

THE EFFECT OF OUTBOUND THERAPY TO INCREASE SOCIAL INTERACTION OF STUDENTS OF SMAN 4 PEKANBARU

Era Nurrahfi, Zulfan Saam, Elni Yakub

Email: erahnurrahfi28@gmail.com, zulfan_saam@gmail.com, elniyakub19@gmail.com

Phone Number: 082174392867

*Guidance And Counseling Study Program
Faculty Of Teacher Training And Education
Riau University*

Abstract: *This study aims to determine the description of students social interactions before and after being given outbound therapy, find out the differences in social interactions before and after being given outbound therapy and to find out how much influence the outbound therapy has to increase student social interaction. This search with experimental methods, the research design used is Pre-Experimental with one group pre-test and post-test approach. The subject in the study were 20 students taken by purposive sampling technique with the criteria for the result of social relations scale (questionnaire). The results showed that: (1) the social interactions of students before being given outbound therapy were mostly in the low category and after being given outbound therapy were mostly in the high and very high categories. (2) There is a significant difference in the level of social interaction of students before and after aoutbound therapy is given. (3) there is a significant influence on students social interactions before and after aoutbound therapy is given.*

Key Words: *The Effect of Outbound Therapy, Social Interaction*

PENGARUH TERAPI *OUTBOUND* UNTUK MENINGKATKAN INTERAKSI SOSIAL SISWA SMA NEGERI 4 PEKANBARU

Era Nurrahfi, Zulfan Saam, Elni Yakub

Email: erahnurrahfi28@gmail.com, zulfan_saam@gmail.com, elniyakub19@gmail.com

Phone Number: 082174392867

*Program Studi Bimbingan dan Konseling,
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Riau*

Abstrak: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran interaksi sosial siswa sebelum dan sesudah diberikan terapi outbound, untuk mengetahui perbedaan interaksi sosial sebelum dan sesudah diberikan terapi outbound dan untuk mengetahui seberapa besar pengaruh terapi outbound untuk meningkatkan interaksi sosial siswa. Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan metode eksperimen, desain penelitian yang digunakan adalah *Pre-Eksperimental* dengan pendekatan *one group pre-test and post test* subjek dalam penelitian ini adalah 20 orang siswa yang memiliki interaksi sosial yang rendah. Hasil penelitian menunjukkan bahwa : (1) interaksi sosial siswa sebelum diberikan terapi outbound sebagian besar berada pada kategori rendah dan setelah diberikan terapi outbound sebagian besar berada pada kategori tinggi dan sangat tinggi. (2) Terdapat perbedaan yang signifikan tingkat interaksi sosial siswa sebelum dan sesudah diberikan terapi outbound. (3) Terdapat pengaruh yang signifikan terhadap interaksi sosial siswa sebelum dan sesudah diberikan terapi outbound.

Kata Kunci: Pengaruh Terapi Outbound. Interaksi Sosial.

PENDAHULUAN

Manusia sebagai makhluk sosial berarti manusia dituntut untuk saling mengadakan hubungan dengan individu lain dalam kehidupannya, sejak dia membentuk pribadinya sampai ia meninggal. Hal ini yang menyebabkan tidak mungkin terjadi bahwa manusia sebagai makhluk sosial dapat hidup sendirian ditengah-tengah pergaulan manusia. Menurut Bimo Walgito (2003), interaksi sosial ialah hubungan antara individu satu dengan individu lain, individu satu dapat mempengaruhi individu yang lain atau sebaliknya, jadi terdapat hubungan yang saling timbal balik. Lebih lanjut menurut Gilin dan Gilin (Soerjono Soekanto, 2003) interaksi sosial merupakan hubungan-hubungan sosial yang dinamis yang menyangkut hubungan antar orang-orang, antara kelompok-kelompok manusia, maupun antara orang perorangan dengan kelompok manusia.

Berdasarkan pendapat para ahli diatas yang menjelaskan bahwa interaksi sosial itu adalah bagaimana sikap individu dalam berinteraksi menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya yakni individu tersebut dapat saling berkerjasama satu sama lain, saling kenal mengenal, saling membantu satu sama lain. Interaksi sosial sangat diperlukan oleh remaja, karena pada masa remaja memiliki tugas perkembangan yaitu dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial, salah satu contohnya yaitu teman sebaya. Untuk itu harus bisa bergaul dengan baik agar dapat diterima dalam kelompoknya, karena jika remaja tidak beradaptasi dan diterima dalam kelompoknya maka ia akan terasingkan dan akan mengganggu proses perkembangannya. Kelompok teman sebaya memegang peranan penting dalam kehidupan remaja. Remaja sangat ingin diterima dan dipandang sebagai anggota kelompok teman sebaya, baik disekolah maupun diluar sekolah, oleh karenanya mereka cenderung bertingkah laku seperti kelompok teman sebayanya. Remaja mendapatkan pengakuan sebagai anggota kelompok baru yang ada dalam lingkungan sekitarnya melalui proses adaptasi. Remaja pun rela menganut kebiasaan-kebiasaan yang berlaku dalam suatu kelompok remaja. Setiap individu kebutuhan untuk dapat diterima merupakan suatu hal yang sangat mutlak sebagai makhluk sosial (Mustabiqotul Choeriyah, 2011).

Berdasarkan observasi dan hasil wawancara fenomena yang terjadi di SMA Negeri 4 Pekanbaru khususnya dikelas MIPA 4 selama menjalani penelitian disekolah tersebut bahwa sebagian siswa yang kurang bisa bersosialisasi dengan teman sekelas dikarenakan lebih suka melakukan kegiatan sendiri dibandingkan mengikuti bermain diluar kelas, ini dapat terlihat dari kurangnya interaksi siswa dengan teman sekelasnya yang mengakibatkan kurang rasa empati, sulit berkerjasama dengan yang lain, malu untuk memulai percakapan dengan orang lain, kurang mau membuka diri dengan orang lain, berteman dengan teman itu saja, kurang memiliki rasa tanggung jawab terhadap kelompok, sehingga siswa yang kurang dapat menjalin interaksi sosial dengan baik mengalami kesulitan untuk menyesuaikan diri dengan teman dan lingkungan sekitarnya, dan menyebabkan kurangnya kerjasama siswa dilingkungan sekolah.

Hal ini didukung oleh penelitian yang terdahulu Widia Sartika dkk (2013) permasalahan SMP N 21 Padang ditemukan bahwa terdapat siswa yang tidak dapat bekerja sama dalam kegiatan sekolah dengan teman sebayanya dengan baik,sebagian siswa tidak diterima di kelas dalam kelompok belajarnya, pemalu dalam mengutarakan pendapatnya, tampil ke depan umum atau kelas karena takut salah dan dicemoohkan oleh teman-temannya, siswa tidak mau membantu teman yang mengalami kesulitan dalam pemahaman materi belajar, masih ada sebagian siswa yang suka menyendiri

dengan tidak mau bergabung bermain dengan teman sebayanya dan membentuk kelompok-kelompok kecil dalam pergaulannya di kelas. Sedangkan hasil wawancara dari dua orang guru BK sekolah yang dilakukan pada tanggal 12 Maret 2012, terungkap bahwa sebenarnya siswa memiliki kemampuan dan keinginan untuk tampil di kelas, namun karena siswa sering mendapatkan perlakuan yang tidak menyenangkan dari teman di kelas saat belajar, seperti diperolok-olokan dan diejek oleh teman saat tidak dapat menjawab pertanyaan dari guru, maka siswa tidak berani untuk mengutarakan pendapatnya di kelas dalam belajar.

Untuk meningkatkan interaksi sosial yang rendah, diperlukan dukungan dari semua pihak yang terlibat, khususnya siswa itu sendiri. Salah satu cara untuk mengatasi masalah tersebut memberikan rancangan yaitu dengan melakukan terapi outbond dalam penelitian ini menggunakan 4 permainan, permainan yang digunakan peneliti ialah kapal pecah, senandung, lingkaran sahabat, lingkaran berbelit. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan M. Solkhan (2019) mengemukakan bahwa komunikasi dan interaksi pada simulasi game kegiatan outbound training berpengaruh secara simultan terhadap kerjasama pegawai. Hal ini dibuktikan dengan nilai f -hiting sebesar 16.380 dengan nilai sig. $0,000 < 0,05$.

Penelitian terdahulu yang tercantum diatas mendukung dan memperkuat penelitian yang dilaksanakan. Dari penelitian terdahulu dapat diasumsikan bahwa interaksi sosial dapat ditingkatkan melalui terapi outbound. Sesuai yang dikatakan oleh Zulfan Saam (2010) yang menyatakan outbound adalah kegiatan diluar ruangan atau dilapangan terbuka yang bertujuan untuk menanamkan berbagai nilai seperti nilai kerjasama, tanggung jawab, kejujuran, keberanian, kepercayaan diri, tenggang rasa, disiplin, sopan santun, pergaulan dan sebagainya.

Berdasarkan masalah yang ada, penelitian ini begitu penting dilakukan untuk siswa yang memiliki interaksi sosial yang rendah, segera di berikan bantuan agar siswa tersebut mampu mengembangkan karakternya dan mampu bersosialisasi dengan baik. Sehingga siswa tersebut dapat mencapai perkembangan diri yang optimal alam lingkungan sosialnya. Mengingat pentingnya interaksi sosial yang baik di lingkungan sekolah maka dalam hal ini peneliti ingin membuat penelitian yang berjudul “ Pengaruh Terapi Outbound Untuk Meningkatkan Interaksi Sosial Siswa Di SMA Negeri 4 Pekanbaru.”

METODE PENELITIAN

Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan metode eksperimen. Desain penelitian yang digunakan adalah Pre-eksperimental one group pre-test and post test. Subjek dalam penelitian ini adalah 20 orang siswa yang diambil dengan teknik purposive sampling dengan kriteria hasil skala interaksi sosial (angket). Data diperoleh dari instrument interaksi sosial yang disebarikan oleh peneliti dan diisi oleh responden. Data dianalisis secara deskriptif dan statistik menggunakan uji Wilcoxon dan spearman untuk menguji hipotesis.

HASIL PEMBAHASAN

Untuk mengetahui gambaran interaksi sosial siswa sebelum dan sesudah diberikan terapi outbound dapat dilihat pada tabel 1.

Tabel 1. Gambaran Interaksi Sosial Siswa Sebelum Dan Sesudah Diberikan Terapi *Outbound*

No	Kategori	Rentang Skor	Sebelum		Sesudah	
			F	%	F	%
1	Sangat Rendah	≤ 52	0	0	0	0
2	Rendah	53- 76	20	100	0	0
3	Sedang	77- 100	0	0	2	10
4	Tinggi	101- 124	0	0	14	70
5	Sangat Tinggi	125- 148	0	0	4	20
	Jumlah		20	100	20	100

Sumber: *Data Olahan Penelitian 2020*

Berdasarkan tabel 1 dapat disimpulkan bahwa interaksi sosial sebelum pelaksanaan outbound seluruhnya berada pada kategori rendah yaitu sebanyak 20 orang siswa. Setelah pelaksanaan outbound interaksi sosial siswa mengalami peningkatan yaitu 4 orang berada pada kategori sangat tinggi, 14 orang siswa berada pada kategori tinggi, dan 2 orang berada pada kategori sedang. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat dari perubahan interaksi sosial sebelum dan sesudah diberikan terapi outbound pada tabel dibawah ini. Terdapat perbedaan pada setiap aspek interaksi sosial terhadap 20 orang siswa. Perubahan tertinggi terdapat pada aspek keterbukaan dan aspek terendah terdapat pada aspek percakapan. Agar terlihat lebih jelas perubahan beberapa prilaku dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 2. Perubahan Prilaku Sebelum Dan Sesudah Treatment

No.	Prilaku yang belum berubah	Prilaku yang sudah berubah
1.	Menyapa ketika bertemu teman lainnya.	Menyapa ketika bertemu teman lainnya.
2.	Saya akan langsung menyampaikan perasaan tidak suka, pada orang yang tidak saya sukai	Hanya sebagai pendengar ketika sedang berbicara dengan orang lain.
3.	Saya berhati hati dalam berbicara agar tidak menyinggung perasaan lawan bicara	Sering mengomentari prilaku teman-teman lainnya.
4.	Saya akan menilai orang lain dengan penampilannya	Merasa curiga ketika teman-teman berbicara berbisik.

Perbedaan interaksi sosial siswa sebelum dan sesudah terapi outbound dapat diketahui melalui perhitungan statistik, penelitian menggunakan uji Wilcoxon dengan aplikasi SPSS 25 dan memperoleh hasil sebagai berikut:

Pengambilan keputusan dapat dilihat dari hasil angka signifikan Asymp. Sig. (2-tailed) ada uji Wilcoxon yang merupakan hasil pengolahan data sebelum dan sesudah menggunakan SPSS versi 25 dengan ketentuan apabila nilai Asymp. Sig. (2-tailed) lebih kecil dari $<0,05$ maka H_a diterima sebaliknya jika nilai Asymp. Sig. (2-tailed) lebih besar dari $>0,05$ maka H_a ditolak. Berdasarkan tabel 4.5 Hasil uji Wilcoxon menunjukkan Asymp. Sig (2-tailed) atau nilai probabilitas sebesar $(0,000) < \alpha (0,05)$ yang berarti H_a diterima dan H_0 ditolak. Hal ini menunjukkan ada peningkatan yang signifikan pada interaksi sosial dengan diberikan terapi outbound. Dengan demikian dapat dikatakan hipotesis yang menyatakan bahwa terdapat perbedaan tingkat interaksi sosial siswa kelas X SMA Negeri 4 Pekanbaru sebelum dan sesudah diberikan terapi outbound.

Besarnya pengaruh terapi outbound outbound untuk meningkatkan interaksi sosial dapat diketahui melalui uji statistik dengan menghitung koefisien determinasi yang didapat berdasarkan hasil perhitungan koefisien korelasi Spearman Rank dengan aplikasi SPSS versi 25 memperoleh hasil sebesar 70,3% sehingga koefisien determinasi dapat dihitung dengan mengkuadratkan koefisien dan memperoleh hasil sebagai berikut:

$$\begin{aligned}(rs)^2 &= (0,839)^2 \times 100 \% \\ &= (0,703)^2 \times 100 \% \\ &= 70,3 \%\end{aligned}$$

Berdasarkan perhitungan koefisien determinasi tersebut menyatakan bahwa pengaruh terapi outbound untuk meningkatkan interaksi sosial siswa sebesar 70,3% sedangkan 29,7% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang berasal dari dalam diri siswa maupun dari lingkungan siswa tersebut. Sehingga hipotesis yang menyatakan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan terapi outbound melalui permainan untuk meningkatkan interaksi sosial siswa kelas X SMA Negeri 4 Pekanbaru diterima.

PEMBAHASAN

Dari hasil penelitian terhadap 20 orang siswa sebelum diberikan terapi outbound terdapat pada kategori rendah, namun setelah diberikan terapi outbound interaksi sosial siswa mengalami peningkatan, yaitu 2 orang berada pada kategori sedang, 15 orang berada pada kategori tinggi dan 3 orang berada pada kategori sangat tinggi. Dapat dilihat bahwa ada perbedaan interaksi siswa sebelum dan sesudah diberikan terapi outbound walaupun tidak semua siswa berada pada kategori tinggi dan sangat tinggi tetapi juga terdapat 2 orang sedang. Hal ini Sesuai dengan penelitian yang dilakukan Devi Lutfia dkk (2014) Berdasarkan perbandingan pretest dan posttest, subjek mampu meningkatkan skornya mulai dari empat poin hingga empat puluh tujuh poin. Secara deskriptif perbedaan nilai mean subjek pada saat pretest 125 dan nilai mean posttest 143 sehingga perbedaan mean gain score yang diperoleh 18 poin.

Perbedaan interaksi sosial sebelum dan sesudah diberikan terapi outbound dapat dilihat dari uji statistik yang digunakan yaitu uji Wilcoxon. Hasil dari uji tersebut yaitu terdapat perbedaan yang signifikan sebelum dan sesudah diberikan terapi outbound, penerapan terapi outbound efektif meningkatkan interaksi sosial siswa. Didukung oleh hasil penelitian yang dilakukan oleh Aisyah Rahmadani, Yaswinda (2019) menyatakan

bahwa adanya pengaruh yang signifikan melalui permainan outbound terhadap perkembangan sosial anak di taman kanak-kanak kemala bhayangkari 03 alai padang hasil penelitian. bahwa ada pengaruh yang signifikan. bahwa ada pengaruh yang signifikan. Selanjutnya penelitian dari Siti Thalia Masganti Siti (2018) menyatakan adanya pengaruh yang signifikan dari permainan outbound terhadap kecerdasan kinestetik anak usia 5-6 tahun.

Berdasarkan perhitungan koefisien determinasi tersebut menyatakan bahwa besarnya kontribusi terapi outbound untuk meningkatkan interaksi sosial siswa sebesar 70,3% sedangkan 29,7% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang berasal dari dalam diri siswa maupun dari lingkungan siswa tersebut. Sehingga hipotesis yang menyatakan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan terapi outbound terhadap interaksi sosial siswa diterima. Dikatakan cukup efektif karena terjadi perubahan yang cukup berarti yaitu interaksi sosial siswa dari kategori rendah menjadi kategori tinggi dan sangat tinggi setelah diberikan Terapi outbound. Penulis dapat mengatakan hal ini berpengaruh, berlandaskan atas hasil uji sebelum pelaksanaan terapi outbound pada umumnya terletak diposisi rendah dan dibandingkan dengan setelah pelaksanaan terapi outbound interaksi sosial siswa mengalami peningkatan pada posisi yang tinggi. Hal ini sejalan dengan penelitian dari Hetti Sari Ramadhani dan Diana Rahmasari (2011) yang menyatakan penelitian ini menyimpulkan bahwa ada perbedaan yang signifikan nilai test rata-rata pada kelompok kontrol maupun eksperimen antara sebelum dan sesudah mengikuti outbound training sebesar 9,635 pada taraf $\alpha = 0,05\%$. Selain itu, outbound training mempunyai pengaruh yang signifikan sebesar 0,954 terhadap peningkatan kemampuan resolusi konflik interpersonal remaja.

Berdasarkan hasil penelitian di atas peneliti memaknai bahwa terapi outbound merupakan salah satu pengaruh untuk meningkatkan interaksi sosial siswa. Dikarenakan outbound merupakan sarana pembelajaran yang menyenangkan untuk menanamkan nilai-nilai dalam pergaulan, dengan demikian dapat disimpulkan bahwa outbound memiliki pengaruh terhadap interaksi sosial siswa di SMA Negeri 4 Pekanbaru.

SIMPULAN DAN REKOMENDASI

Simpulan

Interaksi sosial siswa sebelum diberikan terapi outbound sebagian besar berada pada kategori rendah, sedangkan sesudah diberikan terapi outbound untuk meningkatkan interaksi sosial siswa berada pada kategori tinggi dan sangat tinggi. Terdapat perbedaan yang signifikan interaksi sosial siswa sebelum dan sesudah diberikannya terapi outbound untuk meningkatkan interaksi sosial siswa. Terdapat pengaruh yang signifikan terapi outbound terhadap interaksi sosial siswa.

Rekomendasi

Kepada pihak sekolah hendaknya memberikan dukungan penuh terhadap pemberian layanan BK di SMA Negeri 4 Pekanbaru terutama dalam hal sarana dan prasarana serta kenyamanan di ruangan BK

Kepada guru BK agar dapat memperhatikan siswa yang memerlukan layanan bimbingan dan konseling, contohnya pemberian terapi outbound untuk mengembangkan perilaku baik siswa.

Kepada siswa yang sudah memiliki interaksi sosial yang baik agar dapat mempertahankannya dan bagi siswa yang belum agar dapat meningkatkannya. Kepada peneliti selanjutnya dapat meneliti variabel lain melalui terapi outbound ini.

DAFTAR PUSTAKA

Aditiya rizki. 2017. *Pengaruh pelatihan outbound terhadap karakter anak jalanan di kecamatan kuterejo kabupaten mojokerto*. E-jurnal UNESA. Vol 2 no 1

Arief Rahman Hakim dan Farida Nur Kumala. 2016. *Pengembangan Karakter Melalui Kegiatan Outbound*. Jurnal Moral Kemasyarakatan Vol.1, No.2

Bimo walgito. 2003. *Psikologi sosial*. Jakarta.

Hetti Sari Ramadhani dan Diana Rahmasari. 2011. *Efektifitas Penerapan Outbound Training Dalam Meningkatkan Kemampuan Resolusi Konflik Interpersonal Pada Remaja*. Jurnal Psikologi: Teori & Terapan, Vol. 2, No. 1, Agustus 2011

M. Solkhan. 2019. *Analisis Pengaruh Komunikasi Dan Interaksi Pada Kegiatan Outbound Training Terhadap Kerjasama Pegawai*. Jurnal Nomosleca Volume 5 Nomor 2.

Mustabiqotul choeriyah. 2011. *Upaya Meningkatkan Hubungan Sosial Antara Teman Sebaya Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Pada Siswa Kelas VIII SMP Islam Wonopringgo Pekalongan*. Skripsi tidak dipublikasikan. FKIP Universitas Negeri Semarang

Natawididjaja, Rochman. 2009. *Konseling kelompok konsep dasar dan pendekatan*. Bandung: Rizqi prees.

Sri Nurlaily. 2019. *Metode Permainan Outbound Dalam Upaya Peningkatan Kemandirian Anak*. Jurnal obor penmas, Vol. 2, No. 1.

Soerjono Soekanto. 2003. *Sosiologi suatu pengantar*. Cetakan ketiga puluh empat Jakarta PT Raja Grafindo Persada.

Zulfan Saam. 2010. *Psikologi pendidikan*. Cetakan pertama UR PRESS.