



Pengaruh Model Pembelajaran *Outdoor Education* Terhadap Kecerdasan Emosional Siswa

Khamdu Latansa¹, Maftukin Hudah², Osa Maliki³

Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial dan Keolahragaan, Universitas PGRI Semarang, Semarang, Indonesia^{1,2,3}

E-mail: khamdujr@gmail.com, maftukinhudah@upgris.ac.id, osamaliki04@gmail.com

ABSTRAK

Outdoor education menuntut partisipasi siswa dalam tantangan petualangan. Beberapa contoh aktivitas luar ruangan ialah hiking, panjat tebing, camping, memancing, survival, susur gua, penjelajahan, berkebun, menanam padi, dan lainnya. Kecerdasan emosional ialah kemampuan untuk memotivasi diri sendiri dan bertahan menghadapi frustrasi, mengendalikan dorongan hati dan tidak melebih-lebihkan kesenangan, mengatur suasana hati, dan memastikan bahwa stres tidak menghalangi berpikir, dan berempati. Penulisan ini bertujuan untuk mengetahui perkembangan kecerdasan emosional siswa melalui penerapan model pembelajaran *outdoor education*. Penulisan ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan eksperimen *Pre-test* dan *Post-test control grup design* kemudian desain penulisan yang digunakan dalam penulisan ini ialah True experimental Design. Instrumen yang digunakan dalam penulisan ini ialah menggunakan kuisioner skala likert, dengan mengambil dari penulisan serupa terdahulu. Analisis data pada penulisan ini ialah Analisis Statistik Deskriptif, Uji Normalitas, Uji Homogenitas dan Uji Hipotesis. Rata-rata nilai kelas kontrol 109,13 dan kelas eksperimen 115,75. Kemudian pada hasil uji hipotesis diperoleh nilai sig.(2-tailed) hasilnya yaitu 0,015 artinya nilai sig.(2-tailed) lebih kecil dari 0,05 maka H_0 ditolak dan H_a diterima.

Kata Kunci: *Model Pembelajaran, Outdoor Education, Kecerdasan Emosional*

ABSTRACT

Outdoor education demands student participation in adventurous challenges. Some examples of outdoor activities are hiking, rock climbing, camping, fishing, survival, caving, exploring, gardening, rice planting, and others. Emotional intelligence is the ability to motivate oneself and persevere in the face of frustration, control impulses and not exaggerate pleasure, regulate mood, and ensure that stress does not get in the way of thinking, and empathize. This study aims to determine the development of students' emotional intelligence through the application of outdoor education learning models. This investigation makes use of experimentally-based quantitative methodologies. The research design used in this study is True experimental Design, which includes a pre- and post-

test control group design. This study borrowed on other work in the field by using a Likert scale questionnaire as its tool. This research used descriptive statistics, a normality test, a homogeneity test, and a hypothesis test to analyze its data. The experimental group averaged 115.75 points, whereas the control group averaged 109.13. Then, the sig. (2-tailed) result from the hypothesis test is 0.015, which means that the sig. (2-tailed) value is lower than 0.05. Therefore, H_0 is rejected and H_a is accepted.

Keywords: Learning Model, Outdoor Education, Emotional Intelligence



This open access article is distributed under the Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License.
©2025 by author

PENDAHULUAN

Dewasa ini, kemajuan suatu bangsa diukur dari jenjang pendidikannya. Artinya, suatu bangsa yang berpendidikan tinggi akan mampu melahirkan manusia-manusia unggul di segala bidang jika dapat berkembang dengan pesat. Pendidikan pada hakikatnya merupakan serangkaian kegiatan pembelajaran yang diselenggarakan dan dilaksanakan dengan tujuan utama untuk membina potensi murid berupa kecerdasan intelektual, akhlak, kepribadian, dan keterampilan yang diperlukan untuk berperan serta dalam masyarakat. Oleh karena itu, diperlukan suatu proses pendidikan yang mampu mencapai tujuan pendidikan, khususnya proses pembelajaran pendidikan jasmani, agar potensi murid dapat berkembang secara optimal (Nurjaman dkk., 2022).

Pendidikan jasmani merupakan salah satu mata pelajaran yang memiliki ciri khas tersendiri dibandingkan dengan mata pelajaran lainnya. Salah satu ciri khasnya ialah pemanfaatan atletik sebagai salah satu teknik pengajarannya. Hal ini sesuai dengan yang dimaksud dengan pendidikan jasmani (Widiastuti, 2019). Menurut (Rusyidah Royan, 2024), pendidikan jasmani merupakan proses modifikasi aktivitas jasmani, baik yang melibatkan organ tubuh, neuromuskular, intelektual, sosial, kultural, emosional, dan etika, untuk mencapai tujuan pendidikan. "Pendidikan dari dan melalui gerak" atau dalam bahasa aslinya "pendidikan jasmani ialah pendidikan tentang dan melalui gerak", merupakan pengertian pendidikan jasmani. Berdasarkan pengertian para ahli tersebut, ada tiga konsep pokok yang menonjol, yaitu: 1. Pendidikan, yang ditunjukkan dengan keterampilan yang ingin dimiliki oleh murid. 2. Dalam hubungan langsung maupun

tidak langsung, frasa “dengan dan tentang” (melalui dan tentang) menggambarkan kedekatan hubungan tersebut. 3. Gerak atau aktivitas jasmani (*movement*) menjadi materi pembelajaran sesuai dengan kurikulum pendidikan jasmani (Yunis Bangun, 2016).

Dalam konteks mewujudkan manusia Indonesia yang berkualitas berdasarkan Pancasila, pendidikan jasmani ialah proses yang terencana dan metodis untuk mendidik seseorang sebagai individu atau anggota masyarakat melalui berbagai aktivitas jasmani guna mencapai pertumbuhan jasmani, kesehatan, kebugaran jasmani, kemampuan, keterampilan, kecerdasan, serta pengembangan kepribadian dan karakter yang harmonis. Olahraga secara khusus dipisahkan dari pendidikan jasmani. Menurut (Syamsul Arifin, 2017), olahraga secara sempit dikaitkan dengan gerak fisik. Pendidikan di Indonesia telah mengalami perkembangan yang signifikan seiring dengan kebutuhan masyarakat dan perubahan zaman.

Salah satu bidang pendidikan yang mendapat perhatian khusus ialah pendidikan jasmani. Hal ini karena partisipasi dalam olahraga bermanfaat bagi perkembangan emosional anak-anak selain menjaga kesehatan fisik mereka. Namun, khususnya di daerah perkotaan, pendidikan jasmani terkadang tidak menjadi prioritas dalam kurikulum sekolah dasar karena keterbatasan lahan. Selain mempertimbangkan prestasi akademik siswa, pembelajaran juga harus berfokus pada kemampuan sosial, berbicara, dan koordinasi mereka. Aspek-aspek yang mungkin memengaruhi hasil belajar juga harus diperhatikan untuk mendapatkan tujuan dan hasil pembelajaran yang sebaik mungkin. Pengaruh internal dan eksternal berpotensi memengaruhi hasil belajar. Proses pembelajaran terkait langsung dengan model pembelajaran yang digunakan. Variabel internal ialah variabel yang berasal dari dalam diri siswa, sedangkan faktor eksternal ialah variabel yang berasal dari luar siswa, seperti sekolah. (Amiariasti dkk., 2024).

Tujuan dari pendekatan pembelajaran di luar kelas ialah mendekatkan murid dengan masyarakat dan lingkungan, yang merupakan sumber ilmu pengetahuan yang sebenarnya. Di sisi lain, pembelajaran di luar kelas bertujuan untuk membimbing murid dalam melakukan kegiatan yang dapat mengakibatkan perubahan perilaku pada alam semesta. Oleh karena itu, sesuai dengan isi yang

diajarkan, pembelajaran di luar kelas lebih mengenalkan murid pada lingkungannya, yaitu pengalaman lingkungan dan pendidikan yang berdampak signifikan pada kecerdasan murid. Tujuan dari kegiatan pembelajaran ekstrakurikuler ialah memotivasi murid untuk berpartisipasi dalam proses belajar mengajar. Murid mampu menyesuaikan diri, belajar tentang lingkungan secara praktis, dan mengembangkan rasa hormat yang mendalam pada semua makhluk ciptaan Tuhan. Seluruh potensi intelektual, emosional, dan spiritual murid juga dapat diaktifkan melalui pembelajaran di luar kelas (Kristyati Yuni, 2019).

Anak-anak dan remaja dapat mengalami peningkatan yang baik dalam perkembangan sosial, psikologis, dan fisik mereka melalui permainan. Pendekatan inovatif untuk pengembangan ranah emosional murid ialah pemanfaatan kegiatan bermain di luar kelas untuk pendidikan. Perkembangan sikap atau karakter—kerja sama, tanggung jawab, percaya diri, kejujuran, disiplin, gotong royong, ketekunan, dan rasa hormat—sangat dipengaruhi oleh hal ini. Manusia ideal seharusnya memiliki sifat atau watak yang tercantum dalam ranah emosional (Hartadji Herdi, 2016). Untuk memperoleh nilai, kemampuan, dan informasi melalui keterlibatan dalam kegiatan luar ruangan. Selain karakteristik kognitif, pendidikan luar ruangan mengkaji dimensi psikomotorik, emosional, sosial, dan spiritual.

Menurut Siregar dalam (Karisman, 2021), penulisan menemukan bahwa anak muda yang memiliki pengalaman langsung dan lebih terbiasa dengan lingkungannya belajar lebih banyak tentang lingkungan. Siswa menjadi lebih terhubung dengan lingkungan saat mereka berpartisipasi dalam kegiatan belajar langsung. Mengembalikan hubungan anak-anak dengan alam melalui pendekatan praktis membantu meningkatkan pemahaman mereka tentang masalah lingkungan dan mendorong perilaku ramah lingkungan.

Siswa harus terlibat dalam tantangan petualangan sebagai bagian dari program pendidikan luar ruangan. Memasak, bercocok tanam, menanam padi, trekking, panjat tebing, berkemah, memancing, bertahan hidup, menjelajah gua, jalan-jalan di pantai, dan kegiatan luar ruangan lainnya ialah beberapa contohnya (Mustofa, 2023). Pembelajaran yang menggabungkan petualangan dan banyak permainan disebut pendidikan luar ruangan. Misalnya, anak-anak dapat mengambil bagian dalam kegiatan eksplorasi lebih aktif. Melalui mengenal, mengamati,

berinteraksi, dan memperlihatkan empati atau kepekaan satu sama lain, kegiatan ini memungkinkan orang untuk memahami siapa mereka. Siswa dapat memperoleh pengalaman unik yang dapat mereka gunakan dalam kehidupan sehari-hari sebagai hasilnya. Siswa melihat prosedur, yang memotivasi mereka untuk memperoleh kemandirian. Dalam pendidikan olahraga, otonomi siswa sangat penting (Mawar Sari, 2017).

Kecerdasan emosional, menurut Daniel Goleman dalam (Maitrianti, 2021), ialah kapasitas untuk mengelola impuls dan menahan diri dari melebih-lebihkan kesenangan, mempertahankan motivasi diri dan menahan frustrasi, mengatur emosi, dan memastikan bahwa stres tidak mengganggu kemampuan seseorang untuk berpikir, berempati, dan berdoa. Karena lingkungan bersifat dinamis dan rentan pada perubahan mendadak, hal itu berdampak signifikan pada kecerdasan emosional. Akibatnya, kecerdasan emosional anak sangat dipengaruhi oleh lingkungannya, terutama orang tuanya. Kecerdasan emosional (EQ) dan kecerdasan kognitif (IQ) tidak saling eksklusif; sebaliknya, keduanya tumbuh pada tingkat konseptual dan praktis. Selain itu, EQ tidak terlalu dipengaruhi oleh variabel genetik. (Dartija, 2014).

Goleman dalam (Manizar, 2016) menyatakan bahwa kecerdasan emosional bukanlah konsep baru dalam psikologi. Goleman sengaja menyusun konsep ini agar mudah dipahami oleh siapa pun di luar bidang psikologi. Menurut Goleman, hasil beberapa penulisan memperlihatkan jika 80% kesuksesan seseorang dalam hidup dapat diprediksi oleh kecerdasan emosional, sedangkan 20% sisanya ialah kecerdasan umum. Kecerdasan itu sendiri tidak akan menciptakan pribadi yang sukses di masa depan jika tidak disertai dengan pengendalian emosi yang baik. Kecerdasan emosional sangat penting bagi remaja karena memungkinkan mereka untuk menyadari emosi mereka sendiri, mengendalikan emosi mereka, memotivasi diri mereka untuk selalu berusaha semaksimal mungkin, memahami orang lain dengan baik, dan menjaga hubungan sosial. Dengan demikian, kecerdasan intelektual dan spiritual menyeimbangkan kecerdasan emosional yang kuat (Dewi & Yusri, 2023).

Pertumbuhan kecerdasan emosional siswa terkait erat dengan pembelajaran pendidikan luar ruangan. Siswa dapat mengatasi rintangan, mengembangkan ikatan

sosial yang kuat, dan terlibat langsung dengan lingkungan melalui kegiatan di luar ruangan. Siswa dapat memperoleh kepercayaan diri, empati, dan keterampilan pengaturan emosi melalui pertemuan-pertemuan ini. Untuk membantu siswa lebih memahami diri mereka sendiri dan potensi mereka, alam juga menawarkan lingkungan yang mendukung untuk introspeksi. Hasilnya, pendidikan luar ruangan membantu siswa berkembang secara pribadi dan holistik selain meningkatkan kesehatan fisik mereka.

Salah satu strategi pendidikan yang menyediakan cara unik untuk mengajarkan materi sambil mengembangkan keterampilan emosional dan hidup siswa ialah pendidikan luar ruangan. Pendekatan ini menggunakan latihan luar ruangan atau rintangan alam yang dapat meningkatkan ketahanan, kerja sama tim, dan kepemimpinan. Meskipun pendidikan luar ruangan memiliki banyak harapan, penerapannya masih di bawah standar di seluruh Indonesia, termasuk di sekolah-sekolah Semarang, khususnya di daerah perkotaan. Isu utama yang akan diselidiki ialah dampak pendidikan luar ruangan pada pengembangan kecerdasan emosional pada siswa kelas tujuh di SMP N 29 Semarang.

Di dunia kontemporer, kecerdasan emosional—yang mencakup kapasitas untuk mengenali, memahami, mengendalikan, dan bereaksi pada emosi diri sendiri maupun orang lain—sangat penting. Siswa yang memiliki kecerdasan emosional tinggi lebih mungkin berhasil di sekolah dan dalam situasi sosial. Penulisan ini bertujuan untuk mengeksplorasi hubungan antara kedua modalitas pembelajaran dan kecerdasan emosional siswa, dengan mempertimbangkan pentingnya kecerdasan emosional dan kemungkinan pendidikan luar ruang dalam menumbuhkan kemampuan ini. Diharapkan bahwa temuan penulisan ini akan menjelaskan bagaimana pendidikan jasmani di sekolah-sekolah Semarang dapat digunakan sebaik-baiknya untuk menumbuhkan kecerdasan emosional anak-anak.

Banyak siswa di setiap kelas yang enggan dan bahkan tidak antusias mempelajari pendidikan jasmani, terutama selama materi berlangsung. Namun, jika permainan atau kegiatan yang diterapkan yang mencakup unsur-unsur bermain, siswa menjadi lebih antusias untuk berpartisipasi dalam pembelajaran. Inilah sebabnya mengapa peneliti melakukan penulisan di SMP N 29 Semarang. Selain itu, sejumlah besar siswa masih berjuang dengan manajemen emosional di kelas,

termasuk kesulitan mengidentifikasi dan mengendalikan emosi mereka sendiri, memotivasi diri sendiri, memahami perasaan orang lain (empati), dan membentuk ikatan (kerja sama) dengan orang lain. Dengan demikian, di SMP N 29 Semarang, peneliti berupaya memberikan pembelajaran berbasis pendidikan luar ruang.

Berdasarkan uraian di atas, maka penting untuk menggunakan model pembelajaran yang tepat agar siswa tidak kehilangan minat dalam belajar dan dapat mengembangkan kepribadian yang lebih baik, karena hal ini akan berdampak pada prestasi akademiknya. Rumusan masalah dalam penulisan ini ialah: 1) Apakah siswa kelas VII SMP N 29 Semarang lebih memiliki kecerdasan emosional setelah menggunakan model pembelajaran outdoor education? Tujuan penulisan ini ialah untuk mengetahui apakah model pembelajaran outdoor education dapat meningkatkan perkembangan kecerdasan emosional siswa kelas VII SMP N 29 Semarang.

METODE PENELITIAN

Penulisan ini menggunakan metodologi kuantitatif dengan menggunakan teknik eksperimen. Metodologi penulisan yang digunakan dalam penulisan ini ialah metodologi True Experimental dengan menggunakan kerangka kerja pre-test dan post-test control group. Desain ini memiliki dua kelompok. Kelompok pertama ialah kelas eksperimen yang mendapatkan perlakuan (X), sedangkan kelompok kedua ialah kelas kontrol yang tidak mendapatkan perlakuan. Metode ini digunakan untuk mendapatkan temuan data sebelum dan sesudah pemberian perlakuan. Suharsimi Arikunto menyatakan bahwa eksperimen ialah suatu metode untuk memastikan adanya hubungan sebab akibat antara dua variabel, yang sengaja dimanipulasi oleh peneliti sambil meminimalkan atau menghilangkan pengaruh yang tidak relevan. Eksperimen dilakukan untuk mengamati efek dari suatu perlakuan. Metode Eksperimen berusaha untuk memperoleh bukti yang kuat dan memberikan pengaruh yang signifikan pada suatu variabel. Data yang diperoleh dari penyelidikan ini dianalisis menggunakan perangkat lunak SPSS, seperti yang ditunjukkan pada tabel hasil dan pembahasan.

Tabel 1. Desain *PreTest-PostTest Control Group Design*

Jenis Kelas	<i>PreTest</i>	Treatmen	<i>PostTest</i>
Eksperimen (E)	O₁	X	O₂
Kontrol (K)	O₃		O₄

Keterangan :

E = Kelompok Eksperimen

K = Kelompok Kontrol

X = Perlakuan atau Treatmen

O₁ = *PreTest* kelas eksperimen sebelum dilakukan perlakuan/treatmen

O₃ = *PreTest* kelas kontrol tanpa perlakuan/treatmen

O₂ = *PostTest* kelas eksperimen sesudah dilakukan perlakuan/treatmen

O₄ = *PostTest* kelas kontrol tanpa perlakuan/treatmen

Penulisan ini dilaksanakan di SMP N 29 Semarang, dengan menggunakan sampel dari dua kelas VII yang ditetapkan sebagai kelompok eksperimen dan kontrol. Kelompok eksperimen akan mendapatkan perlakuan melalui penerapan paradigma pembelajaran Outdoor Education. Kelas kontrol ialah kelompok yang tidak mendapatkan perlakuan dan hanya diberikan pembelajaran melalui pendekatan pembelajaran standar (ceramah). Paradigma pembelajaran Outdoor Education digunakan dalam kelas pendidikan jasmani untuk siswa kelas VII di SMP N 29 Semarang. Partisipan dalam penulisan ini ialah siswa kelas VII di SMP N 29 Semarang, dengan dua kelas yang dipilih sebagai sampel: kelas 7C sebagai kelompok kontrol dan kelas 7B sebagai kelompok eksperimen.

Tabel 2. Sampel Penulisan

No	Kelas	Jumlah siswa
1.	Kelas 7B – Eksperimen	32
2.	Kelas 7C – Kontrol	32
Jumlah		64

Sumber data: SMP N 29 Semarang Tahun Ajaran 2024/2025

Penulisan ini mengidentifikasi praktik pengumpulan data sebagai salah satu faktor yang mempengaruhi kualitas hasil penulisan. Penulisan ini menggunakan

kuesioner sebagai alat pengumpulan datanya untuk memberikan temuan yang tepat. Kuesioner ini menggunakan skala Likert, yang memberikan nilai 1, 2, 3, 4, dan 5 untuk setiap respons. Sugiyono (2015) menegaskan bahwa "skala Likert digunakan untuk menilai sikap, pendapat, dan persepsi individu atau kelompok pada fenomena sosial." Skala Likert menguraikan variabel yang akan dinilai menjadi indikatornya masing-masing. Indikator-indikator ini berfungsi sebagai landasan untuk mengembangkan item instrumen dalam bentuk pertanyaan atau pernyataan yang selanjutnya akan dijawab oleh responden (Purbangkara Tedi & Nasution Nana Suryana, 2019). Kuesioner ini diberikan selama fase pra-tes dan pasca-tes untuk menilai hasil model pembelajaran Pendidikan Luar Ruang sebelum dan sesudah intervensi.

Tabel 3. Nilai Skala Likert

Kriteria	Skor	
	+	-
Sangat Setuju (SS)	5	1
Setuju (S)	4	2
Netral (N)	3	3
Tidak Setuju (TS)	2	4
Sangat Tidak Setuju (STS)	1	5

Uji kredibilitas dilakukan melalui uji coba instrumen untuk memastikan validitas dan reliabilitas temuan penulisan. Validitas, yang berasal dari istilah bahasa Inggris "validity," berkaitan dengan keakuratan instrumen penulisan. Suatu instrumen dianggap valid atau memiliki nilai validitas yang tinggi jika secara efektif mengukur konstruk yang dimaksud. V Reliability dalam bahasa Inggris mengacu pada konsistensi alat ukur. Sugiyono dalam (Sahanggamu & Mandey, 2014) menegaskan bahwa "Hasil penulisan dianggap reliabel jika data memperlihatkan konsistensi di berbagai titik waktu; dengan demikian, reliabilitas mengacu pada instrumen yang, ketika digunakan beberapa kali untuk mengukur objek yang sama, menghasilkan data yang identik." Penulisan ini mencakup penilaian validitas dan reliabilitas yang dilakukan oleh spesialis. Peneliti awalnya melakukan observasi sebelum penulisan untuk mendapatkan wawasan tentang

kondisi di sekolah. Setelah observasi ini, peneliti mengidentifikasi masalah, khususnya kurangnya analisis mengenai kecerdasan emosional siswa dalam proses pembelajaran dan tidak adanya klasifikasi mengenai pengembangan kecerdasan emosional di sekolah. Akibatnya, hal ini memungkinkan peneliti untuk menyelidiki lebih dalam dan memeriksa studi sebelumnya yang berkaitan dengan masalah ini. Selanjutnya, peneliti mengembangkan model pembelajaran Outdoor Education yang berfungsi sebagai intervensi yang bertujuan untuk meningkatkan kecerdasan emosional. Penulisan ini menggunakan metodologi penulisan kuantitatif dengan pendekatan quasi-eksperimental dengan desain kelompok kontrol non-equivalent. Penulisan ini mencakup dua kelas: kelas eksperimen dan kelas kontrol. Pendekatan pengambilan sampel yang digunakan ialah probability sampling dengan cluster random sampling, sehingga diperoleh total sampel sebanyak 64 siswa dari kedua kelas tersebut. Metode pengumpulan data meliputi pretest dan posttest dengan menggunakan alat ukur kecerdasan emosional.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penulisan ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh penerapan model pembelajaran *Outdoor education* pada pembentukan kecerdasan emosional siswa kelas VII yang ada di SMP N 29 Semarang. Dalam penulisan yang telah dilakukan diperoleh hasil sebagai berikut :

Tabel 4. Analisis Deskriptif

Descriptive Statistic					
	M	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
PreTest Kelas Kontrol	32	89	122	107,19	8,656
PostTest Kelas Kontrol	32	93	129	109,13	9,797
PreTest Kelas Eksperimen	32	93	131	113,22	10,175
PostTest Kelas Eksperimen	32	92	135	115,75	9,990
Valid N (listwise)	32				

Tabel 3 memperlihatkan jika skor rata-rata pretest untuk kelompok kontrol ialah 107,19, sedangkan skor rata-rata posttest ialah 109,13. Kelas eksperimen memperlihatkan rata-rata pretest senilai 113,22 dan rata-rata posttest senilai 115,75. Skor rata-rata posttest melebihi skor pretest berdasarkan temuan data

pretest dan posttest. Hal ini terjadi karena penggunaan paradigma pembelajaran Outdoor Education dalam kegiatan pendidikan yang dilakukan selama penulisan.

Tabel 5. Uji Normalitas Data PreTest – PostTest

	Tests of Normality					
	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
PreTest Kelas Kontrol	,096	32	,200	,975	32	,643
PostTest Kelas Kontrol	,075	32	,200	,975	32	,645
PreTest Kelas Eksperimen	,121	32	,200	,968	32	,451
PostTest Kelas Eksperimen	,163	32	,030	,961	32	,193

*. This is a lower bound of the true significance
a. Lilliefors Significance Correction

Referensi Tabel 4. Nilai signifikansi untuk eksperimen pra-tes dan pasca-tes masing-masing ialah 0,200 dan 0,030, sedangkan nilai signifikansi untuk kontrol pra-tes dan pasca-tes juga 0,200. Peneliti mendasarkan pilihan pada prinsip-prinsip yang ditetapkan oleh Kolmogorov dan Smirnov. Data dianggap normal jika nilai signifikansi melebihi 0,05 ($P > 0,05$). Jika nilai signifikansi kurang dari 0,05 ($P < 0,05$). Akibatnya, data diklasifikasikan sebagai anomali. Menurut temuan pemrosesan data SPSS yang ditunjukkan pada tabel di atas, tidak ada data $< 0,05$, yang memperlihatkan jika data terdistribusi "normal" dan cocok untuk melanjutkan ke fase berikutnya.

Tabel 6. Uji Homogenitas Data

Test of Homogeneity of Variance					
		Levene	df1	df2	Sig.
		Statistic			
Nilai	Based on Mean	,011	1	126	,915
	Based on Median	,010	1	126	,919
	Based on Median and with adjusted df	,010	1	124,173	,919
	Based on trimmed mean	,012	1	126	,914

Untuk memastikan homogenitas data, seseorang dapat merujuk pada signifikansi yang diperoleh dari mean dalam tabel hasil uji homogenitas yang dihasilkan oleh prosedur pengolahan data aplikasi SPSS. Nilai signifikansi yang diperoleh dari mean tersebut ialah 0,915. Dasar pengambilan keputusan bergantung pada metodologi analisis data; khususnya, tingkat signifikansi lebih dari 0,05 memperlihatkan homogenitas data, dan tingkat signifikansi kurang dari 0,05 menandakan heterogenitas. Ambang signifikansi di atas 0,05 ialah 0,915, yang memperlihatkan jika data tersebut homogen dan analisis lebih lanjut dapat dilanjutkan. Analisis Paired Sample T-test dilakukan untuk pengujian hipotesis menggunakan perangkat lunak SPSS. Dasar pengambilan keputusan ialah sebagai berikut:

1. Nilai Sig. (2-tailed) $< 0,05$ memperlihatkan perbedaan yang signifikan antara pendidikan luar ruangan dalam data pretest dan posttest.
2. Jika nilai signifikansi (2-tailed) melebihi 0,05, maka tidak ada perbedaan yang signifikan secara statistik antara pendidikan luar ruangan pada data pretest dan posttest.

Tabel 7. Hasil Uji Hipotesis

Paired Sample Test								
Paired Differences								
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of The Difference		t	df	Sig. (2-tailed)
				Lower	Upper			
Pair 1								
PreTest- PostTest	-,234	7,124	,891	-4,014	-,455	-2,509	63	,015

Kembali pada dasar-dasar pengambilan keputusan, khususnya pada tingkat signifikansi p {Sig (2-tailed)}. Jika $p > 0,05$, maka H_0 diterima; jika $p < 0,05$, maka H_0 ditolak.

- Ha: Pendekatan pembelajaran outdoor education berpengaruh signifikan pada kecerdasan emosional siswa kelas VII pada pembelajaran PJOK di SMPN 29 Semarang.
- Ho: Pendekatan pembelajaran outdoor education tidak berpengaruh pada kecerdasan emosional siswa kelas VII pada pembelajaran PJOK di SMPN 29 Semarang.

Kolom signifikansi (2-tailed) memperlihatkan nilai 0,015, yang berada di bawah 0,05; dengan demikian, hipotesis nol (Ho) ditolak dan hipotesis alternatif (Ha) diterima. Penerapan model pembelajaran pendidikan luar ruang berpengaruh signifikan pada kecerdasan emosional siswa kelas VII dalam pendidikan jasmani di SMP N 29 Semarang.

Keterlibatan terstruktur dalam kegiatan Pendidikan Luar Ruang meningkatkan motivasi dan akuntabilitas peserta, yang bertujuan untuk menambah pengetahuan, menumbuhkan keterampilan, dan menjelaskan nilai-nilai melalui pembelajaran eksperiensial. Kegiatan pendidikan luar ruang yang menuntut telah memaksa peserta untuk mempertahankan pembelajaran dan ketekunan mereka. Baik kegiatan individu maupun kelompok telah meningkatkan rasa tanggung jawab dan kepercayaan diri peserta (Karisman & Supriadi, 2018). Memperoleh pengetahuan melalui pengalaman, melibatkan indera, menjaga aktivitas fisik, menumbuhkan interaksi sosial, mengembangkan rasa identitas, dan membangun prinsip-prinsip etika pada alam (Kimmes, 2017).

Kegiatan pendidikan luar ruang mencakup pengalaman mengajar dan belajar yang mencakup beberapa permainan yang menantang, membuatnya sangat menarik bagi banyak anak. Misalnya, siswa dapat mengadopsi pendekatan yang lebih proaktif dalam menjelajahi atau mendaki bukit, sehingga terlibat dalam penemuan diri melalui perolehan pengetahuan, observasi, interaksi, dan penyesuaian dengan lingkungan sekitar. Hal ini memungkinkan siswa untuk mengumpulkan pengalaman yang harus diintegrasikan ke dalam kehidupan sehari-hari mereka. Kegiatan pendidikan luar ruangan mencakup pengalaman mengajar dan belajar yang melibatkan beberapa permainan yang berani, sehingga sangat menarik bagi banyak siswa. Misalnya, anak-anak dapat mengadopsi pendekatan yang lebih proaktif dalam menjelajahi atau mendaki bukit, sehingga terlibat dalam

penemuan diri melalui perolehan pengetahuan, observasi, interaksi, dan penyesuaian dengan lingkungan sekitar mereka. Hal ini memungkinkan siswa untuk mengumpulkan pengalaman yang harus diintegrasikan ke dalam kehidupan sehari-hari mereka (Farolia Riska & Candra Dewi Ratna, 2022).

Mengikuti temuan uji normalitas yang memperlihatkan distribusi data yang normal, dan uji homogenitas yang mengonfirmasi varians yang sama atau homogen. Tahap pengujian hipotesis berikutnya menggunakan uji-t (uji sampel berpasangan). Hasil uji-t untuk kecerdasan kinestetik kelompok eksperimen di bawah 0,05. Berdasarkan hasil uji t sampel berpasangan, dapat ditentukan bahwa hipotesis nol (H_0) ditolak dan hipotesis alternatif (H_a) diterima.

KESIMPULAN

Hasil penulisan memperlihatkan jika model pembelajaran Outdoor Education berpengaruh signifikan pada kecerdasan emosional siswa kelas VII SMP Negeri 29 Semarang. Data memperlihatkan nilai rata-rata kelas kontrol senilai 109,13 dan kelas eksperimen senilai 115,75. Kelas kontrol memiliki nilai rata-rata yang lebih rendah dibandingkan kelas eksperimen. Kelompok eksperimen memiliki hasil yang lebih unggul dan meningkatkan kecerdasan emosional anak dalam pendidikan jasmani. Uji hipotesis menghasilkan nilai signifikansi (2-tailed) senilai 0,015, yang memperlihatkan jika nilai signifikansi (2-tailed) kurang dari 0,05; dengan demikian, hipotesis nol (H_0) ditolak dan hipotesis alternatif (H_a) diterima. Paradigma pembelajaran Outdoor Education berpengaruh signifikan pada kecerdasan emosional siswa kelas VII dalam pendidikan jasmani di SMP N 29 Semarang. Pendekatan pembelajaran Outdoor Education lebih berhasil dalam meningkatkan kecerdasan emosional siswa dibandingkan metode pembelajaran tradisional, seperti gaya ceramah.

DAFTAR PUSTAKA

- Amiariasti, N. K., Ketut Suidiana, I., Dharmadi, M. A., Semarayasa, K., Yogi, K., & Lesmana, P. (2024). *Pengaruh Model Pembelajaran Terhadap Hasil Belajar Chest Pass Permainan Bola Basket Ditinjau Dari Motivasi Belajar Peserta Didik*. 9. <https://doi.org/10.24036/Sporta>
- Dartija, D. (2014). *HUBUNGAN ANTARA KECERDASAN EMOSIONAL DENGAN PRESTASI BELAJAR PENDIDIKAN JASMANI SISWA SMP NEGERI 1 SAWANG KABUPATEN ACEH SELATAN*. 1. <https://doi.org/https://doi.org/10.46244/penjaskesrek.v1i1.713>

- Dewi, S. R., & Yusri, F. (2023). Kecerdasan Emosi Pada Remaja. *Educativo: Jurnal Pendidikan*, 2(1), 65–71. <https://doi.org/10.56248/educativo.v2i1.109>
- Farolia Riska, & Candra Dewi Ratna. (2022). *Efektivitas Outdoor Education Terhadap Kemandirian Siswa Dalam Pendidikan Jasmani*. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-kesehatan-olahraga/article/view/50703>
- Hartadji Herdi. (2016). MODEL PERMAINAN AKTIVITAS LUAR KELAS UNTUK MENGEMBANGKAN RANAH KOGNITIF, AFEKTIF, DAN PSIKOMOTORIK SISWA SMA. *Jurnal of S.P.O.R.T*, 1. <https://doi.org/https://doi.org/10.37058/sport.v1i1.182>
- Karisman, V. A. (2021). Program Outdoor education dalam mengembangkan Sosial Skills Improving Social Skills Through Outdoor education. Dalam *Journal of Physical and Outdoor education* (Vol. 3, Nomor 2). <https://doi.org/https://doi.org/10.37742/jpoe.v3i2.195>
- Karisman, V. A., & Supriadi, D. (2018). *The Effect of Outdoor Education on Students' Responsibility and Self-Confidence*.
- Kimmes, L. (2017). *The Benefits Of Experiential Learning In An Outdoor Expedition The Benefits Of Experiential Learning In An Outdoor Expedition Setting Setting*. https://digitalcommons.hamline.edu/hse_cp/92
- Kristyati Yuni. (2019). PENERAPAN METODE PEMBELAJARAN DI LUAR KELAS DALAM PEMBELAJARAN MENULIS TEKS DESKRIPSI PADA SISWA KELAS X SMA NEGERI 8 CIREBON TAHUN PELAJARAN 2016-2017. *Jurnal Tuturan*. <https://doi.org/https://doi.org/10.33603/jt.v8i2.2856>
- Maitrianti, C. (2021). HUBUNGAN ANTARA KECERDASAN INTRAPERSONAL DENGAN KECERDASAN EMOSIONAL. *Jurnal MUDARRISUNA: Media Kajian Pendidikan Agama Islam*, 11(2). <https://doi.org/10.22373/jm.v11i2.8709>
- Manizar, E. (2016). MENGELOLA KECERDASAN EMOSI. *Jurnal Pendidikan Agama Islam*. <https://jurnal.radenfatah.ac.id/index.php/Tadrib/article/view/1168>
- Mawar Sari, S. P. (2017). PENGARUH PENDEKATAN PROBLEM SOLVING DALAM OUTDOOR EDUCATION PENDIDIKAN JASMANI TERHADAP SIKAP KEMANDIRIAN SISWA (PENELITIAN EKSPERIMENPADA SISWA KELAS IV DI SDN KETIB DAN SDN PANYINGKIRAN III KECAMATAN SUMEDANG UTARA KABUPATEN SUMEDANG). Dalam *SP VOL 1* (Vol. 1).
- Mustofa, M. N. (2023). *PENGEMBANGAN PEMBELAJARAN PENJAS MATERI ADVENTURE EDUCATION TERHADAP KECERDASAN KINESTETIK SISWA SDNEGERI 1 PALEBON TAHUN AJARAN 2023/2024*. 780–787.

- Nurjaman, J., Setiawan, E., Rahadian, A., Kastrena, E., Whinata Kardiyanto, D., & Abdul Gani, R. (2022). Efek Program Movement Education Model pada Perkembangan Fundamental Movement skill siswa. *JURNAL SPORTA SAINTIKA*, 18, 2579–5910. <https://doi.org/10.24036/Sporta>
- Purbangkara Tedi, & Nasution Nana Suryana. (2019). *PENGARUH PEMBELAJARAN OUTDOOR EDUCATION PENDIDIKAN JASMANI DALAM PEMBENTUKAN KECERDASAN EMOSIONAL PADA SISWA MAN 3 KARAWANG*. <https://doi.org/https://doi.org/10.35706/jurnalspeed.v2i1.1571>
- Rusydah Royan, A. A. (2024). STRATEGI PENDIDIKAN JASMANI UNTUK MENINGKATKAN PRESTASI SISWA DALAM MENJALANI KEHIDUPAN. Dalam *Jurnal Ilmiah SPIRIT* (Vol. 24, Nomor 2). <https://doi.org/https://doi.org/10.36728/jis.v24i2.3580>
- Sahanggamu, P. M., & Mandey, S. L. (2014). PENGARUH PELATIHAN KERJA, MOTIVASI, DAN DISIPLIN KERJA TERHADAP KINERJA KARYAWAN PADA PT. BANK PERKREDITAN RAKYAT DANA RAYA. *Jurnal EMBA*, 514–523. <https://doi.org/https://doi.org/10.35794/emba.2.4.2014.6359>
- Syamsul Arifin. (2017). *PERAN GURU PENDIDIKAN JASMANI DALAM PEMBENTUKAN PENDIDIKAN KARAKTER PESERTA DIDIK*. <https://doi.org/https://dx.doi.org/10.20527/multilateral.v16i1.3666>
- Widiastuti, W. (2019). MENGATASI KETERBATASAN SARANA PRASARANA PADA PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI [OVERCOMING FACILITIES LIMITATIONS AFFECTING PHYSICAL EDUCATION LEARNING ACTIVITIES]. *Polyglot: Jurnal Ilmiah*, 15(1), 140. <https://doi.org/10.19166/pji.v15i1.1091>
- Yunis Bangun, S. (2016). *Peran Pendidikan Jasmani dan Olahraga Pada Lembaga Pendidikan di Indonesia*. VI. <http://ojs.unm.ac.id/index.php/>