PENGARUH IMPLEMENTASI MODEL PEMBELAJARAN *OUTDOOR LEARNING* TERHADAP MOTORIK DASAR DALAM PENDIDIKAN JASMANI SISWA KELAS 1 SDN 106158 PEMATANG JOHAR

Hosianna Kristiani Anggelina Simatupang
FIP Universitas Negeri Medan
[1]kristintupang22@gmail.com

ABSTRACT

This study was motivated by the low level of fundamental motor skills among first-grade students in Physical Education, Sports, and Health (PJOK) learning, indicating the need for an instructional model capable of improving students' basic movement skills more effectively. The purpose of this study was to determine the effect of implementing the Outdoor Learning model on the fundamental motor skills of first-grade students at UPT SPF SD Negeri 106158 Pematang Johar in the 2025/2026 academic year. This study employed a quantitative approach using a quasi-experimental method with a Nonequivalent Control Group Design. The research sample consisted of 50 students, including 25 students in the experimental class and 25 students in the control class. Data were collected using an observation sheet measuring fundamental motor skills that had met the requirements of content validity, empirical validity, and reliability. Data were analyzed using SPSS through normality tests, homogeneity tests, and the Independent Sample t-test. The findings revealed that the mean posttest score of the experimental class was 88.64, which was higher than the control class mean score of 55.60. The hypothesis testing yielded a significance value (Sig. 2-tailed) of < 0.001 (< 0.05), indicating that H_0 was rejected and H_1 was accepted. These findings demonstrate that the implementation of the Outdoor Learning model has a significant positive effect on improving the fundamental motor skills of first-grade students. Therefore, the Outdoor Learning model can serve as an effective alternative instructional approach in Physical Education to enhance fundamental motor skills among elementary school students.

Keywords: Outdoor Learning, fundamental motor skills, Physical Education, elementary school.

ABSTRAK

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh rendahnya kemampuan motorik dasar siswa kelas I pada pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK), sehingga diperlukan model pembelajaran yang mampu meningkatkan keterampilan gerak dasar siswa secara lebih efektif. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh implementasi model pembelajaran *Outdoor Learning* terhadap kemampuan motorik dasar siswa kelas I UPT SPF SD Negeri 106158 Pematang Johar Tahun Ajaran 2025/2026. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan jenis penelitian *quasi experiment* melalui desain *Nonequivalent Control Group Design.* Sampel penelitian berjumlah 50 siswa yang terdiri atas 25 siswa kelas eksperimen dan 25 siswa kelas kontrol. Pengumpulan data dilakukan menggunakan lembar observasi kemampuan motorik dasar yang telah memenuhi

uji validitas isi, validitas empiris, dan reliabilitas. Analisis data dilakukan menggunakan bantuan program SPSS melalui uji normalitas, uji homogenitas, dan uji *Independent Sample t-test.* Hasil penelitian menunjukkan bahwa nilai rata-rata posttest kelas eksperimen sebesar 88,64 lebih tinggi dibandingkan kelas kontrol sebesar 55,60. Hasil uji hipotesis memperoleh nilai signifikansi (Sig. 2-tailed) < 0,001 (< 0,05), sehingga H_0 ditolak dan H_1 diterima. Temuan tersebut menunjukkan bahwa implementasi model pembelajaran *Outdoor Learning* berpengaruh secara signifikan terhadap peningkatan kemampuan motorik dasar siswa kelas I. Oleh karena itu, model pembelajaran *Outdoor Learning* dapat dijadikan sebagai salah satu alternatif pembelajaran PJOK untuk meningkatkan kemampuan motorik dasar siswa sekolah dasar.

Kata Kunci: *Outdoor Learning,* motorik dasar, PJOK, sekolah dasar.

A. Pendahuluan

Pendidikan merupakan proses yang berperan penting dalam mengembangkan potensi peserta didik secara menyeluruh, baik pada aspek pengetahuan, sikap, maupun keterampilan. Salah satu mata pelajaran yang mendukung perkembangan keterampilan peserta didik adalah Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK). Melalui pembelajaran PJOK, peserta didik tidak hanya memperoleh pemahaman mengenai aktivitas jasmani, tetapi juga mengembangkan kemampuan gerak yang menjadi dasar bagi aktivitas fisik dalam kehidupan sehari-hari. Pada jenjang sekolah dasar, penguasaan kemampuan motorik dasar menjadi fondasi penting karena berkaitan dengan perkembangan fisik, koordinasi gerak, keseimbangan, serta kesiapan peserta didik dalam mempelajari keterampilan gerak yang lebih kompleks.

Kemampuan motorik dasar meliputi keterampilan lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif yang perlu dikembangkan secara bertahap sesuai dengan karakteristik perkembangan peserta didik. Perkembangan kemampuan tersebut dipengaruhi oleh proses pembelajaran yang diterapkan guru. Pembelajaran yang masih berpusat pada guru cenderung membatasi keterlibatan aktif peserta didik sehingga kesempatan untuk mengeksplorasi berbagai aktivitas gerak menjadi kurang optimal. Kondisi tersebut berdampak pada rendahnya penguasaan kemampuan motorik dasar peserta didik serta kurang berkembangnya kepercayaan diri

dalam melakukan berbagai aktivitas fisik.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara dengan guru PJOK di UPT SPF SD Negeri 106158 Pematang Johar, ditemukan bahwa sebagian peserta didik kelas I masih mengalami kesulitan dalam melakukan gerak dasar seperti berlari, melompat, melempar, menangkap, dan menjaga keseimbangan tubuh. Selain itu, proses pembelajaran masih didominasi oleh metode konvensional sehingga aktivitas belajar belum sepenuhnya memberikan pengalaman belajar secara langsung kepada peserta didik. Kondisi tersebut menunjukkan perlunya penerapan model pembelajaran yang mampu melibatkan peserta didik secara aktif melalui kegiatan belajar yang kontekstual dan bermakna.

Salah satu model pembelajaran yang dapat diterapkan adalah *Outdoor Learning*. Model pembelajaran ini memanfaatkan lingkungan di luar kelas sebagai sumber belajar sehingga peserta didik memperoleh pengalaman belajar secara langsung melalui berbagai aktivitas fisik yang dirancang sesuai dengan tujuan pembelajaran. Penerapan *Outdoor Learning* memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk mengeksplorasi lingkungan, bekerja sama dengan teman sebaya, serta melakukan berbagai aktivitas gerak yang dapat mendukung perkembangan kemampuan motorik dasar. Dengan demikian, proses pembelajaran menjadi lebih aktif, menyenangkan, dan mampu meningkatkan motivasi belajar peserta didik.

Beberapa penelitian terdahulu menunjukkan bahwa penerapan model *Outdoor Learning* memberikan dampak positif terhadap hasil belajar maupun perkembangan kemampuan motorik peserta didik sekolah dasar. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa pembelajaran yang melibatkan aktivitas di luar kelas mampu meningkatkan partisipasi peserta didik, menciptakan pengalaman belajar yang lebih bermakna, serta mendukung perkembangan keterampilan gerak dasar secara lebih optimal. Meskipun demikian, penelitian mengenai pengaruh implementasi model *Outdoor Learning* terhadap kemampuan motorik dasar siswa kelas I sekolah dasar masih perlu dikembangkan pada berbagai konteks pembelajaran dan

karakteristik peserta didik yang berbeda.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh implementasi model pembelajaran *Outdoor Learning* terhadap kemampuan motorik dasar siswa kelas I UPT SPF SD Negeri 106158 Pematang Johar Tahun Ajaran 2025/2026. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi guru PJOK dalam memilih model pembelajaran yang efektif untuk meningkatkan kemampuan motorik dasar peserta didik serta menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan pembelajaran berbasis aktivitas di luar kelas.

B. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode eksperimen semu (*quasi experiment*) melalui desain *Nonequivalent Control Group Design*. Desain tersebut digunakan untuk membandingkan kemampuan motorik dasar siswa pada kelas eksperimen yang memperoleh perlakuan berupa implementasi model pembelajaran *Outdoor Learning* dengan kelas kontrol yang memperoleh pembelajaran konvensional. Penelitian dilaksanakan di UPT SPF SD Negeri 106158 Pematang Johar pada Tahun Ajaran 2025/2026.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas I yang berjumlah 50 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan *total sampling*, sehingga seluruh populasi dijadikan sampel penelitian yang terdiri atas 25 siswa kelas IA sebagai kelas eksperimen dan 25 siswa kelas IB sebagai kelas kontrol. Sebelum penelitian dilaksanakan, instrumen penelitian telah melalui uji validitas isi oleh dosen ahli serta uji validitas empiris dan uji reliabilitas terhadap 30 siswa kelas II yang berada di luar sampel penelitian menggunakan bantuan program IBM SPSS *Statistics.*

Pengumpulan data dilakukan melalui observasi terhadap kemampuan motorik dasar siswa menggunakan instrumen yang telah disusun berdasarkan indikator kemampuan lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif. Pengambilan data dilakukan melalui pemberian *pretest* sebelum perlakuan dan *posttest* setelah proses pembelajaran selesai dilaksanakan pada kedua kelompok penelitian.

Data yang diperoleh dianalisis menggunakan bantuan program IBM SPSS *Statistics.* Tahapan analisis meliputi analisis statistik deskriptif untuk menggambarkan karakteristik data, uji normalitas menggunakan uji *Shapiro–Wilk,* uji homogenitas menggunakan uji Levene, serta uji hipotesis menggunakan *Independent Sample t-test* pada taraf signifikansi 0,05 untuk mengetahui pengaruh implementasi model pembelajaran *Outdoor Learning* terhadap kemampuan motorik dasar siswa.

Tabel 1. Kelompok *Prestest* dan *Posttest*

Kelompok	*Pretest*	Perlakuan	*Posttest*
Eksperimen	O_1	X	O_2
Kontrol	O_3	-	O_4

Pretest kelas eksperimen

O_2 = *Posttest* kelas eksperimen

O_3 = *Pretest* kelas kontrol

O_4 = *Posttest* kelas kontrol

X = Perlakuan menggunakan model pembelajaran *Outdoor Learning*.

C.Hasil Penelitian dan Pembahasan

Hasil Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh implementasi model pembelajaran *Outdoor Learning* terhadap kemampuan motorik dasar siswa kelas I UPT SPF SD Negeri 106158 Pematang Johar Tahun Ajaran 2025/2026. Penelitian dilaksanakan pada dua kelompok, yaitu kelas eksperimen yang memperoleh pembelajaran menggunakan model *Outdoor Learning* dan kelas kontrol yang memperoleh pembelajaran secara konvensional. Sebelum perlakuan diberikan, kedua kelompok terlebih dahulu mengikuti *pretest* untuk mengetahui kemampuan awal motorik dasar siswa, kemudian setelah proses pembelajaran selesai dilaksanakan kedua kelompok diberikan *posttest*.

1. Uji Analisis Deskriptif

Hasil analisis statistik deskriptif menunjukkan bahwa kemampuan awal siswa pada kedua kelompok relatif tidak berbeda secara berarti. Nilai rata-rata *pretest* kelas eksperimen sebesar 37,56, sedangkan rata-rata *pretest* kelas kontrol sebesar 35,60. Setelah diberikan perlakuan, rata-rata nilai *posttest* kelas eksperimen meningkat menjadi 88,64, sedangkan kelas kontrol memperoleh rata-rata sebesar 55,60. Hasil tersebut menunjukkan bahwa peningkatan kemampuan motorik dasar siswa pada kelas eksperimen lebih tinggi dibandingkan dengan kelas kontrol.

Sebelum dilakukan pengujian hipotesis, data penelitian terlebih dahulu diuji melalui uji prasyarat analisis. Hasil uji normalitas menunjukkan bahwa seluruh data penelitian memiliki nilai signifikansi lebih besar dari 0,05 sehingga data berdistribusi normal. Selanjutnya, hasil uji homogenitas menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,690 pada data *pretest* dan 0,073 pada data *posttest*. Kedua nilai tersebut lebih besar dari 0,05 sehingga dapat disimpulkan bahwa varians kedua kelompok bersifat homogen. Dengan terpenuhinya kedua syarat tersebut, analisis hipotesis menggunakan *Independent Sample t-test* dapat dilakukan.

Hasil uji *Independent Sample t-test* menunjukkan nilai signifikansi (Sig. 2-tailed) < 0,001, yaitu lebih kecil dari taraf signifikansi 0,05. Berdasarkan hasil tersebut, H_0 ditolak dan H_1 diterima. Dengan demikian, implementasi model pembelajaran *Outdoor Learning* memberikan pengaruh yang signifikan terhadap kemampuan motorik dasar siswa kelas I UPT SPF SD Negeri 106158 Pematang Johar.

Peningkatan kemampuan motorik dasar pada kelas eksperimen menunjukkan bahwa penerapan model *Outdoor Learning* mampu menciptakan proses pembelajaran yang lebih aktif dan berpusat pada peserta didik. Aktivitas pembelajaran yang dilaksanakan di luar kelas memberikan kesempatan kepada siswa untuk melakukan berbagai gerak dasar secara langsung sehingga keterampilan lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif berkembang secara lebih optimal. Pengalaman belajar yang diperoleh melalui interaksi dengan lingkungan juga mendorong siswa lebih aktif berpartisipasi selama proses pembelajaran berlangsung.

Hasil penelitian ini sejalan dengan teori konstruktivisme yang menekankan bahwa pengetahuan dan keterampilan akan berkembang secara lebih optimal apabila peserta didik memperoleh pengalaman belajar secara langsung. Selain itu, temuan penelitian ini juga mendukung pendapat Husdarta yang menyatakan bahwa pembelajaran pendidikan jasmani akan lebih efektif apabila peserta didik terlibat aktif dalam berbagai aktivitas gerak sesuai dengan tujuan pembelajaran. Temuan ini juga memperkuat hasil penelitian terdahulu yang menunjukkan bahwa

model *Outdoor Learning* mampu meningkatkan hasil belajar serta kemampuan motorik dasar siswa sekolah dasar melalui pembelajaran yang lebih kontekstual, aktif, dan menyenangkan. Secara keseluruhan, hasil penelitian menunjukkan bahwa implementasi model pembelajaran *Outdoor Learning* memberikan pengaruh positif terhadap peningkatan kemampuan motorik dasar siswa kelas I. Model pembelajaran ini dapat dijadikan sebagai salah satu alternatif pembelajaran PJOK karena mampu menciptakan pengalaman belajar yang lebih bermakna serta mendukung perkembangan kemampuan gerak dasar peserta didik secara optimal.

Tabel 2. Hasil Statistik Deskriptif

Descriptive Statistics

	N	Range	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Pre-Test Eksperimen	25	21.000	27	48	37.56	6.602
Post-Test Eksperimen	25	15.000	81	96	88.64	4.536
Pre-Test Kontrol	25	21.000	25	46	35.60	6.474
Post-Test Kontrol	25	21.000	44	65	55.60	6.212
Valid N (listwise)	25					

Berdasarkan hasil analisis statistik deskriptif pada Tabel 1, diketahui bahwa jumlah responden pada masing-masing kelompok penelitian adalah sebanyak 25 siswa, sehingga total sampel penelitian berjumlah 50 siswa. Analisis statistik deskriptif dilakukan untuk memberikan gambaran umum mengenai hasil *pretest* dan *posttest* pada kelas eksperimen maupun kelas kontrol sebelum dilakukan analisis statistik inferensial.

Hasil analisis menunjukkan bahwa pada kelas eksperimen, nilai pretest memiliki rata-rata sebesar 37,56 dengan nilai minimum 27, nilai maksimum 48, rentang nilai sebesar 21, serta standar deviasi sebesar 6,602. Setelah diberikan perlakuan menggunakan model pembelajaran *Outdoor Learning,* rata-rata nilai *posttest* meningkat menjadi 88,64 dengan nilai minimum 81, nilai maksimum 96, rentang nilai sebesar 15, dan standar deviasi sebesar 4,536.

Sementara itu, pada kelas kontrol yang memperoleh pembelajaran menggunakan metode konvensional, rata-rata nilai *pretest* sebesar 35,60 dengan nilai minimum 25, nilai maksimum 46, rentang nilai sebesar 21, dan standar deviasi sebesar 6,474. Setelah proses pembelajaran berlangsung, rata-rata nilai *posttest* meningkat menjadi 55,60 dengan nilai minimum 44, nilai

maksimum 65, rentang nilai sebesar 21, serta standar deviasi sebesar 6,212.

Secara deskriptif, kedua kelompok mengalami peningkatan hasil belajar setelah proses pembelajaran. Namun demikian, peningkatan rata-rata nilai pada kelas eksperimen terlihat lebih tinggi dibandingkan dengan kelas kontrol. Selain itu, nilai standar deviasi pada posttest kelas eksperimen lebih kecil dibandingkan saat pretest, yang menunjukkan bahwa hasil belajar siswa pada kelas eksperimen cenderung lebih merata setelah diterapkannya model pembelajaran *Outdoor Learning.* Temuan deskriptif ini memberikan gambaran awal bahwa penerapan model pembelajaran *Outdoor Learning* berpotensi memberikan peningkatan terhadap kemampuan motorik dasar siswa, meskipun kepastian mengenai signifikansi pengaruh tersebut akan dibuktikan melalui analisis statistik inferensial pada pengujian hipotesis.

2. Uji Normalitas

Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui apakah data hasil penelitian berdistribusi normal atau tidak. Pengujian normalitas dalam penelitian ini dilakukan menggunakan metode *Kolmogorov-Smirnov* dengan bantuan program IBM SPSS *Statistics.* Data dinyatakan berdistribusi normal apabila memperoleh nilai signifikansi (Sig.) lebih besar dari 0,05, sedangkan data dinyatakan tidak berdistribusi normal apabila nilai signifikansi (Sig.) kurang dari atau sama dengan 0,05.

Tabel 3. Uji Normalitas

Kelompok Data	N	Sig. (Kolmogorov-Smirnov)	Keterangan
Pretest Kelas Eksperimen	25	0, 200	Normal
Posttest Kelas Eksperimen	25	0, 200	Normal
Pretest Kelas Kontrol	25	0, 200	Normal
Posttest Kelas Kontrol	25	0, 200	Normal

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah data penelitian memiliki distribusi normal sebagai salah satu persyaratan sebelum dilakukan pengujian hipotesis menggunakan statistik parametrik. Pengujian normalitas pada penelitian ini menggunakan metode *Kolmogorov-Smirnov* dengan bantuan program IBM SPSS *Statistics.* Data dinyatakan berdistribusi normal apabila nilai signifikansi (Sig.) lebih besar dari 0,05.

Berdasarkan hasil uji normalitas yang disajikan pada Tabel 2, diperoleh nilai signifikansi (Asymp. Sig. 2-tailed) sebesar 0,200 pada data

pretest kelas eksperimen, 0,200 pada data *posttest* kelas eksperimen, 0,200 pada data *pretest* kelas kontrol, serta 0,200 pada data *posttest* kelas kontrol. Seluruh nilai signifikansi tersebut berada di atas taraf signifikansi 0,05, sehingga masing-masing kelompok data dinyatakan berdistribusi normal.

3. Uji Homogenitas

Uji homogenitas dilakukan untuk mengetahui apakah varians data pada kelas eksperimen dan kelas kontrol memiliki tingkat kesamaan. Pengujian ini merupakan salah satu persyaratan yang harus dipenuhi sebelum dilakukan pengujian hipotesis menggunakan uji parametrik. Pada penelitian ini, uji homogenitas dilakukan dengan menggunakan Levene Test melalui bantuan program IBM SPSS Statistics. Data dinyatakan homogen apabila nilai signifikansi (Sig.) lebih besar dari 0,05, sedangkan apabila nilai signifikansi (Sig.) kurang dari atau sama dengan 0,05 maka data dinyatakan tidak homogen.

Tabel 4. Hasil Uji Homogenitas

Data	Sig.	Keterangan
Pretest	0,690	Homogen
Posttest	0,073	Homogen

Uji homogenitas dilakukan untuk mengetahui apakah varians data pada kelas eksperimen dan kelas kontrol memiliki tingkat keragaman yang sama. Pengujian ini merupakan salah satu syarat yang harus dipenuhi sebelum dilakukan uji hipotesis menggunakan analisis parametrik. Dalam penelitian ini, uji homogenitas dilakukan menggunakan *Levene Test* dengan bantuan program IBM SPSS Statistics. Dasar pengambilan keputusan ditentukan berdasarkan nilai signifikansi (Sig.), yaitu apabila nilai signifikansi lebih besar dari 0,05 maka data dinyatakan homogen.

Pengujian hipotesis dalam penelitian ini menggunakan *Independent Samples t-Test* dengan bantuan program IBM SPSS *Statistics.* Pemilihan uji tersebut didasarkan pada tujuan penelitian, yaitu membandingkan hasil *posttest* antara kelas eksperimen yang memperoleh pembelajaran menggunakan model *Outdoor Learning* dan kelas kontrol yang memperoleh pembelajaran secara konvensional. Analisis ini dilakukan setelah data dinyatakan memenuhi asumsi normalitas dan homogenitas sehingga layak untuk dianalisis menggunakan uji parametrik. Kriteria pengambilan keputusan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

a. Apabila nilai signifikansi (Sig. (2-tailed)) lebih kecil dari 0,05, maka H_1 diterima dan H_0 ditolak. Hasil tersebut menunjukkan bahwa model pembelajaran *Outdoor Learning* berpengaruh terhadap kemampuan motorik dasar siswa.
b. b. Apabila nilai signifikansi (Sig. (2-tailed)) lebih besar atau sama dengan 0,05, maka H_0 diterima dan H_1 ditolak. Hasil tersebut menunjukkan bahwa model pembelajaran *Outdoor Learning* tidak berpengaruh terhadap kemampuan motorik dasar siswa.

Tabel 5. Hasil Uji Hipotesis

Variabel	Mean Eksperimen	Mean Kontrol	t hitung	df	Sig. (2-tailed)	Keterangan
Kemampuan Motorik Dasar *(Posttest)*	88,64	55,60	21,479	48	<0,001	Terdapat pengaruh yang signifikan

Berdasarkan hasil uji *Independent Sample t-test* diperoleh nilai t_hitung sebesar 21,479 dengan derajat kebebasan (df) sebesar 48 dan nilai signifikansi (Sig. 2-tailed) sebesar <0,001. Nilai signifikansi tersebut lebih kecil daripada taraf signifikansi 0,05 (0,001 < 0,05). Dengan demikian H_0 ditolak dan H_1 diterima. Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara nilai *posttest* kelas eksperimen dan kelas kontrol setelah diberikan perlakuan.

Rata-rata nilai *posttest* pada kelas eksperimen sebesar 88,64, sedangkan rata-rata kelas kontrol sebesar 55,60. Perbedaan rata-rata tersebut menunjukkan bahwa siswa yang mengikuti pembelajaran menggunakan model Outdoor Learning memperoleh hasil kemampuan motorik dasar yang lebih baik dibandingkan siswa yang mengikuti pembelajaran konvensional. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa implementasi model pembelajaran *Outdoor Learning* berpengaruh secara signifikan terhadap kemampuan motorik dasar siswa kelas UPT SPF SD Negeri 106158 Pematang Johar.

Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh implementasi model pembelajaran *Outdoor Learning* terhadap kemampuan motorik dasar siswa kelas I UPT SPF SD Negeri 106158 Pematang Johar Tahun Ajaran 2025/2026. Analisis data dilakukan melalui tahapan uji prasyarat yang meliputi uji normalitas dan uji homogenitas, kemudian

dilanjutkan dengan pengujian hipotesis menggunakan Independent Sample t-test.

Hasil analisis statistik deskriptif menunjukkan bahwa kemampuan awal siswa pada kelas eksperimen dan kelas kontrol relatif tidak jauh berbeda. Hal tersebut terlihat dari rata-rata nilai *pretest* kelas eksperimen sebesar 37,56, sedangkan rata-rata nilai *pretest* kelas kontrol sebesar 35,60. Perbedaan rata-rata yang relatif kecil menunjukkan bahwa kemampuan motorik dasar kedua kelompok sebelum diberikan perlakuan berada pada kondisi yang hampir sama sehingga layak untuk dibandingkan pada tahap selanjutnya.

Proses pembelajaran dilaksanakan, terjadi peningkatan kemampuan motorik dasar pada kedua kelompok. Akan tetapi, peningkatan yang terjadi pada kelas eksperimen jauh lebih tinggi dibandingkan kelas kontrol. Nilai rata-rata *posttest* pada kelas eksperimen mencapai 88,64, sedangkan rata-rata posttest pada kelas kontrol sebesar 55,60. Selisih rata-rata tersebut menunjukkan bahwa penerapan model pembelajaran *Outdoor Learning* mampu memberikan hasil belajar yang lebih baik dibandingkan pembelajaran konvensional.

Sebelum dilakukan pengujian hipotesis, terlebih dahulu dilakukan uji prasyarat analisis. Berdasarkan hasil uji normalitas diketahui bahwa seluruh data penelitian memiliki nilai signifikansi lebih besar dari 0,05 sehingga data berdistribusi normal. Selanjutnya, hasil uji homogenitas menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,690 pada data *pretest* dan 0,073 pada data *posttest.* Kedua nilai tersebut lebih besar dari taraf signifikansi 0,05 sehingga dapat dinyatakan bahwa varians kedua kelompok bersifat homogen. Dengan terpenuhinya kedua syarat tersebut, analisis dapat dilanjutkan menggunakan uji *Independent Sample t-test.*

Hasil uji hipotesis menunjukkan bahwa nilai signifikansi (Sig. 2-tailed) sebesar <0,001 atau lebih kecil dari 0,05. Berdasarkan kriteria pengambilan keputusan, H_0 ditolak dan H_1 diterima. Dengan demikian dapat diartikan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dari implementasi model pembelajaran Outdoor Learning terhadap kemampuan motorik dasar siswa

kelas I UPT SPF SD Negeri 106158 Pematang Johar.

Peningkatan kemampuan motorik dasar pada kelas eksperimen terjadi karena model *Outdoor Learning* memberikan kesempatan kepada siswa untuk belajar secara langsung melalui aktivitas fisik di luar kelas. Proses pembelajaran yang dilakukan pada lingkungan nyata membuat siswa lebih aktif bergerak, berinteraksi dengan teman sebaya, serta memperoleh pengalaman belajar yang lebih konkret. Aktivitas tersebut membantu siswa mengembangkan kemampuan lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif secara lebih optimal dibandingkan pembelajaran yang hanya dilakukan di dalam kelas.

Temuan penelitian ini sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Husdarta yang menyatakan bahwa pembelajaran pendidikan jasmani akan lebih efektif apabila peserta didik terlibat secara aktif dalam berbagai aktivitas gerak yang dirancang sesuai dengan tujuan pembelajaran. Melalui kegiatan yang memberikan pengalaman langsung, siswa tidak hanya memahami materi secara konseptual, tetapi juga mampu mengembangkan keterampilan motorik melalui praktik yang berulang.

D. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa implementasi model pembelajaran *Outdoor Learning* berpengaruh secara signifikan terhadap kemampuan motorik dasar siswa kelas I UPT SPF SD Negeri 106158 Pematang Johar Tahun Ajaran 2025/2026. Hasil analisis menunjukkan bahwa kemampuan motorik dasar siswa pada kelas eksperimen mengalami peningkatan yang lebih tinggi dibandingkan kelas kontrol, yang ditunjukkan oleh rata-rata nilai *posttest* sebesar 88,64 pada kelas eksperimen dan 55,60 pada kelas kontrol. Hasil uji *Independent Sample t-test* memperoleh nilai signifikansi (Sig. 2-tailed) < 0,001 (<0,05), sehingga hipotesis penelitian diterima. Temuan ini menunjukkan bahwa model pembelajaran *Outdoor Learning* efektif dalam meningkatkan kemampuan motorik dasar siswa melalui aktivitas pembelajaran yang lebih aktif, kontekstual, dan memberikan pengalaman belajar secara langsung. Oleh karena itu, model pembelajaran *Outdoor*

Learning dapat dijadikan sebagai salah satu alternatif pembelajaran PJOK untuk mendukung pengembangan kemampuan motorik dasar siswa di sekolah dasar.

DAFTAR PUSTAKA

Buku :

Arif Rachman, Yochanan, Andi Ilham Samanlangi, H. P. (2024). *Dan R & D*. CV Saba Jaya Publisher.

Arikunto, S. (2010). *Metode Penelitian*. Galang Tanjung.

Creswell, J., Métodos, D. E. P., & Misto, Q. E. (2010). *Metode Qualitativo, Quantitativo* (M. Balejo Canto, Ed.).

Pandriadi, Vina N. Van Harling, A. W. (2023). *Statistika Dasar* (M. T. Sary Shandy & D. Y. E. K. Rahmantya, Eds.). Widina Media Utama.

Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.

Yani Balaka, M. (2022). *Metodologi Penelitian* (D. I. Ahmaddien, Ed.). Widina Bhakti Persada Bandung (Grup CV. Widina Media Utama).

Jurnal :

Adzkiah Annuha. (2024). The effectiveness of nature-based learning on early childhood gross. *Jurnal PENA PAUD*, *5*(2), 143–156. https://doi.org/10.33369/jpp.v5i2.38237

Akbar, Z., & Awalludin. (2020). Motoric stimulation on early childhood development. *Proceedings of the International Conference on Educational Science and Teacher Profession (ICEST 2019)*, *481*, 88–92. https://doi.org/10.2991/assehr.k.201027.019

Andy Supriady, Agus Mahendra, Dian Budiana, A. M. (2023). Improving fundamental movement skills. *Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*, *8*(2), 102–109. https://doi.org/10.17509/jpjo.v8i2.61277

As Sidiq, U. A., & Sumantri, R. J. (2025). Peningkatan kemampuan motorik kasar melalui permainan bolavoli. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, *15*(1), 22–26. https://doi.org/10.37630/jpo.v15i1.2542

Budiman. (2022). Sosialisasi metode pembelajaran bermain di luar ruangan anak usia dini: Pengabdian kepada masyarakat. *Jurnal Aksara Raga*, *4*, 67–71.

Bukvić, Z., Ćirović, D., & Nikolić, D. (2021). The importance of physical activity for the development of motor skills of younger school age children. *Medicinski Podmladak*, *72*(2), 34–39. https://doi.org/10.5937/mp72-31878

Creswell, J. W., Hanson, W. E., Clark Plano, V. L., & Morales, A. (2007). Qualitative research designs: Selection and implementation. *The Counseling Psychologist*, *35*(2), 236–264. https://doi.org/10.1177/0011000006287390

Feldasha Atha Cahya Dewi, Tias Budi Saputri, & Kunjung Ashadi. (2025). Gerak dasar sebagai fondasi: Peran fundamental movement skills dalam pembentukan motorik anak sekolah dasar usia 6–9 tahun. *Mutiara Pendidikan dan Olahraga*, *2*(6), 40–48. https://doi.org/10.61132/mupeno.v2i6.833

Hendra, J., & Putra, G. I. (2019). Manipulatif bagi anak melalui permainan olahraga di taman kanak-kanak. *Jurnal Muara Pendidikan*, *4*(2), 438–444.

Iivonen, S. A. K. S. (2013). Preschool children's fundamental motor skills: A review of significant determinants. *Early Child Development and Care*, *184*, 1107–1126. https://doi.org/10.1080/03004430.2013.837897

Lubans, D. R., Morgan, P. J., Cliff, D. P., Barnett, L. M., & Okely, A. D. (2010). Fundamental movement skills in children and adolescents. *Sports Medicine*, *40*(12), 1019–1035. https://doi.org/10.2165/11536850-000000000-00000

Muhammad Nasihul Waffak, Ervin Arifianti, & Rini Agustiningsih. (2024). Development of an outdoor play-based learning model to train gross motor skills in early childhood. *Kinestetik: Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani*, *8*(2), 275–281. https://doi.org/10.33369/jk.v8i2.34338

Nurdin. (2022). Pengaruh bermain outdoor terhadap perkembangan fisik motorik dan kreativitas anak. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, *6*(6), 5819–5826. https://doi.org/10.31004/obsesi.v6i6.3226

Nyla Arum Kusumawati, Anayanti Rahmawati, & B. W. (2023). Pengaruh bermain outdoor melalui circuit training. *Early Childhood Education and Development Journal*, *6*(1), 34–40.

Pratiwi, F. (2025). Analisis deskriptif kualifikasi guru PJOK pada kualitas aktivitas jasmani di wilayah 3T dalam konteks pencapaian SDG 3 (Good Health and Well-Being) dan SDG 4 (Quality Education). *Jurnal Keolahragaan*, *11*(2), 251. https://doi.org/10.25157/jkor.v11i2.21579

Rahmawati, E. (2017). Permainan modifikasi untuk stimulasi keterampilan gerak dasar manipulatif anak usia 2–4 tahun. *Jurnal Pendidikan: Early Childhood*, *1*(2), 1–13.

Riyanto, P., Fitrianti, H., & Mahuze, P. N. (2023). Peningkatan keterampilan gerak dasar (motorik) anak usia dini menggunakan outdoor learning. *Indonesian Journal of Early Childhood: Jurnal Dunia Anak Usia Dini*, *5*(1), 89–99. https://doi.org/10.35473/ijec.v5i1.2006

Saleh, A., Kahar, I., & Galugu, N. S. (2022). Latihan. *Jurnal Kejaora: Jurnal Kesehatan Jasmani dan Olah Raga*, *7*(2), 62–65.

Slovaca, A. M. (2006). Assessment of motor coordination in student aged 6 to 11 years. *Journal of Physical Education and Sport*, *17*(7), 293–302.

Sugiyono, D. (2019). Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan kuesioner. Analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis regresi dan analisis jalur. *Manajemen dan Bisnis*, *7*(1), 84–96.

Walser, T. M. (2014). Quasi-experiments in schools: The case for historical cohort control groups. *Practical Assessment, Research & Evaluation*, *19*(6).

Wick, K., Leeger-Aschmann, C. S., Monn, N. D., Radtke, T., Ott, L. V., Rebholz, C. E., Cruz, S., Gerber, N., Schmutz, E. A., Puder, J. J., Munsch, S., Kakebeeke, T. H., Jenni, O. G., Granacher, U., & Kriemler, S. (2017). Interventions to promote fundamental movement skills in childcare and kindergarten: A systematic review and meta-analysis. *Sports Medicine*, *47*(10), 2045–2068. https://doi.org/10.1007/s40279-017-0723-1

Widodo, B. (2010). Melatih keterampilan gerak dasar anak madrasah melalui aktivitas olahraga. *PGMI*, *11*(2), 244–253.