

IMPLEMENTASI MODEL PEMBELAJARAN OUTDOOR EDUCATION TERHADAP MINAT BELAJAR PJOK PADA KELAS V MI NURUL ISLAM GANTI

Baiq Nuril Paradisa¹, Maulidin², Supriadin³
Universitas Pendidikan Mandalika^{1,2,3}
maulidin@undikma.ac.id²

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui implementasi model pembelajaran *Outdoor Education* terhadap minat belajar PJOK siswa kelas V MI Nurul Islam Ganti. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain eksperimen satu kelompok. Sampel penelitian berjumlah 50 siswa kelas V. Instrumen penelitian berupa angket minat belajar PJOK yang memuat 24 butir pernyataan dengan skala Likert empat pilihan. Data dianalisis secara deskriptif melalui persentase, nilai minimum, maksimum, rata-rata, simpangan baku, dan kategori minat belajar. Hasil penelitian menunjukkan bahwa: (1) mayoritas jawaban siswa berada pada pilihan sangat setuju dan setuju; (2) skor rata-rata mencapai 77,06 dari skor maksimum 96 atau setara 80,27%; (3) sebanyak 26 siswa berada pada kategori tinggi; dan (4) 24 siswa berada pada kategori sangat tinggi. Simpulan penelitian menunjukkan bahwa implementasi model *Outdoor Education* mendukung terbentuknya minat belajar PJOK yang tinggi melalui pengalaman belajar yang aktif, menyenangkan, kontekstual, dan berbasis lingkungan luar ruang.

Kata Kunci: Minat Belajar, Outdoor Education, Pendidikan Jasmani, PJOK, Siswa Sekolah Dasar

ABSTRACT

This study aims to examine the implementation of the Outdoor Education learning model on fifth-grade students' interest in Physical Education at MI Nurul Islam Ganti. The study employed a quantitative approach with a one-group experimental design. The sample consisted of 50 fifth-grade students. The research instrument was a Physical Education learning interest questionnaire consisting of 24 items using a four-point Likert scale. Data were analyzed descriptively using percentages, minimum score, maximum score, mean, standard deviation, and learning interest categories. The results showed that: (1) most students' responses were in the strongly agree and agree categories; (2) the average score reached 77.06 out of a maximum score of 96, equivalent to 80.27%; (3) 26 students were in the high category; and (4) 24 students were in the very high category. In conclusion, the implementation of the Outdoor Education model supports the development of high interest in Physical Education learning through active, enjoyable, contextual, and outdoor-based learning experiences.

Keywords: Learning Interest, Outdoor Education, Physical Education, PJOK, Elementary School Students

PENDAHULUAN

Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) memiliki kedudukan penting dalam membangun peserta didik yang sehat, aktif, percaya diri, dan mampu berinteraksi secara sosial. Pada jenjang madrasah ibtidaiyah atau sekolah dasar, pembelajaran PJOK tidak hanya berorientasi pada keterampilan gerak, tetapi juga pada penguatan pengalaman belajar yang menyenangkan dan bermakna. Dalam konteks pendidikan jasmani modern, lingkungan luar ruang semakin dipandang sebagai ruang pedagogis yang dapat memperkaya pengalaman belajar peserta didik karena menghadirkan aktivitas fisik, eksplorasi lingkungan, kolaborasi, dan tantangan yang lebih autentik (Bjerke & Priqueler, 2026; Becker et al., 2017).

Permasalahan yang sering muncul dalam pembelajaran PJOK adalah rendahnya minat siswa ketika pembelajaran berlangsung secara monoton, kurang variatif, dan terlalu berpusat pada instruksi guru. Minat belajar menjadi faktor penting karena siswa yang memiliki perhatian, ketertarikan, antusiasme, dan keyakinan positif terhadap pembelajaran cenderung lebih aktif mengikuti aktivitas fisik. Hasil penelitian terkini menunjukkan bahwa inovasi pembelajaran PJOK, penggunaan modul aktivitas yang menarik, dan peran guru dalam memilih pendekatan pembelajaran yang sesuai dapat meningkatkan minat, motivasi, dan partisipasi siswa (Makruf et al., 2026; Prayadi & Putra, 2022).

Model *Outdoor Education* menjadi salah satu alternatif pembelajaran yang relevan untuk mengatasi rendahnya minat belajar PJOK. Model ini memanfaatkan lingkungan luar kelas sebagai sumber, media, dan ruang pengalaman belajar. Kegiatan pembelajaran dapat berupa permainan kooperatif, jelajah lingkungan, tantangan gerak, aktivitas kebugaran sederhana, dan tugas kelompok yang dirancang aman sesuai karakteristik usia siswa. Beberapa kajian menunjukkan bahwa pembelajaran di luar kelas berhubungan dengan peningkatan keterlibatan belajar, pengalaman autentik, kesejahteraan, dan interaksi sosial peserta didik (Cahyanto et al., 2024; Ly & Vella-Brodrick, 2024; Mann et al., 2022; Oberle et al., 2021).

Dalam pembelajaran PJOK, *Outdoor Education* memiliki relevansi yang kuat karena melibatkan tubuh, pikiran, emosi, dan relasi sosial siswa secara simultan. Aktivitas berbasis luar ruang dapat memperluas kesempatan gerak, mengurangi kecenderungan pasif, dan mendorong siswa untuk belajar melalui pengalaman langsung. Penelitian pada konteks pendidikan dasar menunjukkan bahwa aktivitas luar ruang dapat meningkatkan motivasi, tanggung jawab, kerja sama, keterampilan sosial, dan aktivitas fisik siswa dibandingkan pembelajaran yang hanya berlangsung di dalam ruang kelas atau lingkungan konvensional (Bentsen et al., 2021; Bølling et al., 2021; Hernawan et al., 2024; Karisman, 2021; Maulidin et al., 2025).

Berdasarkan observasi awal di MI Nurul Islam Ganti, pembelajaran PJOK kelas V masih membutuhkan variasi model pembelajaran yang lebih aktif dan menarik agar siswa tidak hanya mengikuti instruksi, tetapi juga merasa senang, tertarik, dan berpartisipasi dalam proses belajar. Kajian-kajian terdahulu tentang *Outdoor Education* dalam pendidikan jasmani, seperti *scoping review* Bjerke dan Priqueler (2026) serta *systematic review* Becker et al. (2017), masih banyak bersifat konseptual dan belum banyak menyajikan bukti empiris pada jenjang madrasah ibtidaiyah. Penelitian ini menawarkan kebaruan dengan menghadirkan data empiris implementasi *Outdoor Education* terhadap minat belajar PJOK siswa kelas V

melalui pengukuran kuantitatif berbasis angket, sebagai sudut pandang yang belum banyak dieksplorasi pada konteks madrasah ibtidaiyah. Oleh karena itu, penelitian ini difokuskan pada implementasi model pembelajaran *Outdoor Education* terhadap minat belajar PJOK siswa kelas V MI Nurul Islam Ganti. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui gambaran minat belajar PJOK siswa setelah diterapkan model *Outdoor Education* melalui analisis data angket minat belajar.

KAJIAN TEORI

Outdoor Education merupakan pendekatan pembelajaran yang menempatkan lingkungan luar ruang sebagai bagian integral dari proses belajar. Dalam pendidikan jasmani, pendekatan ini tidak sekadar memindahkan tempat belajar dari kelas ke luar ruangan, tetapi merancang pengalaman gerak, tantangan, refleksi, dan interaksi sosial yang bermakna. *Scoping review* terbaru menunjukkan bahwa pemanfaatan lingkungan luar dalam PJOK mencakup dimensi fisik, psikologis, sosial, perilaku, dan lingkungan sehingga sesuai dengan kebutuhan pembelajaran abad ke-21 (Bjerke & Priqueler, 2026). Kajian literatur lain juga menegaskan bahwa *Outdoor Education* dalam PJOK modern perlu dirancang sistematis, aman, dan berbasis tujuan agar aktivitas luar ruang tidak berhenti sebagai rekreasi, tetapi menjadi pengalaman belajar yang terarah (Becker et al., 2017).

Minat belajar dalam konteks PJOK dapat dipahami sebagai kecenderungan siswa untuk memperhatikan, menyukai, terlibat aktif, dan memiliki dorongan untuk mengikuti pembelajaran. Dalam pembelajaran jasmani, minat tidak hanya dibentuk oleh isi materi, tetapi juga oleh suasana belajar, metode guru, kesempatan bergerak, keberhasilan melakukan tugas, dan pengalaman sosial bersama teman. Studi tentang pembelajaran PJOK menunjukkan bahwa inovasi model, media, dan modul ajar dapat meningkatkan minat dan motivasi siswa karena memberi pengalaman yang lebih menantang dan sesuai kebutuhan belajar mereka (Hrušová et al., 2024; Makruf et al., 2026; Prayadi & Putra, 2022).

Pembelajaran luar ruang berpotensi meningkatkan minat belajar karena siswa memperoleh pengalaman belajar yang konkret dan dekat dengan kehidupan sehari-hari. Lingkungan sekitar sekolah dapat dijadikan ruang eksplorasi yang memungkinkan siswa bergerak, mengamati, bekerja sama, dan menyelesaikan tugas secara aktif. Studi pada sekolah dasar menemukan bahwa *outdoor learning* membantu meningkatkan keterlibatan siswa karena menghadirkan pengalaman autentik dan memperkuat hubungan antara materi belajar dengan lingkungan nyata (Cahyanto et al., 2024; Setiawati et al., 2023).

Selain berdampak pada minat, *Outdoor Education* juga berkaitan dengan aspek sosial dan kebugaran. Kegiatan luar ruang mendorong siswa untuk berkomunikasi, berbagi peran, mematuhi aturan permainan, serta membangun tanggung jawab kelompok. Penelitian tentang *education outside the classroom* memperlihatkan adanya peluang untuk menambah aktivitas fisik ke dalam kehidupan sekolah sehari-hari, sementara penelitian lain menunjukkan bahwa lingkungan luar dapat mengurangi *sedentary time* dan meningkatkan aktivitas fisik siswa (Bentsen et al., 2021; Bølling et al., 2021; Hernawan et al., 2024).

Karakteristik siswa kelas V yang berada pada fase aktif bergerak, senang bermain, dan membutuhkan pengalaman konkret membuat model *Outdoor Education* relevan diterapkan dalam PJOK. Melalui permainan tradisional, tantangan kelompok, dan kegiatan berbasis lingkungan, siswa dapat membangun

keterampilan motorik sekaligus keterampilan sosial. Temuan pada permainan hadangan dan program *outdoor education* menunjukkan bahwa aktivitas berbasis permainan luar ruang berkontribusi pada perkembangan motorik kasar dan keterampilan sosial anak (Bernhardin et al., 2023; Karisman, 2021). Dengan demikian, secara teoretis *Outdoor Education* berpotensi meningkatkan minat belajar PJOK karena menggabungkan unsur gerak, permainan, lingkungan, interaksi sosial, dan pengalaman sukses.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain eksperimen satu kelompok. Penelitian diarahkan untuk menggambarkan implementasi model *Outdoor Education* terhadap minat belajar PJOK siswa kelas V MI Nurul Islam Ganti. Subjek penelitian berjumlah 50 siswa yang terdiri atas 27 siswa laki-laki dan 23 siswa perempuan. Pemilihan subjek dilakukan berdasarkan keterjangkauan populasi kelas V yang mengikuti pembelajaran PJOK pada saat penelitian dilaksanakan.

Instrumen penelitian berupa angket minat belajar PJOK yang terdiri atas 24 butir pernyataan. Setiap butir menggunakan empat pilihan jawaban, yaitu Sangat Setuju, Setuju, Tidak Setuju, dan Sangat Tidak Setuju. Skor jawaban digunakan untuk memperoleh gambaran kecenderungan minat belajar siswa terhadap pembelajaran PJOK berbasis *Outdoor Education*. Indikator minat belajar mencakup perhatian siswa, ketertarikan, keinginan mengikuti aktivitas, antusiasme, keyakinan diri, dan partisipasi dalam proses pembelajaran.

Teknik pengumpulan data dilakukan dengan memberikan angket kepada siswa setelah implementasi pembelajaran *Outdoor Education*. Data dianalisis secara deskriptif melalui perhitungan frekuensi jawaban, persentase, skor total, nilai minimum, nilai maksimum, rata-rata, simpangan baku, dan kategori minat belajar. Kategori minat belajar disusun berdasarkan persentase capaian skor terhadap skor maksimum, sehingga hasil penelitian dapat ditafsirkan secara sistematis dan mudah dipahami.

HASIL PENELITIAN

Hasil penelitian diperoleh dari angket minat belajar PJOK yang diisi oleh 50 siswa kelas V MI Nurul Islam Ganti. Angket terdiri atas 24 butir pernyataan dengan empat pilihan jawaban. Rekapitulasi frekuensi jawaban siswa disajikan pada Tabel 1 berikut.

Tabel 1. Rekapitulasi Frekuensi Jawaban Angket Minat Belajar PJOK

No	Pilihan Jawaban	Frekuensi	Persentase
1	Sangat Setuju	515	42,92%
2	Setuju	469	39,08%
3	Tidak Setuju	170	14,17%
4	Sangat Tidak Setuju	46	3,83%

Berdasarkan Tabel 1, pilihan Sangat Setuju memperoleh frekuensi tertinggi, yaitu 515 jawaban atau 42,92%. Pilihan Setuju memperoleh 469 jawaban atau 39,08%. Dengan demikian, gabungan jawaban positif mencapai 82,00%,

sedangkan jawaban Tidak Setuju dan Sangat Tidak Setuju berjumlah 18,00%. Temuan ini menunjukkan bahwa sebagian besar siswa memberikan respons positif terhadap pembelajaran PJOK melalui model *Outdoor Education*.

Statistik deskriptif skor minat belajar PJOK secara keseluruhan disajikan pada Tabel 2 berikut.

Tabel 2. Statistik Deskriptif Skor Minat Belajar PJOK

N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation	Rata-rata Capaian
50	66	86	77,06	5,44	80,27%

Tabel 2 menunjukkan bahwa skor minimum minat belajar siswa adalah 66 dan skor maksimum 86. Rata-rata skor minat belajar sebesar 77,06 dengan simpangan baku 5,44. Jika dibandingkan dengan skor maksimum 96, rata-rata capaian minat belajar siswa mencapai 80,27%. Capaian ini menunjukkan bahwa minat belajar PJOK siswa berada pada kecenderungan tinggi setelah pembelajaran dilaksanakan dengan pendekatan *Outdoor Education*.

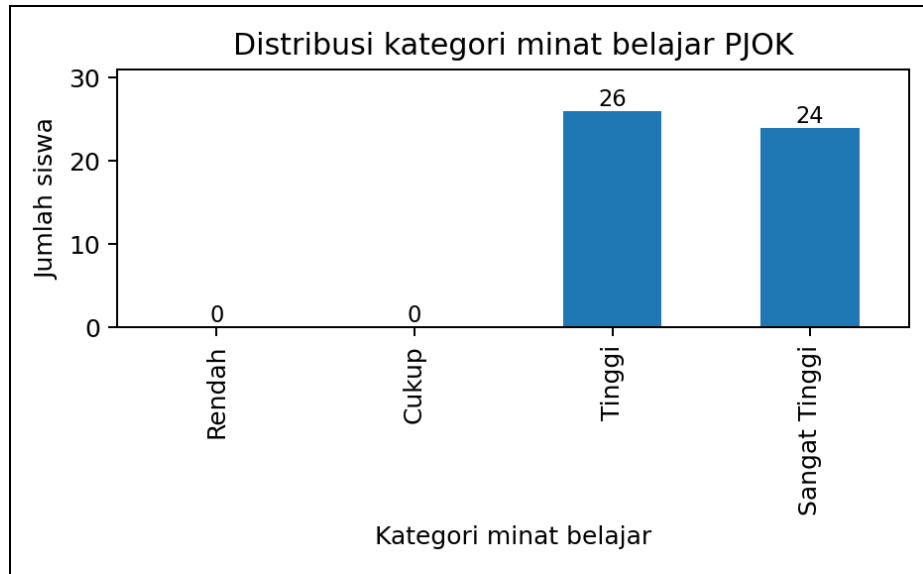
Distribusi kategori minat belajar PJOK siswa disajikan pada Tabel 3 berikut.

Tabel 3. Distribusi Kategori Minat Belajar PJOK

No	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	Rendah	0	0%
2	Cukup	0	0%
3	Tinggi	26	52%
4	Sangat Tinggi	24	48%

Berdasarkan Tabel 3, sebanyak 26 siswa atau 52% berada pada kategori tinggi dan 24 siswa atau 48% berada pada kategori sangat tinggi. Tidak terdapat siswa yang berada pada kategori cukup maupun rendah. Hal ini memperlihatkan bahwa implementasi *Outdoor Education* diterima secara positif oleh siswa dan mampu menghadirkan pengalaman pembelajaran PJOK yang menarik bagi mayoritas peserta didik.

Distribusi kategori minat belajar siswa secara visual disajikan pada Gambar 1 berikut.



Gambar 1. Distribusi Kategori Minat Belajar PJOK Siswa

Statistik deskriptif minat belajar berdasarkan jenis kelamin disajikan pada Tabel 4 berikut.

Tabel 4. Statistik Deskriptif Minat Belajar Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation	Rata-rata Capaian
Laki-laki	27	66	86	76,52	5,54	79,71%
Perempuan	23	66	86	77,70	5,38	80,93%

Tabel 4 menunjukkan bahwa rata-rata skor minat belajar siswa perempuan sebesar 77,70 atau 80,93%, sedangkan siswa laki-laki sebesar 76,52 atau 79,71%. Perbedaan rata-rata tersebut relatif kecil sehingga dapat ditafsirkan bahwa model *Outdoor Education* dapat diterima oleh siswa laki-laki maupun perempuan. Pembelajaran luar ruang memberi ruang bagi keduanya untuk bergerak, bekerja sama, dan menunjukkan partisipasi dalam kegiatan PJOK.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa implementasi model *Outdoor Education* memperoleh respons positif dari siswa. Persentase jawaban positif sebesar 82,00% mengindikasikan bahwa siswa merasa tertarik, senang, dan bersedia mengikuti aktivitas PJOK yang dilakukan melalui pengalaman belajar luar ruang. Temuan ini sejalan dengan penelitian Maulidin et al. (2025) yang menunjukkan bahwa pembelajaran berbasis aktivitas luar ruang mampu meningkatkan motivasi, tanggung jawab, dan kerja sama siswa sekolah dasar dalam pendidikan jasmani. Hasil ini juga konsisten dengan kajian Setiawati et al. (2023) bahwa *outdoor learning process* efektif meningkatkan kerja sama, motivasi belajar, dan hasil belajar siswa sekolah dasar.

Tingginya minat belajar siswa dapat dijelaskan melalui karakteristik *Outdoor Education* yang menghadirkan variasi aktivitas dan suasana belajar yang berbeda dari pembelajaran konvensional. Pembelajaran di luar ruang memberi stimulus

visual, sosial, dan motorik yang lebih kaya. Siswa tidak hanya menerima instruksi, tetapi ikut mengalami, mencoba, dan menyelesaikan tugas secara langsung. Cahyanto et al. (2024) menegaskan bahwa pemanfaatan lingkungan sekitar dalam pembelajaran sekolah dasar dapat meningkatkan *learning engagement* karena siswa memperoleh pengalaman autentik. Mann et al. (2022) juga menemukan bahwa *nature-specific outdoor learning* memberikan kontribusi terhadap pembelajaran dan perkembangan anak melalui pengalaman yang lebih dekat dengan lingkungan nyata.

Dilihat dari aspek minat belajar, *Outdoor Education* dapat memperkuat perhatian, ketertarikan, antusiasme, dan partisipasi. Aktivitas luar ruang membuat siswa memiliki alasan yang lebih kuat untuk terlibat karena kegiatan terasa seperti permainan, tantangan, dan pengalaman sosial. Penelitian Hrušová et al. (2024) menunjukkan bahwa pendekatan pembelajaran jasmani yang memadukan aktivitas luar ruang dan strategi motivasional dapat mendukung kebiasaan aktivitas fisik yang sehat. Temuan Lemberg et al. (2024) juga memperlihatkan bahwa pengalaman *outdoor recess* berkaitan dengan sikap yang lebih positif terhadap aktivitas fisik dan peluang bergerak di sekolah.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa seluruh siswa berada pada kategori tinggi dan sangat tinggi. Kondisi tersebut memperlihatkan bahwa pembelajaran PJOK berbasis *Outdoor Education* sesuai dengan karakteristik siswa kelas V yang senang bergerak, bermain, dan bekerja dalam kelompok. Aktivitas luar ruang memungkinkan siswa mengalami keberhasilan secara langsung, misalnya ketika mampu menyelesaikan tugas gerak, membantu teman, atau memenangkan tantangan kelompok. Pengalaman sukses semacam ini dapat menumbuhkan keyakinan diri dan meningkatkan keterlibatan belajar. Penelitian Varman et al. (2023) mengenai *experiential learning interventions* menunjukkan bahwa pembelajaran berbasis pengalaman berpotensi meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku aktivitas fisik anak.

Temuan ini juga memiliki makna penting bagi guru PJOK. Guru tidak cukup hanya menyampaikan materi gerak, tetapi perlu merancang situasi belajar yang aman, menyenangkan, dan sesuai dengan kebutuhan perkembangan siswa. Peran guru dalam memilih model, media, dan aktivitas sangat menentukan terbentuknya minat belajar. Prayadi dan Putra (2022) menegaskan bahwa guru PJOK berperan dalam meningkatkan minat belajar melalui penggunaan media, metode, perangkat pembelajaran, dan perlakuan terhadap siswa yang kurang aktif. Dalam konteks penelitian ini, *Outdoor Education* menjadi salah satu bentuk inovasi yang dapat digunakan guru untuk meningkatkan partisipasi siswa.

Dari perspektif sosial, *Outdoor Education* juga mendorong siswa untuk bekerja sama, berkomunikasi, dan menghargai aturan kegiatan. Aktivitas luar ruang biasanya membutuhkan kerja kelompok, strategi bersama, dan pembagian peran. Karisman (2021) menemukan bahwa program *outdoor education* berpengaruh terhadap keterampilan sosial siswa, sedangkan Ellinger et al. (2023) menunjukkan bahwa *education outside the classroom* memiliki potensi membentuk pola interaksi sosial dan relasi antar siswa. Dengan demikian, minat belajar PJOK yang tinggi dalam penelitian ini dapat dipahami tidak hanya sebagai ketertarikan terhadap aktivitas fisik, tetapi juga sebagai ketertarikan terhadap suasana sosial yang menyenangkan.

Pembelajaran luar ruang juga relevan dengan kebutuhan peningkatan aktivitas fisik siswa. Bentsen et al. (2021) menyatakan bahwa *education outside the classroom* dapat menjadi strategi promosi kesehatan sekolah dengan menambahkan aktivitas fisik ke dalam kehidupan belajar harian. Bølling et al. (2021) memperlihatkan bahwa *education outside the classroom* berhubungan dengan aktivitas fisik siswa, sedangkan Hernawan et al. (2024) menemukan bahwa *outdoor education* dapat meningkatkan aktivitas fisik dan mengurangi waktu sedentari dibanding pembelajaran konvensional. Temuan tersebut memperkuat bahwa *Outdoor Education* bukan hanya meningkatkan minat, tetapi juga memberi peluang bergerak yang lebih luas dalam pembelajaran PJOK.

Meskipun demikian, implementasi *Outdoor Education* perlu memperhatikan kesiapan guru, keamanan lingkungan, kondisi cuaca, ketersediaan ruang, dan pengelolaan kelas. Oberle et al. (2021) menunjukkan bahwa dukungan dan hambatan dalam *outdoor learning* perlu dipahami secara sistemik, termasuk dukungan sekolah, guru, lingkungan, dan kebijakan. Ly dan Vella-Brodrick (2024) juga menegaskan bahwa intervensi ruang hijau sekolah dapat berkontribusi pada kesejahteraan mental, fisik, dan sosial anak, tetapi tetap memerlukan desain program yang terencana. Oleh karena itu, penerapan *Outdoor Education* di MI Nurul Islam Ganti perlu dilakukan secara bertahap, terstruktur, dan disesuaikan dengan kondisi madrasah.

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini memperkuat bukti bahwa *Outdoor Education* dapat menjadi pendekatan pembelajaran PJOK yang relevan untuk meningkatkan minat belajar siswa sekolah dasar. Kesesuaian model ini terletak pada kemampuannya menggabungkan unsur aktivitas fisik, permainan, eksplorasi lingkungan, kerja sama, dan pengalaman konkret. Hal tersebut sejalan dengan penelitian Setiawan et al. (2024) yang menunjukkan bahwa *Outdoor Adventure Education* dalam pendidikan jasmani efektif meningkatkan kebugaran fisik, serta penelitian Bernhardin et al. (2023) yang menegaskan bahwa permainan luar ruang dalam PJOK dapat meningkatkan kemampuan motorik kasar anak sekolah dasar. Dengan demikian, *Outdoor Education* layak dijadikan alternatif model pembelajaran PJOK yang kontekstual, aktif, dan menyenangkan.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa implementasi model pembelajaran *Outdoor Education* mendukung terbentuknya minat belajar PJOK yang tinggi pada siswa kelas V MI Nurul Islam Ganti. Hal ini terlihat dari dominasi jawaban positif siswa serta seluruh siswa berada pada kategori tinggi dan sangat tinggi. Model *Outdoor Education* memberikan pengalaman belajar yang aktif, menyenangkan, kontekstual, dan berbasis lingkungan luar ruang sehingga mendorong siswa untuk lebih tertarik, antusias, percaya diri, dan berpartisipasi dalam pembelajaran PJOK. Implikasi penelitian ini menunjukkan bahwa guru PJOK dapat menggunakan *Outdoor Education* sebagai alternatif pembelajaran untuk mengurangi kejenuhan belajar dan meningkatkan keterlibatan siswa, dengan tetap memperhatikan keamanan, kesiapan lingkungan, dan perencanaan aktivitas yang sistematis.

DAFTAR PUSTAKA

- Becker, C., Lauterbach, G., Spengler, S., Dettweiler, U., & Mess, F. (2017). Effects of regular classes in outdoor education settings: A systematic review on students' learning, social and health dimensions. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 14(5), 485. <https://doi.org/10.3390/ijerph14050485>
- Bentsen, P., Mygind, L., Elsborg, P., Nielsen, G., & Mygind, E. (2021). Education outside the classroom as upstream school health promotion: "Adding-in" physical activity into children's everyday life and settings. *Scandinavian Journal of Public Health*, 50(3), 303-311. <https://doi.org/10.1177/1403494821993715>
- Bernhardin, D., Ward, R. F. V., & Alsyapari, F. (2023). Hadangan games to improve gross motor skills in elementary school children. *Journal of Physical and Outdoor Education*, 5(2), 10-16. <https://doi.org/10.37742/jpoe.v5i2.237>
- Bjerke, O., & Priquelet, T. (2026). The use of outdoor environments in school-based physical education: A scoping review. *Frontiers in Sports and Active Living*, 8, 1810598. <https://doi.org/10.3389/fspor.2026.1810598>
- Bølling, M., Mygind, E., Mygind, L., Bentsen, P., & Elsborg, P. (2021). The association between education outside the classroom and physical activity: Differences attributable to the type of space? *Children*, 8(6), 486. <https://doi.org/10.3390/children8060486>
- Cahyanto, B., Majid, D., Badaruddin, S., Dewi, Q. R. T., Oktaviani, E., & Saleh, H. (2024). Outdoor learning in elementary schools: Utilizing the surrounding environment to increase student learning engagement. *Jurnal Pemikiran dan Pengembangan Sekolah Dasar*, 12(2), 245-258. <https://doi.org/10.22219/jp2sd.v12i2.33364>
- Ellinger, J., Mess, F., Bachner, J., von Au, J., & Mall, C. (2023). Changes in social interaction, social relatedness, and friendships in education outside the classroom: A social network analysis. *Frontiers in Psychology*, 14, 1031693. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1031693>
- Hernawan, H., Widyawan, D., Mukhtar, M., Nugraha, H., & Haqiyah, A. (2024). Physical activities and sedentary time of students outdoor education and conventional education in primary schools. *International Journal of Disabilities Sports and Health Sciences*, 7(2), 389-395. <https://doi.org/10.33438/ijdshts.1403090>
- Hrušová, D., Chaloupský, D., Chaloupská, P., & Hruša, P. (2024). Blended learning in physical education: Application and motivation. *Frontiers in Psychology*, 15, 1380041. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1380041>
- Karisman, V. A. (2021). Program outdoor education dalam mengembangkan social skills. *Journal of Physical and Outdoor Education*, 3(2). <https://doi.org/10.37742/jpoe.v3i2.195>
- Lemberg, G. M., Kull, M., Mäestu, J., Riso, E. M., Mägi, K., & Mäestu, E. (2024). Outdoor recess is associated with more positive attitudes toward physical activity among pre-adolescent students and their parents. *Frontiers in Sports and Active Living*, 6, 1433801. <https://doi.org/10.3389/fspor.2024.1433801>
- Ly, S., & Vella-Brodrick, D. A. (2024). Effects of school-led greenspace interventions on mental, physical and social wellbeing in children and

- adolescents: A systematic review. *Educational Psychology Review*, 36. <https://doi.org/10.1007/s10648-024-09963-1>
- Makruf, A., Guntur, G., & Nugroho, A. W. (2026). Pengembangan modul ajar Net Game untuk meningkatkan minat dan motivasi peserta didik mengikuti pembelajaran penjasorkes (PJOK). *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 22(1), 39-52. <https://doi.org/10.21831/jpji.v22i1.90137>
- Mann, J., Gray, T., Truong, S., Brymer, E., Passy, R., Ho, S., Sahlberg, P., Ward, K., Bentsen, P., Curry, C., & Cowper, R. (2022). Getting out of the classroom and into nature: A systematic review of nature-specific outdoor learning on school children's learning and development. *Frontiers in Public Health*, 10, 877058. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2022.877058>
- Maulidin, M., Hidayatullah, M. R., & Darisman, E. K. (2025). The impact of outdoor activity-based learning on elementary school students' motivation and social skills development. *Jurnal Penelitian dan Pengkajian Ilmu Pendidikan: e-Saintika*, 9(2), 256-279. <https://doi.org/10.36312/e-saintika.v9i2.3181>
- Oberle, E., Zeni, M., Munday, F., & Brussoni, M. (2021). Support factors and barriers for outdoor learning in elementary schools: A systemic perspective. *American Journal of Health Education*, 52(5), 251-265. <https://doi.org/10.1080/19325037.2021.1955232>
- Prayadi, H. Y., & Putra, H. D. C. (2022). Peran guru PJOK dalam upaya meningkatkan minat dan pelaksanaan pembelajaran atletik nomor lompat siswa kelas V sekolah dasar negeri. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 18(1), 48-56. <https://doi.org/10.21831/jpji.v18i1.49136>
- Setiawan, I., Sukur, A., Hernawan, H., & Subandi, O. U. (2024). Improving physical fitness through the Outdoor Adventure Education Program in physical education in high school. *Gladi: Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 15(2), 162-173.
- Setiawati, E., Wijayanti, P. S., Rianto, R., & Sukasih, S. (2023). Efektivitas pembelajaran outdoor learning process terhadap peningkatan kerja sama, motivasi belajar, dan hasil belajar IPS siswa sekolah dasar. *Jurnal Paedagogy*, 10(1), 115-125. <https://doi.org/10.33394/jp.v10i1.6477>
- Varman, D. R., Cliff, D. P., Jones, R. A., Hammersley, M. L., Zhang, Z., Charlton, K., Kelly, B., & Okely, A. D. (2023). The effect of experiential learning interventions on physical activity outcomes in children: A systematic review. *PLOS ONE*, 18(11), e0294987. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0294987>