi keterampilan gerak

Banyak faktor, termasuk belajar dan latihan, mempengaruhi perkembangan keterampilan gerak. Guru yang profesional dan berkemampuan dapat membantu tiap anak mengembangkan secara paling efisien koordinasi syaraf otot (neuomuscular), keterampilan gerak dan gerak-gerak kreatif.

c. Manfaat bagi kesegaran

Melalui satu program pendidikan jasmani yang seimbang, kekuatan tubuh, daya tahan, kelentukan, dan mobilitas dapat dikembangkan dan dipertahankan, dan dapat membantu anak mengembangkan tingkat kesegarannya yang optimal untuk kehidupan sehari-hari.

d. Keuntungan emosional

Sebagian besar dari aktivitas jasmani melibatkan emosi. Umpamanya, dalam waktu yang relatif singkat, sikap anak dapat berubah dari sangat kecewa ke kegembiraan. Anak dapat belajar untuk menguasai emosinya dan perilaku lainnya dengan baik melalui bimbingan dari guru pendidikan jasmani dan peraturan dalam tiap jenis permainan.

e. Keuntungan sosial

Pendidikan jasmani dapat membantu anak belajar dengan cara yang diinginkan untuk berhubungan dengan orang lain, untuk mengembangkan peran tiap kelamin dengan baik, dan mengembangkan nilai-nilai moral yang dipandang baik oleh masyarakat. Pendidikan jasmani memberikan

kesempatan untuk interaksi sosial dalam lingkungan yang bervariasi, membantu baik anak berkelainan maupun yang tanpa kelainan belajar menerima perbedaan individual manusia.

f. Keuntungan bagi kecerdasan

Pendidikan jasmani dapat meningkatkan perkembangan intelektual. Setiap kali anak berpartisipasi dalam permainan yang disajikan dalam pendidikan jasmani, olah pikir diperlukan. Sejumlah pakar berpendapat bahwa tingkat kesegaran jasmani berhubungan dengan pencapaian intelektual, khususnya kesiapan mental dan konsentrasi.

## L. Hipotesis

Hipotesis adalah alat yang sangat besar kegunaannya dalam penyelidikan ilmiah karena dapat menjadi penuntun kearah proses penelitian untuk menjelaskan permasalahan yang harus dicari pemecahannya.

Menurut Arikunto (2010:110) Hipotesis adalah jawaban sementara suatu masalah penelitian oleh karena itu suatu hipotesis perlu di uji guna mengetahui apakah hipotesis tersebut terdukung oleh data yang menunjukkan kebenarannya atau tidak. Hipotesis dalam penelitian ini adalah:

H<sub>1</sub> : *OutBound Activities* dengan permainan bakiak efektif dalam meningkatkan *teamwork* siswa *anak berkebutuhan khusus* kelas tinggi d SD Negeri Luar Biasa Provinsi Lampung?

- Ho<sub>1</sub> : *OutBound Activities* dengan permainan bakiak tidak efektif dalam meningkatkan *teamwork* siswa *anak berkebutuhan khusus* kelas tinggi di SD Negeri Luar Biasa PKK Provinsi Lampung?
- H<sub>2</sub> *OutBound Activities* dengan permainan estafet hulahup efektif dalam meningkatkan *teambulding* siswa *anak berkebutuhan khusus* kelas tinggi di SD Negeri Luar Biasa PKK Provinsi Lampung?
- Ho<sub>2</sub> *OutBound Activities* dengan permainan estafet hulahup tidak efektif dalam meningkatkan *teamwork* siswa *anak berkebutuhan khusus* kelas tinggi di SD Negeri Luar Biasa PKK Provinsi Lampung?
- H<sub>3</sub> *Outward Bound Activities* dengan permainan bola dunia efektif dalam meningkatkan *teamwork* siswa *anak berkebutuhan khusus* kelas tinggi di SD Negeri Luar Biasa PKK Provinsi Lampung?
- Ho<sub>3</sub> *OutBound Activities* dengan permainan bola dunia tidak efektif dalam meningkatkan *teamwork* siswa *anak berkebutuhan khusus* kelas tinggi di SD Negeri Luar Biasa PKK Provinsi Lampung?
- H<sub>4</sub> *OutBound Activities* dengan permainan air mengalir efektif dalam meningkatkan *teamwork* siswa *anak berkebutuhan khusus* kelas tinggi di SD Negeri Luar Biasa PKK Provinsi Lampung.
- Ho<sub>4</sub> *OutBound Activities* dengan permainan air mengalir tidak

efektif dalam meningkatkan *teamwork* siswa *anak bekebutuhan khusus* kelas tinggi di SD Negeri Luar Biasa PKK Provinsi Lampung?

### III. METODOLOGI PENELITIAN

#### A. Metode Penelitian

Dalam suatu penelitian diperlukan metode yang sesuai dengan masalah yang akan diteliti sehingga dapat diperoleh hasil yang sesuai dengan yang diharapkan. Metode penelitian ini sangat diperlukan untuk menentukan data dan pengembangan suatu pengetahuan serta untuk menguji suatu kebenaran pengetahuan. Metode yang dipakai penelitian ini adalah metode eksperimen.

Metode eksperimen adalah metode percobaan dan observasi sistematis dalam satu situasi khusus, dimana gejala-gejala yang diamati itu begitu disederhanakan, yaitu hanya beberapa factor saja yang diamati, sehingga penelitian bisa mengatasi seluruh proses eksperimennya, Desain yang digunakan pada penelitian ini adalah desain eksperimen subjek tunggal. pada penelitian ini yang akan ditingkatkan oleh peneliti adalah peningkatan *teamwork* siswa pada anak berkebutuhan khusus (Arikunto, 2010) .

#### B. Desain Penelitian

Desain yang digunakan adalah eksperimen subjek tunggal (Arikunto, 2010) yaitu dilakukan dengan memberikan perlakuan X terhadap subjek. Sebelum

diberikan perlakuan subjek diberikan suatu pengukuran *teamwork* (TE<sub>1</sub>), dan setelah diberi perlakuan dites kembali kemampuan *teamwork* (TE<sub>2</sub>). Hasil kedua pengukuran tersebut dibandingkan untuk menguji apakah perlakuan yang diberikan dapat meningkatkan *teamwork* pada siswa.

Tabel 3. Desain Eksperimen Subyek Tunggal

Kelompok	Tes Awal	Perlakuan	Tes Akhir
Eksperimen	T E1	Four Game Outward Bound	T E2

Keterangan:

Sampel : 30 siswa  
 T E1 : Tes Afektif Awal  
 Perlakuan : Empat Permainan  
 T E2 : Tes Afektif Akhir

Kriteria penilaian *teamwork* dapat dilakukan dari segi (1) proses, (2) kerjasama. Penilaian ini mengambil kriteria penilaian pada hasil perubahan segi sikap kerjasama yang diukur tes sikap kerjasama, dengan pertimbangan utama bahwa intervensi permainan pengembangan kerjasama lebih terletak pada *teamwork*.

## C. Populasi dan Sampel

### 1. Populasi Penelitian

Populasi adalah keseluruhan subjek penelitian, populasi adalah keseluruhan dari karakteristik atau unit hasil pengukuran yang menjadi objek penelitian. Jadi populasi dalam penelitian ini adalah siswa anak berkebutuhan khusus tinggi di SD Luar PKK Provinsi Lampung. Populasi

tersebut tersebar dalam tiga kelas sekolah dasar luar biasa(2010:173).

Sedangkan menurut Riduwan (2002 : 3) , yaitu:

Tabel 4. Jumlah Populasi SDN Luar Biasa PKK Bandar Lampung.

<b>No</b>	<b>Kelas</b>	<b>L</b>	<b>P</b>	<b>Jumlah siswa</b>
<b>1</b>	<b>Kelas 4</b>	<b>6</b>	<b>4</b>	<b>10</b>
<b>2</b>	<b>Kelas 5</b>	<b>8</b>	<b>2</b>	<b>10</b>
<b>3</b>	<b>Kelas 6</b>	<b>9</b>	<b>1</b>	<b>10</b>
<b>jumlah</b>				<b>30</b>

## 2. Sampel Penelitian

Sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti (Arikunto, 2010:174). Untuk mengambil sampel dalam penelitian ini penulis berpedoman kepada pendapat Arikunto yang mengemukakan: “Untuk sekedar ancer-ancer maka apabila subjeknya kurang dari 100 maka lebih baik diambil semua sehingga penelitiannya merupakan penelitian populasi, sebaliknya jika subjek lebih besar dari 100 dapat di ambil antara 10-15% atau 20-25%. Berdasarkan pendapat di atas penulis mengambil sampel sebesar 15 % dari 200 populasi. Dengan demikian jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 30 siswa yang terdiri dari 12 siswa tuna rungu , 8 tuna grahita dan 10 tuna wicara.



#### **D. Variabel Penelitian**

Variabel penelitian adalah objek penelitian, atau apa yang menjadi titik perhatian suatu penelitian. Dalam penelitian ini terdapat dua variabel, yaitu : (1) variabel bebas, dan (2) variabel terikat menurut Arikunto (2010:159) variabel penelitian.

##### **1. Variabel Bebas**

Variabel bebas adalah variabel yang nilai-nilainya tidak tergantung pada variabel lainnya yang berguna untuk meramalkan dan menerangkan nilai variabel yang disimbolkan dengan (X). Adapun variabel bebas dalam penelitian ini yaitu *outward bound*. bakiak (X1), bola dunia (X2), estafet hulahup (X3), permainan air mengalir (X4).

##### **2. Variabel Terikat**

Variabel terikat adalah variabel yang nilai-nilainya bergantung pada variabel lainnya dan merupakan variabel yang diterangkan nilainya dan dilambangkan dengan (Y). Dan disini yang merupakan variabel terikatnya adalah peningkatan *teamwork*.

#### **E. Definisi Operasional Variabel**

Definisi operasional variabel berguna untuk membatasi dan mengarahkan ruang lingkup variabel yang diamati dengan menggunakan instrumen yang telah dikembangkan. Untuk menghindari pembiasan dalam penafsiran judul penelitian, maka peneliti memberikan definisi operasional mengenai kata kunci yang terdapat dalam judul penelitian, antara lain sebagai berikut:

1. *OutBound Activites* adalah suatu kegiatan pengembangan pribadi yang sangat dibutuhkan negara kita yang sedang berkembang. Program pelatihan ini merupakan pengalaman berharga yang seharusnya dipergunakan dengan sebaik-baiknya oleh setiap orang yang mendapat kesempatan untuk mengikutinya. Salah satu hal penting yang dilakukan pada pelatihan ini adalah kesempatan untuk dekat dengan alam dan lingkungan, sehingga kita menghargai.
2. *Teamwork* adalah suatu kerjasama sekelompok orang dalam menunaikan tanggung jawabnya membuat keputusan bagi kepentingan organisasi. Demikian dapatlah dirumuskan, sebuah “team” adalah sekelompok orang yang bekerjasama untuk mencapai tujuan yang sama dan mau meninggalkan individualnya sejauh dibutuhkan untuk mencapai tujuan.
3. Siswa SD Luar Biasa, adalah sekelompok anak-anak keterbelakangan mental (cacat) yang sedang menempuh pendidikan dasar yang telah ditentukan dalam penelitian ini (SDN Luar Biasa PKK Provinsi Lampung).

#### **F. Teknik Pengumpulan Data**

Data dalam penelitian ini berupa data primer dan data sekunder. Menurut Fathoni (2011:37) data primer didapatkan melalui tes dan pengukuran langsung variabel yang diamati, sedangkan data sekunder didapatkan dari instansi terkait seperti sekolah dan sejenisnya serta studi literatur. Tes dan pengukuran variabel pada saat penelitian berlangsung dilakukan dengan standar tes yang dilakukan untuk mengukur/menilai peningkatan kerjasama

seseorang. Tes dan pengukuran peningkatan kerjasama dengan menggunakan kegiatan *outbound* yang telah dibuat untuk mengetahui *teamwork*.

### **G. Instrumen Penelitian**

Dalam sebuah penelitian dibutuhkan teknik dan alat dalam pengumpulan data, maka untuk mengumpulkan data dalam pelaksanaan penelitian ini menggunakan uji ahli langsung dari dosen Dr. Rahmat Hermawan, M.kes langkah-langkah yang dapat dilakukan dengan instrumen penelitian dan skala penilaiannya ada didaftar lampiran.

## H. SURAT KETERANGAN TENTANG KELAYAKAN INSTRUMENT

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Dr. Rahmat Hermawan,M.Kes

NIP : 195801271985031003

Jabatan : lektor kepala

Golongan : IV A

Dengan ini instrument yang digunakan dalam penelitian oleh Agung Yudha Catur Rizal Npm 1313051003 Prodi Penjaskesrek dengan skripsi berjudul “Model Permainan *Outbound* Untuk Meningkatkan *Teamwork* Kelas Tinggi Anak Berkebutuhan Khusus Di SD Negeri Luar Biasa PKK Bandar Lampung Tahun Ajaran 2016/2017” telah diteli dan telaah sesuai dengan apa yang diharapkan baik validitas dan reabilitas untuk tujuan untuk mengukur aspek kerjasama (teamwork) suatu kegiatan outbund bagi anak berkebutuhan khusus (*disabilitas*)

Demikian keterangan ini dibuat untuk keterangan expert judgment.

Bandar Lampung, 04 Mei 2017  
validator,

Dr. Rahmat Hermawan, M.Kes  
Nip. 195801271985031003

## I. Teknik Analisis Data

### 1. Uji Prasyarat

#### a. Uji Normalitas

Penelitian ini menggunakan uji statistik non parametrik *Kolmogorov-Smirnov* (K-S).dibantu menggunakan program *SPSS 17. 0 for windows*.Uji ini dapat dilihat dengan membandingkan Z hitung dengan Z tabel dengan kreteria sebagai berikut:

- 1) Jika Z hitung (*Kolmogorov Smirnov*) < Z tabel , atau angka signifikan > taraf signifikansi ( $\alpha$ ) 0,05; maka distribusi data dikatakan normal.
- 2) Jika Z hitung (*Kolmogorov Smirnov*) > Z tabel , atau angka signifikansi < taraf signifikansi ( $\alpha$ ) 0,05 distribusi data dikatakan tidak normal

### 2. Uji Efektivitas

Setelah tindakan dilakukan, maka hasil penilaian dianalisis guna melihat prosentase efektivitas hasil tindakan pada setiap siklus.

Untuk menghitung prosentase keberhasilan digunakan rumus :

$$E = \frac{\bar{X}_n - \bar{X}_i}{\bar{X}_i} \times 100\% \quad (\text{Goodwin dan Coates dalam Surisman, 1997) Keterangan :}$$

E : Efektivitas tindakan yang dilakukan

—  
Xn : Rerata nilai akhir

—

$\bar{X}_i$  : Rerata tes awal

Bila hasil perhitungan meningkat 50% ke atas maka tindakan yang dilakukan dinyatakan efektif.

### 3. Uji Hipotesis

#### a. Uji t (*paired sample t-test*)

Data yang diperoleh selanjutnya dianalisis untuk menguji hipotesis yang telah diajukan. Uji hipotesis dalam penelitian ini akan dilakukan dengan satu cara, yaitu menggunakan uji statistik nonparametrik *paired sample t- test* (Sugiyono, 2011:422) dengan Program SPSS *statistics 17.0 for windows*, dengan rumus sebagai berikut :

penjelasan 
$$t_{\text{hitung}} = \frac{\bar{x} - \mu_o}{s / \sqrt{n}}$$

t : hitung merupakan harga yang dihitung dan menunjukkan nilai standar deviasi pada distribusi t (tabel t).

x : rata-rata nilai yang diperoleh dari hasil pengumpulan data.

$\mu_o$  : rata-rata nilai yang dihipotesiskan.

s : standar deviasi sampel.

n : jumlah populasi

penelitian ini, jika hasil pengujian nilai  $t_{\text{hitung}} < t_{\text{tabel}}$  maka  $H_o$  di terima dan  $H_1$  ditolak, dan jika nilai  $t_{\text{hitung}} > t_{\text{tabel}}$   $H_o$  ditolak dan  $H_1$  diterima.

## V. KESIMPULAN DAN SARAN

### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka peneliti dapat menyimpulkan bahwa :

1. Media outbound melalui permainan bakiak efektif untuk meningkatkan *teamwork* siswa kelas tinggi SDLB PKK Provinsi Lampung.
2. Media outbound melalui permainan bola dunia efektif untuk meningkatkan *teamwork* siswa kelas tinggiSDLB PKK Provinsi Lampung.
3. Media outward bound melalui permainan estafet hulahup efektif untuk meningkatkan *teamwork* siswa kelas tinggi SDLB PKK Provinsi Lampung.
4. Media outward bound melalui permainan air mengalir efektif untuk meningkatkan *teamwork* siswa kelas tinggi SDLB PKK Provinsi Lampung.

### B. Saran

1. Untuk memperoleh hasil yang lebih komprehensif maka peneelitan ini perlu ditambah lagi dengan menambah jumlah sampel dan variebel.

2. Hasil penelitian ini dapat menjadi acuan bagi pengembang aspek-aspek yang lain pada anak tertentu pada anak yang berkebutuhan khusus (fisabel)
3. Mamfaat penelitian ini tidak menutup kemungkinan untuk diteapkan pada sekolah-sekolah yang nomal terutama dalam menyangkut aspek kerjasama (*teamwork*).
4. Hasil penelitian ini diharapkan dapat membantu peneliti dalam mengembangkan kerjasama bagi siswa yang memiliki keterbatasan.



## DAFTAR PUSTAKA

- Abdurahmat, 2003. *Pengertian Efektivitas*. Jakarta : PT. Rineka Cipta
- Arikunto, Suharsimi. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik Edisi Revisi 2010*. Yogyakarta: PT Rineka Cipta.
- Badan Standar Nasional Pendidikan. 2003. *Standar Isi*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional.
- Beltasar. T. 2000. *Penjas Adaktif* . Jakarta .Depdiknas
- Burton. 2002. *Strategi Belajar Mengajar*. FIP Unimed
- Esa and Baharudin.2007.*Experiential Learning Cycle*.Yogyakarta: PT Rineka
- Departemen Pendidikan Nasional . 2003. *Kurikulum Pendidikan Jasmani*. Jakarta
- Fathoni, Abdurrahmat. 2011. *Metodologi Penelitian & Teknik Penyusunan Skripsi*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Fiits and Ponser. 1993. *Teaching Education and Sport In a Changing St . Louis*. Mourby
- Hilgard. 1998. *Teori Belajar dan Pembelajaran Motorik*. Bandung : CV Andira.
- Husnam. A. 2009. *100 Permainan Tradisional Indonesia*. Yogjakarta: Andi .
- Kusumaatmadja. 1991. *Outward Bound Indonesia (OBI)*. Jatiluhur, Jawa Barat.
- Mudjiono. 1999. *Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Putnam. 1993. *Personal Growth Through Adventures*. London. David Pultan Publisher.
- Priest, Simon. 1985. *The Adventure experience paradigm*.
- Riduwan. 2002. *Belajar Mudah Penelitian*. Bandung:Alfabeta.
- Sanoesi, Esnoe.A 2010.*Low Impact Games*. Yogyakarta: Kanisius.

- Sadyli, Hassan 2006. *Operasional Konsep Teambulding*. Bandung: IKIP.
- Sardiman. 1994. *Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar*. Bandung: Rajawali Press.
- Sugiyono. 2013 . *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung : Alfabeta.
- Susanta, Agustinus. 2008. *Merancang Outbound Training Profesional*. Yogyakarta: Andi.
- Suwandi. 1997 .*Pendidikan Olahraga Adaktif*. Surabaya.IKIP
- Tarigan, Herman. 1999. *Program “Outdoor Education” Sebagai Model Pengembangan Kemampuan Berpikir Kreatif dan Sikap Kreatif di SLTP*. Tesis PPS IKIP Bandung.
- Tarigan, Herman. 2001. *Pendidikan Rekreasi*. Lampung .PENJAS UNILA