



OUTBOUND



PENULIS :

Sandra Arhesa, Baharuddin Hasan, Hasbi Asyhari,
I Gde Dhika Widarnandana, Hartman Nugraha,
Sucahyo Mas'an Al Wahid, Ewan Irawan, Hilman Yusup Juliaman,
Fizi Alafad

OUTBOUND

Sandra Arhesa
Baharuddin Hasan
Hasbi Asyhari
I Gde Dhika Widarnandana
Hartman Nugraha
Sucahyo Mas'an Al Wahid
Ewan Irawan
Hilman Yusup Juliaman
Fizi Alafad



GET PRESS INDONESIA

OUTBOUND

Penulis :

Sandra Arhesa
Baharuddin Hasan
Hasbi Asyhari
I Gde Dhika Widarnandana
Hartman Nugraha
Sucahyo Mas'an Al Wahid
Ewan Irawan
Hilman Yusup Juliaman
Fizi Alafad

ISBN : 978-634-255-755-6

Editor : Ari Yanto, M.Pd.

Desain Sampul dan Tata Letak : Tri Putri Wahyuni, S. Pd.

PENERBIT : GET PRESS INDONESIA

Anggota IKAPI No. 033/SBA/2022
Jl. Palarik RT 01 RW 06 Kelurahan Air Pacah
Kecamatan Koto Tangah Padang Sumatera Barat
website: www.getpress.co.id
email: adm.getpress@gmail.com

Cetakan pertama, September 2026

Hak cipta dilindungi undang-undang
Dilarang memperbanyak karya tulis ini dalam bentuk
dan dengan cara apapun tanpa izin tertulis dari penerbit.

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kami panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa, yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya sehingga buku berjudul *Outbound* ini dapat diselesaikan. Isi buku ini mencakup pembahasan tentang sejarah *outbound* dunia dan indonesia, konsep *outbound*, tujuan kegiatan *outbound*, tahapan dalam kegiatan *outbound*, siklus dalam kegiatan *outbound*, *output* kegiatan *outbound*, desain konsep *outbound*, *game ice breaking*, dan berbagai permainan *outbound* dalam kelompok. Akhir kata, semoga buku ini dapat menjadi referensi dan dapat memberikan manfaat serta inspirasi bagi semua pembaca.

Padang, Agustus 2026

Penulis

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR	i
DAFTAR ISI.....	ii
DAFTAR GAMBAR	v
BAB 1 SEJARAH <i>OUTBOUND</i> DUNIA DAN INDONESIA	1
1.1 Latar Belakang Perkembangan <i>Outbound</i>	1
1.2 Sejarah Perkembangan <i>Outbound</i> di Dunia	4
1.3 Sejarah Perkembangan <i>Outbound</i> di Indonesia	7
1.4 Perkembangan <i>Outbound</i> pada Era Modern.....	10
1.5 Refleksi Sejarah <i>Outbound</i> sebagai Landasan Pengembangan Kegiatan.....	13
DAFTAR PUSTAKA.....	16
BAB 2 KONSEP <i>OUTBOUND</i>	19
2.1 Pengertian dan Filosofi Dasar <i>Outbound</i>	19
2.2 Jenis-Jenis Kegiatan <i>Outbound</i>	23
DAFTAR PUSTAKA.....	34
BAB 3 TUJUAN KEGIATAN <i>OUTBOUND</i>.....	37
3.1 Tujuan Umum Kegiatan <i>Outbound</i>	38
3.2 Tujuan Khusus Kegiatan <i>Outbound</i>	41
DAFTAR PUSTAKA.....	48
BAB 4 TAHAPAN DALAM KEGIATAN <i>OUTBOUND</i>	51
4.1 Pra <i>Outbound</i>	53
4.2 <i>Event Outbound</i>	58
4.3 <i>Pasca Outbound/ Evaluasi</i>	61

DAFTAR PUSTAKA.....	63
BAB 5 SIKLUS DALAM KEGIATAN <i>OUTBOUND</i>.....	65
5.1 Siklus dalam Kegiatan <i>Outbound</i>	68
5.2 Tahap <i>Experience</i> (Pengalaman).....	68
5.3 Tahap <i>Reflect</i> (Refleksi).....	73
5.4 Tahap <i>Form Concept</i> (Pembentukan Konsep)	78
5.5 Tahap <i>Test Concept</i> (Pengujian Konsep).....	84
DAFTAR PUSTAKA.....	90
BAB 6 <i>OUTPUT</i> KEGIATAN <i>OUTBOUND</i>	91
6.1 <i>Outbound</i> sebagai Media Pendidikan Karakter	92
6.2 Hubungan <i>Outbound</i> dengan Pengembangan Sumber Daya Manusia	92
6.3 Luaran Jenis <i>Outbound Team Building</i>	93
6.4 Luaran Jenis <i>Outbound</i> Kepemimpinan (<i>Leadership</i>)	100
6.5 Manajemen Stres (<i>Refreshing</i>).....	109
DAFTAR PUSTAKA.....	117
BAB 7 DESAIN KONSEP <i>OUTBOUND</i>	119
7.1 Etika Menulis.....	121
7.2 Prinsip-prinsip Desain <i>Outbound</i>	125
7.3 Tahapan Penyusunan Desain <i>Outbound</i>	135
7.4 Peran Fasilitator dalam <i>Outbound</i>	140
7.5 <i>Outbound</i> sebagai Media Pendidikan Karakter	141
DAFTAR PUSTAKA.....	144
BAB 8 <i>GAME ICE BREAKING</i>	147
8.1 Peran <i>Ice Breaking</i> dalam Kegiatan <i>Outbound</i>	147

8.2 Konsep dan Karakteristik <i>Game Ice Breaking</i>	148
8.3 Jenis-Jenis <i>Game Ice Breaking</i> dalam <i>Outbound</i>	149
8.4 Teknik Pelaksanaan <i>Game Ice Breaking</i>	172
8.5 Optimalisasi <i>Ice Breaking</i> untuk Membangun Dinamika Kelompok	173
DAFTAR PUSTAKA.....	175
BAB 9 BERBAGAI PERMAINAN <i>OUTBOUND</i>	
DALAM KELOMPOK.....	177
9.1 Jenis-Jenis Permainan dalam <i>Outbound</i>	182
9.2 <i>Outbound</i> Kelompok (Permainan).....	184
DAFTAR PUSTAKA.....	188
INDEKS	189
GLOSARIUM	191
BIODATA PENULIS.....	200

DAFTAR GAMBAR

Gambar 5. 1 Siklus Belajar Efektif dari Boyett and Boyett....	66
Gambar 5. 2 Permainan Spider Web	71
Gambar 4. 1 Tahapan Kegiatan <i>Outbound</i>	52
Gambar 4. 2 Alur <i>Event Outbound</i>	58
Gambar 5. 1 Siklus Belajar Efektif dari Boyett and Boyett....	66
Gambar 5. 2 Permainan Spider Web	71
Gambar 8. 1 Permainan Bola Nama	151
Gambar 8. 2 Permainan Cari Teman yang Sama	152
Gambar 8. 3 Permainan Perkenalan Berantai	153
Gambar 8. 4 Permainan Dua Fakta dan Satu Kebohongan.	154
Gambar 8. 5 Permainan <i>Simon Says</i>	156
Gambar 8. 6 Permainan Tepuk Variasi.....	157
Gambar 8. 7 Permainan Ikuti Gerak Pemimpin	158
Gambar 8. 8 Permainan Patung Bergerak.....	159
Gambar 8. 9 Permainan Hitam Hijau.....	160
Gambar 8. 10 Permainan Tepuk Konsentrasi.....	161
Gambar 8. 11 Permainan Angka Berantai	162
Gambar 8. 12 Permainan Fokus Warna dan Gerakan	163
Gambar 8. 13 Permainan Simpul Manusia.....	165
Gambar 8. 14 Permainan Estafet Pesan	166
Gambar 8. 15 Permainan Menara Sedotan	167
Gambar 8. 16 Permainan Pindah Bola Kelompok.....	168
Gambar 8. 17 Permainan <i>Chicken Dance</i>	169
Gambar 8. 18 Permainan Gerak dan Lagu.....	170
Gambar 8. 19 Permainan Zip Zap Zop	171

BAB 1

SEJARAH *OUTBOUND* DUNIA DAN INDONESIA

Oleh Sandra Arhesa

1.1 Latar Belakang Perkembangan *Outbound*

Outbound merupakan salah satu pendekatan pembelajaran di luar ruang (*outdoor learning*) yang mengintegrasikan aktivitas fisik, permainan, tantangan, dan refleksi sebagai sarana untuk mengembangkan kemampuan individu maupun kelompok. Dalam perkembangannya, *outbound* tidak lagi dipandang sekadar sebagai kegiatan rekreasi atau hiburan, tetapi telah menjadi media pembelajaran yang dirancang secara sistematis untuk meningkatkan aspek kognitif, afektif, dan psikomotor peserta. Melalui berbagai aktivitas yang bersifat partisipatif, peserta memperoleh pengalaman langsung yang mendorong terbentuknya keterampilan sosial, kepemimpinan, komunikasi, pemecahan masalah, dan kerja sama tim (Rahmawati & Yuliastrid, 2019).

Sejarah *outbound* memiliki keterkaitan yang erat dengan perkembangan pendidikan berbasis pengalaman (*experiential learning*) yang berkembang di berbagai negara. Memahami sejarah perkembangan *outbound* menjadi penting karena sejarah tidak hanya menjelaskan asal-usul suatu konsep, tetapi juga memberikan pemahaman mengenai perubahan tujuan, filosofi, serta implementasi *outbound* dari

masa ke masa. Menurut Seaman, Brown, dan Quay (2017), evolusi *experiential learning* menunjukkan bahwa pembelajaran berbasis pengalaman berkembang dari praktik lapangan menjadi sebuah pendekatan pedagogis yang memiliki landasan ilmiah kuat dalam dunia pendidikan modern.

Perkembangan *outbound* juga dipengaruhi oleh meningkatnya kebutuhan dunia pendidikan terhadap metode pembelajaran yang mampu melibatkan peserta didik secara aktif. Pembelajaran konvensional yang berpusat pada guru dinilai belum sepenuhnya mampu mengembangkan kemampuan berpikir kritis, kolaborasi, komunikasi, kreativitas, serta kemampuan adaptasi terhadap berbagai situasi nyata. Oleh karena itu, kegiatan *outbound* menawarkan alternatif pembelajaran yang menempatkan peserta sebagai subjek utama dalam memperoleh pengalaman belajar melalui aktivitas langsung di lingkungan terbuka sehingga proses belajar menjadi lebih bermakna dan kontekstual (Townley, Martinez, & Clark, 2024).

Hubungan antara pendidikan, petualangan (*adventure*), dan *experiential learning* menjadi salah satu karakteristik utama dalam kegiatan *outbound*. Tantangan yang diberikan dalam setiap aktivitas bukan bertujuan untuk menguji kemampuan fisik semata, melainkan menjadi media untuk membangun kepercayaan diri, kemampuan mengambil keputusan, kepemimpinan, pengendalian emosi, dan kerja sama. Setelah setiap aktivitas selesai, peserta diajak melakukan proses refleksi sehingga pengalaman yang diperoleh dapat dihubungkan dengan kehidupan sehari-hari maupun lingkungan kerja. Pendekatan ini menjadikan *outbound* sebagai implementasi nyata dari teori *experiential learning* dalam proses pendidikan.

Di Indonesia, *outbound* mengalami perkembangan yang cukup pesat dan telah dimanfaatkan dalam berbagai bidang, seperti pendidikan, pelatihan sumber daya manusia, organisasi, pemerintahan, maupun dunia industri. Konsep *outbound* yang semula lebih dikenal sebagai kegiatan alam terbuka kini berkembang menjadi metode pelatihan yang mengombinasikan simulasi permainan, dinamika kelompok, diskusi, dan refleksi. Melalui pendekatan tersebut, *outbound* dinilai mampu memberikan pengalaman belajar yang menyenangkan sekaligus efektif dalam membentuk karakter, meningkatkan motivasi, serta memperkuat hubungan antarpeserta (Fadli, 2017).

Perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi juga mendorong perubahan paradigma dalam penyelenggaraan *outbound*. Saat ini, kegiatan *outbound* tidak hanya berorientasi pada aktivitas fisik, tetapi juga diarahkan untuk mendukung pengembangan karakter, kepemimpinan, literasi sosial, kecerdasan emosional, hingga ketahanan mental. Berbagai penelitian terbaru menunjukkan bahwa integrasi nilai-nilai reflektif dan pendekatan pembelajaran berbasis pengalaman menjadikan *outbound* sebagai salah satu strategi pembelajaran yang relevan dalam mempersiapkan peserta didik menghadapi tantangan abad ke-21 (Basri, 2026).

Berdasarkan uraian tersebut, bab ini akan membahas perjalanan sejarah perkembangan *outbound* secara komprehensif, mulai dari latar belakang lahirnya konsep *outbound* di dunia, tokoh-tokoh yang berperan dalam perkembangannya, proses masuk dan berkembangnya *outbound* di Indonesia, hingga transformasi *outbound* pada era modern. Pemahaman terhadap sejarah tersebut diharapkan dapat memberikan landasan konseptual bagi pembaca untuk memahami filosofi, tujuan, serta arah perkembangan *outbound* sebagai salah satu pendekatan pembelajaran berbasis pengalaman yang terus berkembang sesuai dengan kebutuhan pendidikan dan masyarakat.

1.2 Sejarah Perkembangan *Outbound* di Dunia

Sejarah perkembangan *outbound* di dunia berawal dari kebutuhan akan suatu pendekatan pendidikan yang mampu membentuk karakter individu melalui pengalaman nyata di alam terbuka. Konsep ini lahir sebagai respons terhadap keterbatasan pendidikan formal yang pada awal abad ke-20 lebih menekankan aspek akademik dibandingkan pembentukan karakter, kepemimpinan, dan ketangguhan mental. Seiring berkembangnya pemikiran pendidikan progresif, pembelajaran berbasis pengalaman (*experiential learning*) mulai dipandang sebagai pendekatan yang efektif dalam mengembangkan kemampuan peserta didik secara holistik. Menurut Seaman, Brown dan Quay (2017), perkembangan teori *experiential learning* menunjukkan bahwa pengalaman langsung menjadi fondasi penting dalam reformasi pendidikan modern.

Lahirnya *outbound* tidak dapat dipisahkan dari kondisi sosial yang terjadi di Eropa pada masa menjelang dan selama Perang Dunia II. Pada masa tersebut, banyak kalangan pendidikan menilai bahwa generasi muda mengalami penurunan daya juang, disiplin, kepedulian sosial, dan kemampuan bertahan dalam menghadapi situasi sulit. Kondisi tersebut mendorong munculnya gagasan untuk menciptakan suatu model pendidikan yang mengombinasikan tantangan fisik, pembelajaran di alam, kerja sama kelompok, serta pembentukan karakter. Pendekatan ini kemudian berkembang menjadi dasar pendidikan petualangan (*adventure education*) yang dikenal hingga saat ini.

Tokoh yang memiliki peranan paling besar dalam lahirnya konsep *outbound* adalah Kurt Hahn, seorang pendidik asal Jerman yang dikenal sebagai pelopor pendidikan karakter berbasis pengalaman. Hahn meyakini bahwa pendidikan seharusnya tidak hanya mengembangkan

kemampuan intelektual, tetapi juga membentuk keberanian, kepedulian, tanggung jawab, disiplin, serta semangat melayani sesama. Menurut Hahn, berbagai tantangan yang dihadapi peserta didik di alam terbuka mampu menjadi sarana efektif untuk menumbuhkan karakter positif melalui pengalaman langsung. Gagasan tersebut kemudian menjadi fondasi utama dalam pengembangan pendidikan luar ruang (*outdoor education*) dan pembelajaran berbasis pengalaman di berbagai negara.

Gagasan Kurt Hahn diwujudkan melalui pendirian organisasi Outward Bound pada tahun 1941 di Aberdovey, Wales, Inggris, bekerja sama dengan Lawrence Holt dari Blue Funnel Line. Pada awalnya, program ini dirancang untuk meningkatkan kemampuan bertahan hidup para pelaut muda yang menghadapi ancaman serangan kapal selam selama Perang Dunia II. Istilah *Outward Bound* sendiri berasal dari dunia pelayaran yang menggambarkan kapal yang telah siap meninggalkan pelabuhan menuju perjalanan jauh. Dalam konteks pendidikan, istilah tersebut dimaknai sebagai kesiapan individu menghadapi perjalanan kehidupan melalui pembentukan karakter, keberanian, dan tanggung jawab.

Keberhasilan program Outward Bound di Inggris mendorong penyebaran konsep tersebut ke berbagai negara. Sekolah Outward Bound mulai berdiri di Malaysia pada tahun 1954, Australia pada tahun 1956, Amerika Serikat pada tahun 1961, Selandia Baru pada tahun 1962, Singapura pada tahun 1967, serta Hong Kong pada tahun 1970. Perkembangan tersebut menunjukkan bahwa pendekatan pembelajaran berbasis pengalaman memiliki relevansi yang luas dalam berbagai konteks sosial, budaya, maupun pendidikan. Hingga saat ini jaringan Outward Bound telah berkembang di puluhan negara dan melayani ratusan ribu peserta setiap tahunnya melalui berbagai program pendidikan luar ruang dan pengembangan karakter.

Memasuki dekade 1960-an hingga 1970-an, orientasi *outbound* mengalami perubahan yang cukup signifikan. Jika pada awalnya lebih menitikberatkan pada pelatihan ketahanan fisik dan karakter bagi pelaut, maka selanjutnya *outbound* berkembang menjadi pendekatan pendidikan yang menekankan pengembangan potensi manusia (*human potential*). Berbagai unsur psikologi humanistik, dinamika kelompok, komunikasi interpersonal, serta refleksi pengalaman mulai diintegrasikan ke dalam setiap kegiatan sehingga peserta tidak hanya memperoleh pengalaman fisik, tetapi juga mengalami perkembangan emosional, sosial, dan intelektual.

Perubahan orientasi tersebut turut memperluas fungsi *outbound* dalam berbagai sektor. Selain diterapkan pada lembaga pendidikan, *outbound* mulai digunakan dalam pelatihan kepemimpinan, pengembangan sumber daya manusia, pembentukan tim kerja (*team building*), pelatihan organisasi, hingga pengembangan kompetensi profesional di dunia industri. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa aktivitas *outbound* mampu meningkatkan rasa percaya diri, kemampuan komunikasi, kerja sama, kepemimpinan, dan keterampilan pemecahan masalah melalui aktivitas yang dirancang secara sistematis berdasarkan prinsip *experiential learning*.

Saat ini *outbound* telah berkembang menjadi salah satu pendekatan pendidikan dan pelatihan yang diakui secara internasional. Filosofi yang dibangun oleh Kurt Hahn tetap menjadi landasan utama, namun implementasinya terus beradaptasi dengan perkembangan ilmu pendidikan, psikologi, dan kebutuhan masyarakat modern. Program *outbound* tidak lagi sekadar identik dengan aktivitas petualangan di alam terbuka, melainkan menjadi media pembelajaran yang bertujuan membentuk karakter, kepemimpinan, ketahanan mental, kepedulian sosial, kemampuan berkolaborasi, serta kesiapan menghadapi

tantangan kehidupan dan dunia kerja. Oleh karena itu, memahami sejarah perkembangan *outbound* di dunia menjadi dasar penting sebelum mempelajari konsep, metode, dan implementasi *outbound* pada berbagai bidang kehidupan.

1.3 Sejarah Perkembangan *Outbound* di Indonesia

Perkembangan *outbound* di Indonesia tidak terlepas dari masuknya konsep *Outward Bound* yang berkembang terlebih dahulu di Inggris sebagai metode pendidikan berbasis pengalaman (*experiential learning*). Konsep tersebut mulai dikenal di Indonesia sekitar awal dekade 1990-an melalui berbagai kegiatan pelatihan kepemimpinan, *achievement motivation training* (AMT), dan pelatihan pengembangan sumber daya manusia yang diselenggarakan oleh lembaga pelatihan maupun institusi pendidikan. Pada tahap awal, *outbound* lebih dikenal sebagai aktivitas luar ruang yang memadukan tantangan fisik, permainan kelompok, dan proses refleksi untuk membentuk karakter peserta (AELI, 2024).

Masuknya konsep *outbound* ke Indonesia ditandai dengan berdirinya Outward Bound Indonesia (OBI) pada tahun 1990 yang dipelopori oleh Djoko Kusunowidagdo. Kehadiran OBI menjadi tonggak penting dalam memperkenalkan metode pembelajaran berbasis pengalaman kepada masyarakat Indonesia. Program-program yang dikembangkan tidak hanya mengadopsi model pelatihan luar ruang dari Outward Bound International, tetapi juga menyesuaikannya dengan karakteristik budaya, lingkungan alam, dan kebutuhan peserta di Indonesia. Dalam perkembangannya, istilah *outbound* kemudian lebih populer digunakan dibandingkan istilah *Outward Bound* karena lebih mudah dikenal oleh masyarakat luas (AELI, 2024).

Sepanjang dekade 1990-an, perkembangan *outbound* berlangsung sangat pesat. Banyak lembaga pelatihan, organisasi, maupun penyedia jasa pendidikan mulai mengembangkan berbagai program *outbound* dengan pendekatan yang lebih variatif. Aktivitas seperti *team building*, *problem solving*, *leadership games*, *trust building*, hingga permainan petualangan mulai menjadi bagian penting dalam setiap pelatihan. Pada periode ini, *outbound* tidak lagi dipandang sebagai aktivitas ekstrem semata, tetapi berkembang menjadi metode pelatihan yang mampu meningkatkan kemampuan komunikasi, kepemimpinan, kerja sama tim, serta motivasi individu (AELI, 2024).

Pesatnya perkembangan *outbound* turut didukung oleh semakin banyaknya lembaga pelatihan dan konsultan sumber daya manusia yang memanfaatkan metode ini sebagai media pembelajaran. Berbagai perusahaan konsultan mulai menawarkan program pelatihan berbasis *experiential learning* karena dinilai lebih efektif dibandingkan metode pelatihan konvensional di dalam kelas. Melalui simulasi permainan, diskusi kelompok, dan refleksi pengalaman, peserta didorong untuk belajar secara aktif sehingga materi pelatihan lebih mudah dipahami dan diterapkan dalam kehidupan maupun dunia kerja (Surbakti, 2018).

Di bidang pendidikan, *outbound* mulai diterapkan pada berbagai jenjang pendidikan mulai dari sekolah dasar hingga perguruan tinggi. Guru memanfaatkan *outbound* sebagai media pembelajaran yang mampu meningkatkan keaktifan peserta didik, membangun karakter, menumbuhkan rasa percaya diri, serta mengembangkan keterampilan sosial. Kegiatan *outbound* juga menjadi sarana implementasi pembelajaran kontekstual karena peserta memperoleh pengalaman belajar secara langsung melalui aktivitas di alam terbuka. Penelitian Hakim dan Kumala (2016) menunjukkan bahwa *outbound* berkontribusi positif terhadap

pembentukan karakter peserta didik, terutama dalam aspek disiplin, tanggung jawab, kerja sama, dan kemandirian.

Selain dunia pendidikan, berbagai instansi pemerintah mulai mengadopsi *outbound* sebagai bagian dari pelatihan aparatur sipil negara, pelatihan kepemimpinan, pembinaan organisasi, hingga kegiatan peningkatan kapasitas sumber daya manusia. Pendekatan *experiential learning* yang diterapkan dalam *outbound* dinilai mampu meningkatkan kemampuan komunikasi, kolaborasi, pengambilan keputusan, serta kepemimpinan aparatur. Oleh karena itu, *outbound* menjadi salah satu metode yang banyak digunakan dalam berbagai kegiatan pendidikan dan pelatihan pemerintahan maupun lembaga militer di Indonesia (Koestantono *et al.*, 2023).

Perusahaan-perusahaan swasta juga memanfaatkan *outbound* sebagai strategi pengembangan sumber daya manusia. Berbagai kegiatan seperti *team building*, *employee gathering*, *leadership training*, hingga *capacity building* diselenggarakan secara rutin untuk meningkatkan kinerja organisasi. Melalui aktivitas yang dirancang berdasarkan prinsip *experiential learning*, peserta tidak hanya memperoleh pengalaman yang menyenangkan, tetapi juga belajar membangun kepercayaan, memperkuat komunikasi, meningkatkan kreativitas, serta menyelesaikan permasalahan secara kolaboratif. Hal tersebut menjadikan *outbound* sebagai salah satu metode pelatihan SDM yang efektif dan masih banyak digunakan hingga saat ini (Safitri & Mulyono, 2022).

Seiring meningkatnya minat masyarakat terhadap aktivitas luar ruang, *outbound* kemudian berkembang menjadi salah satu bagian dari industri wisata edukasi di Indonesia. Banyak destinasi wisata alam mengintegrasikan fasilitas *outbound* sebagai daya tarik utama bagi sekolah, perusahaan, komunitas, maupun keluarga. Perkembangan ini

mendorong lahirnya berbagai penyedia jasa *outbound* profesional, pelatihan pemandu *outbound*, serta pengembangan desa wisata berbasis aktivitas edukatif. Dengan demikian, *outbound* tidak hanya berfungsi sebagai media pembelajaran dan pelatihan, tetapi juga menjadi bagian dari pengembangan sektor pariwisata, ekonomi kreatif, dan pemberdayaan masyarakat di berbagai daerah di Indonesia.

1.4 Perkembangan *Outbound* pada Era Modern

Perkembangan *outbound* pada era modern menunjukkan adanya transformasi yang signifikan dari sekadar aktivitas petualangan (*adventure activities*) menjadi sebuah pendekatan pembelajaran yang terencana dan berbasis pengalaman (*experiential learning*). Perubahan ini terjadi seiring meningkatnya kebutuhan akan metode pembelajaran yang mampu mengembangkan kompetensi peserta secara utuh, baik dari aspek pengetahuan, keterampilan, maupun sikap. Dalam implementasinya, kegiatan *outbound* tidak lagi hanya berfokus pada tantangan fisik, tetapi juga mengintegrasikan proses refleksi, diskusi, dan evaluasi sehingga pengalaman yang diperoleh peserta dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Transformasi tersebut menjadikan *outbound* sebagai salah satu model pembelajaran yang efektif dalam membangun ketahanan mental, kepemimpinan, kerja sama, serta kemampuan memecahkan masalah secara kolaboratif (Basri, 2026).

Outbound saat ini berkembang sebagai media pembelajaran yang mampu menciptakan suasana belajar yang aktif, partisipatif, dan bermakna. Melalui berbagai permainan edukatif, simulasi, serta tantangan kelompok, peserta didik memperoleh kesempatan untuk belajar berdasarkan pengalaman nyata sehingga proses pembelajaran menjadi lebih kontekstual. Pendekatan ini

selaras dengan konsep *experiential learning* yang menempatkan pengalaman sebagai sumber utama dalam membangun pengetahuan, keterampilan, dan perubahan perilaku. Oleh karena itu, *outbound* banyak diterapkan dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Olahraga (PJOK) maupun kegiatan pengembangan diri karena terbukti mampu meningkatkan motivasi belajar, keterampilan sosial, dan kepercayaan diri peserta didik (Rahmawati & Yuliasitrid, 2019).

Integrasi *outbound* dengan pendidikan karakter menjadi salah satu perkembangan yang paling menonjol pada era modern. Melalui aktivitas yang dirancang secara kolaboratif, peserta tidak hanya dilatih menyelesaikan berbagai tantangan, tetapi juga dibimbing untuk mengembangkan nilai-nilai seperti disiplin, tanggung jawab, kejujuran, kepedulian, sportivitas, dan kerja sama. Proses refleksi setelah setiap kegiatan memberikan kesempatan kepada peserta untuk menghubungkan pengalaman yang diperoleh dengan kehidupan sehari-hari sehingga nilai-nilai karakter lebih mudah diinternalisasikan. Pendekatan ini menjadikan *outbound* sebagai media yang efektif dalam mendukung implementasi pendidikan karakter di berbagai jenjang pendidikan (Darmansyah & Susanti, 2024).

Di lingkungan sekolah maupun perguruan tinggi, *outbound* telah menjadi bagian dari berbagai program pengembangan peserta didik. Sekolah memanfaatkan *outbound* sebagai kegiatan orientasi, penguatan Profil Pelajar Pancasila, pembelajaran luar kelas, maupun pembinaan karakter. Sementara itu, perguruan tinggi mengintegrasikan *outbound* ke dalam program pengenalan kehidupan kampus, pelatihan kepemimpinan mahasiswa, dan pengembangan *soft skills*. Melalui kegiatan tersebut, peserta didik dilatih untuk meningkatkan kemampuan komunikasi, berpikir kritis, kolaborasi, kepemimpinan, serta adaptasi terhadap berbagai situasi yang dihadapi dalam lingkungan akademik maupun

kehidupan bermasyarakat (Duchatelet, Cornelissen & Volman, 2024).

Pemanfaatan *outbound* juga semakin luas dalam berbagai organisasi, instansi pemerintah, maupun perusahaan sebagai metode pelatihan sumber daya manusia. Program seperti *team building*, *leadership training*, *capacity building*, dan *employee development* dirancang dengan memanfaatkan prinsip *experiential learning* sehingga peserta memperoleh pengalaman belajar yang lebih efektif dibandingkan pelatihan konvensional di dalam kelas. Selain itu, berkembangnya industri pariwisata edukatif di Indonesia turut mendorong penyedia jasa wisata untuk mengintegrasikan wahana *outbound* sebagai daya tarik utama. Konsep tersebut memberikan pengalaman belajar sekaligus rekreasi sehingga *outbound* memiliki nilai tambah sebagai bagian dari industri pariwisata berbasis pendidikan (Arifin *et al.*, 2025).

Memasuki era digital, *outbound* menghadapi tantangan sekaligus peluang untuk terus berinovasi. Kemajuan teknologi mendorong penyelenggara *outbound* mengembangkan berbagai model pembelajaran yang memadukan aktivitas luar ruang dengan pemanfaatan media digital, seperti *gamification*, aplikasi pembelajaran, maupun evaluasi berbasis teknologi. Meskipun demikian, esensi *outbound* sebagai pembelajaran melalui pengalaman langsung tetap harus dipertahankan karena interaksi sosial, kerja sama, dan penyelesaian masalah secara nyata merupakan nilai utama yang tidak dapat sepenuhnya digantikan oleh teknologi. Oleh sebab itu, pengembangan *outbound* pada masa depan perlu mampu menyeimbangkan pemanfaatan teknologi digital dengan penguatan pendidikan karakter agar tetap relevan dengan kebutuhan peserta didik pada abad ke-21 (Purba *et al.*, 2024).

1.5 Refleksi Sejarah *Outbound* sebagai Landasan Pengembangan Kegiatan

Seaman, Brown, dan Quay (2017) menjelaskan bahwa perkembangan *experiential learning* menunjukkan perubahan paradigma pendidikan dari pembelajaran yang berpusat pada penyampaian materi menuju pembelajaran yang menekankan pengalaman sebagai sumber utama belajar. Perubahan tersebut sejalan dengan perjalanan sejarah *outbound* yang awalnya dikembangkan sebagai pelatihan ketahanan fisik bagi pelaut pada masa Perang Dunia II, kemudian berkembang menjadi metode pendidikan yang diterapkan dalam berbagai bidang, seperti pendidikan formal, pelatihan kepemimpinan, pengembangan organisasi, hingga pembinaan karakter. Sejarah tersebut menunjukkan bahwa *outbound* bukan sekadar aktivitas luar ruang, melainkan suatu pendekatan pembelajaran yang terus berkembang mengikuti kebutuhan masyarakat tanpa meninggalkan filosofi dasarnya.

Nilai-nilai yang diwariskan sejak awal perkembangan *outbound* tetap menjadi fondasi utama dalam penyelenggaraan berbagai program hingga saat ini. Nilai seperti keberanian, tanggung jawab, kepemimpinan, disiplin, kepedulian sosial, kerja sama, serta ketahanan mental menjadi tujuan yang ingin dicapai dalam setiap aktivitas *outbound*. Menurut Basri (2026), keberhasilan *outbound* modern tidak hanya ditentukan oleh keberhasilan peserta menyelesaikan suatu tantangan, tetapi juga oleh kemampuan peserta dalam menginternalisasi nilai-nilai tersebut melalui proses pengalaman, refleksi, dan penerapan dalam kehidupan sehari-hari. Oleh karena itu, nilai-nilai yang diwariskan oleh para pelopor *outbound* masih memiliki relevansi yang kuat dalam membentuk karakter individu pada berbagai jenjang pendidikan maupun pelatihan.

Pemahaman terhadap sejarah perkembangan *outbound* memberikan landasan konseptual yang penting bagi guru, fasilitator, maupun instruktur dalam merancang kegiatan yang memiliki tujuan pendidikan yang jelas. Dengan memahami latar belakang munculnya *outbound* beserta filosofi yang melandasinya, penyelenggara dapat mengembangkan aktivitas yang tidak hanya menarik dan menyenangkan, tetapi juga mampu menghasilkan pengalaman belajar yang bermakna bagi peserta. Sejarah tersebut menjadi pengingat bahwa setiap permainan, simulasi, maupun tantangan yang diberikan hendaknya selalu diarahkan untuk mencapai tujuan pembelajaran, bukan sekadar memberikan hiburan (Fadli, 2017).

Rahmawati dan Yuliasitrid (2019) menjelaskan bahwa pembelajaran berbasis pengalaman memberikan kesempatan kepada peserta untuk memperoleh pengetahuan melalui keterlibatan langsung dalam suatu aktivitas yang kemudian diikuti dengan proses refleksi. Prinsip tersebut menunjukkan bahwa sejarah *outbound* masih sangat relevan dengan praktik penyelenggaraan *outbound* pada masa kini. Meskipun bentuk kegiatan terus mengalami inovasi, esensi *outbound* tetap berorientasi pada pembelajaran aktif yang mendorong peserta mengembangkan kemampuan berpikir kritis, komunikasi, kolaborasi, kepemimpinan, serta pemecahan masalah melalui pengalaman nyata. Dengan demikian, sejarah *outbound* menjadi pijakan penting dalam menjaga kualitas implementasi kegiatan di berbagai bidang.

Salah satu warisan terpenting dalam sejarah *outbound* adalah filosofi *experiential learning* yang menempatkan pengalaman sebagai inti dari proses pembelajaran. Menurut Seaman (2025), kekuatan utama pendekatan ini terletak pada proses refleksi yang memungkinkan peserta menghubungkan pengalaman yang diperoleh dengan situasi nyata dalam kehidupan pribadi maupun profesional. Oleh karena itu, setiap kegiatan *outbound* hendaknya tidak

berhenti pada penyelesaian tantangan, tetapi dilanjutkan dengan proses diskusi, refleksi, dan penarikan makna agar pengalaman tersebut benar-benar memberikan dampak terhadap perubahan sikap, perilaku, dan cara berpikir peserta.

Perkembangan *outbound* pada era modern menuntut adanya inovasi dalam desain kegiatan agar tetap sesuai dengan kebutuhan masyarakat yang terus berubah. Meskipun teknologi digital mulai dimanfaatkan untuk mendukung proses pembelajaran dan evaluasi, filosofi dasar *outbound* yang berorientasi pada pengalaman langsung, interaksi sosial, dan pembentukan karakter harus tetap dipertahankan. Dengan berpegang pada nilai-nilai yang diwariskan sejak awal perkembangannya, *outbound* akan terus menjadi pendekatan pembelajaran yang relevan dalam mendukung pengembangan sumber daya manusia, baik di lingkungan pendidikan, organisasi, maupun dunia kerja (Basri, 2026).

DAFTAR PUSTAKA

- Beni, S., Fletcher, T. and Ní Chróinín, D. (2017) 'Meaningful Experiences in Physical Education and Youth Sport: A Review of the Literature', *Quest*, 69(3), pp. 291–312.
- Arifin, A., Cuga, C., Tuasikal, J.M.S. and Lakadjo, M.A. (2025) Smart Outbound untuk Pengembangan Kapasitas dan Penguatan Kesehatan Mental Calon Pemimpin Muda di Sekolah. *ABDI SABHA (Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat)*.
- Association of Experiential Learning Indonesia (AELI) (2024) *Sejarah dan Perkembangan AELI*. Tersedia di: <https://aeli.or.id/sejarah-aeli/>
- Basri, M.H. (2026) *Reconstruction of the Outbound Learning Model: Synergy of Experiential Learning and Psychospiritualism in Forming the Resilient Character of Prospective Sports Teachers*. *Journal of Physical Education and Sports Pedagogy*, 1(1), pp. 95–102.
- Darmansyah, A. and Susanti, A. (2024) *Kegiatan Outbound: Apakah Dapat Membentuk Karakter Sportivitas Siswa Sekolah Dasar?* *Journal of Elementary Education*.
- Duchatelet, D., Cornelissen, F. and Volman, M. (2024) 'Features of Experiential Learning Environments in Relation to Generic Learning Outcomes in Higher Education: A Scoping Review', *Journal of Experiential Education*, 47(3).
- Fadli, Z. (2017) 'Out Bound dan Nilai-Nilai Pendidikan Jasmani', *Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 13(2), pp. 22–28.
- Hakim, A.R. & Kumala, F.N. (2016) 'Pengembangan Karakter Melalui Kegiatan Outbound', *Jurnal Moral Kemasyarakatan*, 1(2), pp. 173–182.

- Koestantono, Rokhmawan, S., Maryono & Wijaya, P. (2023) 'Outbound sebagai Media Pembelajaran Soft Skill Kepemimpinan untuk Taruna', *Saintek*, 16(2), pp. 78–86.
- Martin, A., Mott, M. and Watson, G. (2020) *Core Values, Challenges, and Cultural Change: 50+ Years of Outward Bound New Zealand Courses*. *Journal of Experiential Education*, 43(3).
- Mateer, T.J., Pighetti, J., Taff, B.D. and Allison, P. (2022) *Outward Bound and Outdoor Adventure Education: A Scoping Review, 1995–2019*. *Annales Kinesiologiae*, 13(2), pp. 143–181.
- Outward Bound International (n.d.) *History and Philosophy*. Tersedia di: <https://www.outwardbound.net/history/>
- Purba, H.M., Zainuri, H.S., Daffa, M.F., Nurhafizah and Azhari, Y. (2024) 'Pendidikan Karakter di Era Digital: Tantangan dan Strategi', *Jurnal Pendidikan dan Ilmu Sosial (JUPENDIS)*.
- Rahmawati, A. and Yuliastrid, D. (2019) 'Peran Experiential Learning dalam Peningkatan Pendidikan Berkarakter bagi PJOK', *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 7(2).
- Safitri, W. & Mulyono, A. (2022) 'Manajemen Outbound Taman Wisata Matahari di Cisarua Kabupaten Bogor', *Indonesian Journal for Physical Education and Sport*, 3(1).
- Seaman, J. (2025) *Anchoring 'Neo-Hahnian Outdoor Education' in the Cold War Era: A History of Character Building in the Outward NBound Movement*. *Journal of Adventure Education and Outdoor Learning*.

- Seaman, J., Brown, M. and Quay, J. (2017) 'The Evolution of Experiential Learning Theory: Tracing Lines of Research in the Journal of Experiential Education', *Journal of Experiential Education*, 40(4).
- Surbakti, S. (2018) 'Outbound Training, Management Training Sport', *Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 12(2), pp. 32–45.
- Stevenson, T. (2020) *Dartmouth Outward Bound Center and the Rise of Experiential Education, 1957–1976. History of Education Review*, 49(1), pp. 9–29.
- Townley, C.T., Martinez, M.E. and Clark, B.A. (2024) 'Outdoor Learning at U.S. Higher Education Institutions: A Systematic Review of Research—1996 to 2020', *SAGE Open*.

BAB 2

KONSEP *OUTBOUND*

Oleh Baharuddin Hasan

2.1 Pengertian dan Filosofi Dasar *Outbound*

2.1.1 Pengertian *Outbound*

Outbound merupakan suatu metode pembelajaran berbasis pengalaman (*experiential learning*) yang dilaksanakan melalui berbagai aktivitas di alam terbuka maupun ruang terbuka dengan tujuan mengembangkan kemampuan individu dan kelompok. Menurut Zulkarnain (2013) *Outbound* merupakan kegiatan yang dapat digunakan sebagai penghilang rasa takut, menumbuhkan percaya diri, bersosialisasi dan mengenali diri sendiri. Konsep outbound juga tidak hanya berorientasi pada permainan atau rekreasi semata, tetapi juga menekankan proses pembelajaran yang melibatkan aspek fisik, mental, emosional, sosial, dan spiritual peserta. Dalam praktiknya, outbound dirancang untuk memberikan pengalaman langsung kepada peserta sehingga mereka mampu memahami makna kerja sama, kepemimpinan, komunikasi, disiplin, kreativitas, serta kemampuan memecahkan masalah secara efektif.

Secara etimologis, istilah outbound berasal dari kata outward bound yang berarti “keluar dari batas kebiasaan”. Makna tersebut menunjukkan bahwa outbound bertujuan mendorong seseorang keluar dari

zona nyaman agar mampu menghadapi tantangan baru, meningkatkan keberanian, serta mengembangkan potensi diri secara optimal. Kegiatan outbound biasanya dilakukan melalui simulasi permainan edukatif, tantangan kelompok, petualangan, maupun aktivitas reflektif yang menuntut keterlibatan aktif peserta dalam setiap proses pembelajaran.

Menurut kajian pendidikan modern, outbound merupakan implementasi pendekatan experiential learning yang menempatkan pengalaman langsung sebagai sumber utama pembelajaran. Dalam pendekatan ini, peserta tidak hanya menerima materi secara teoritis, tetapi juga belajar melalui pengalaman nyata, refleksi, evaluasi, dan penerapan hasil pembelajaran dalam kehidupan sehari-hari. Konsep tersebut sejalan dengan pandangan David Kolb yang menyatakan bahwa pembelajaran efektif terjadi ketika seseorang mengalami, merefleksikan, memahami, dan menerapkan pengalaman secara langsung.

Dalam konteks pendidikan dan pelatihan, outbound dipandang sebagai metode yang efektif untuk meningkatkan kualitas sumber daya manusia. Aktivitas outbound mampu menciptakan suasana belajar yang menyenangkan, interaktif, dan partisipatif sehingga peserta lebih mudah memahami nilai-nilai yang ingin ditanamkan. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa kegiatan outbound dapat meningkatkan motivasi belajar, rasa percaya diri, kemampuan komunikasi interpersonal, kepemimpinan, serta solidaritas kelompok. Selain itu, outbound juga memberikan kesempatan kepada peserta untuk belajar menghadapi tekanan, mengambil keputusan, dan bekerja sama dalam situasi tertentu.

Outbound pada dasarnya memiliki karakteristik yang berbeda dengan metode pembelajaran konvensional. Pembelajaran konvensional cenderung bersifat satu arah dan berpusat pada instruktur, sedangkan outbound menempatkan peserta sebagai subjek aktif dalam proses belajar. Dalam outbound, fasilitator hanya berperan sebagai pendamping yang membantu peserta menemukan makna dari setiap aktivitas yang dilakukan. Oleh karena itu, keberhasilan outbound sangat dipengaruhi oleh proses refleksi dan evaluasi setelah kegiatan berlangsung.

Selain sebagai sarana pendidikan, outbound juga banyak dimanfaatkan dalam dunia organisasi, perusahaan, olahraga, dan pengembangan karakter. Dalam lingkungan organisasi, outbound digunakan untuk memperkuat team building, meningkatkan loyalitas anggota, membangun budaya kerja sama, serta memperbaiki komunikasi antarkaryawan. Sementara dalam bidang pendidikan dan olahraga, outbound berfungsi sebagai media pembentukan karakter, peningkatan keterampilan sosial, dan pengembangan kecerdasan emosional peserta didik maupun atlet. Kegiatan outbound umumnya dilakukan di alam terbuka karena lingkungan alam dinilai mampu menciptakan suasana belajar yang lebih bebas, alami, dan menantang. Alam memberikan pengalaman nyata yang tidak diperoleh di dalam ruang kelas sehingga peserta dapat belajar melalui interaksi langsung dengan lingkungan dan kelompoknya. Melalui pendekatan tersebut, outbound menjadi metode pembelajaran yang tidak hanya menekankan aspek kognitif, tetapi juga pembentukan sikap, perilaku, dan nilai-nilai kehidupan.

Dengan demikian, outbound dapat dipahami sebagai suatu konsep pembelajaran berbasis pengalaman yang memadukan aktivitas fisik, permainan

edukatif, dinamika kelompok, dan refleksi untuk mengembangkan potensi individu maupun kelompok secara menyeluruh. Outbound menjadi salah satu pendekatan pembelajaran modern yang relevan digunakan dalam pendidikan, pelatihan, pengembangan organisasi, maupun pembentukan karakter karena mampu menciptakan pengalaman belajar yang aktif, menyenangkan, dan bermakna.

2.1.2 Filosofi Dasar *Outbound*

Konsep *outbound* pada dasarnya berlandaskan pada filosofi pembelajaran berbasis pengalaman atau *experiential learning*, yaitu proses belajar yang menempatkan peserta sebagai subjek utama melalui pengalaman langsung di lapangan. Dalam pendekatan ini, individu tidak hanya menerima materi secara teoritis, tetapi juga mengalami, merasakan, merefleksikan, dan mengambil makna dari setiap aktivitas yang dilakukan. Filosofi tersebut menekankan bahwa pembelajaran akan lebih efektif ketika seseorang terlibat secara aktif dalam situasi nyata yang menuntut kemampuan berpikir, bekerja sama, berkomunikasi, dan mengambil keputusan.

Filosofi dasar outbound juga berpijak pada prinsip pengembangan manusia secara holistik yang mencakup aspek fisik, mental, emosional, sosial, dan spiritual. Melalui berbagai simulasi permainan dan tantangan di alam terbuka, peserta didorong untuk mengenali potensi diri, mengatasi rasa takut, meningkatkan kepercayaan diri, serta membangun kemampuan adaptasi terhadap lingkungan dan kelompok. Aktivitas outbound dirancang untuk menciptakan suasana belajar yang menyenangkan, namun tetap memiliki makna edukatif dan nilai pembentukan karakter. Selain itu, outbound memiliki filosofi bahwa keberhasilan individu tidak

dapat dipisahkan dari kemampuan bekerja sama dengan orang lain. Oleh sebab itu, sebagian besar kegiatan outbound menekankan pentingnya team building, komunikasi efektif, kepemimpinan, empati, dan rasa tanggung jawab bersama. Dalam praktiknya, peserta dihadapkan pada berbagai tantangan kelompok yang hanya dapat diselesaikan melalui kolaborasi dan saling percaya. Proses tersebut menjadi sarana pembelajaran sosial yang efektif dalam membangun solidaritas dan kebersamaan.

Filosofi outbound modern juga dipengaruhi oleh pendekatan pendidikan karakter yang menempatkan pengalaman nyata sebagai media internalisasi nilai-nilai positif. Nilai seperti disiplin, sportivitas, kepemimpinan, ketekunan, keberanian, serta kemampuan memecahkan masalah dikembangkan melalui aktivitas yang menantang namun aman dan terstruktur. Dengan demikian, outbound tidak hanya dipandang sebagai aktivitas rekreasi semata, melainkan sebagai metode pendidikan dan pelatihan yang mampu meningkatkan kualitas sumber daya manusia secara komprehensif.

2.2 Jenis-Jenis Kegiatan *Outbound*

Kegiatan outbound merupakan salah satu metode pembelajaran berbasis pengalaman (*experiential learning*) yang dilakukan melalui aktivitas luar ruang dengan tujuan mengembangkan kemampuan individu maupun kelompok. Dalam perkembangannya, outbound tidak hanya digunakan sebagai sarana rekreasi, tetapi juga sebagai media pendidikan, pelatihan sumber daya manusia, pembentukan karakter, serta peningkatan keterampilan sosial dan emosional. Aktivitas outbound dirancang secara sistematis dengan mengombinasikan unsur permainan, tantangan,

simulasi kehidupan, dan kerja sama tim sehingga peserta dapat memperoleh pengalaman belajar yang bermakna.

Secara umum, kegiatan outbound dapat dibedakan berdasarkan tujuan, tingkat tantangan, sasaran peserta, dan bentuk aktivitas yang dilakukan. Perbedaan jenis kegiatan tersebut bertujuan agar program outbound dapat disesuaikan dengan kebutuhan peserta, baik dalam konteks pendidikan, organisasi, perusahaan, maupun pengembangan masyarakat. Berikut beberapa jenis-jenis Outbound :

2.2.1 Fun Outbound

Fun outbound merupakan salah satu bentuk kegiatan outbound yang dirancang dengan pendekatan rekreatif, edukatif, dan menyenangkan melalui berbagai permainan kelompok di ruang terbuka. Konsep fun outbound lebih menekankan pada penciptaan suasana santai, interaktif, dan penuh kebersamaan tanpa adanya tekanan kompetisi yang berlebihan. Dalam perkembangannya, fun outbound menjadi salah satu metode populer dalam kegiatan pendidikan, pelatihan organisasi, perusahaan, komunitas, maupun kegiatan keluarga karena mampu memberikan pengalaman belajar yang menyenangkan sekaligus membangun hubungan sosial antar peserta.

Secara filosofis, fun outbound berlandaskan pada pendekatan *experiential learning* atau pembelajaran berbasis pengalaman. Peserta memperoleh pembelajaran melalui keterlibatan langsung dalam aktivitas permainan, simulasi, dan tantangan sederhana yang dirancang untuk mengembangkan kemampuan interpersonal serta keterampilan sosial. Pendekatan ini dinilai efektif karena peserta tidak hanya menerima informasi secara teoritis, tetapi juga mengalami proses belajar melalui interaksi, kerja sama, dan refleksi dari

aktivitas yang dilakukan. Dalam konteks psikologi pendidikan, suasana belajar yang menyenangkan dapat meningkatkan motivasi intrinsik, partisipasi aktif, serta keterlibatan emosional peserta dalam proses pembelajaran.

Kegiatan fun outbound umumnya menggunakan permainan sederhana yang dapat dilakukan oleh berbagai kelompok usia dan latar belakang. Bentuk permainan yang sering digunakan meliputi estafet bola, permainan konsentrasi, komunikasi kelompok, ice breaking, simulasi kerja sama, hingga permainan strategi ringan. Walaupun tampak sederhana, setiap permainan memiliki tujuan tertentu, seperti melatih koordinasi, meningkatkan komunikasi, memperkuat rasa percaya diri, membangun kreativitas, dan menumbuhkan rasa kebersamaan. Oleh karena itu, fun outbound tidak hanya berfungsi sebagai hiburan, tetapi juga sebagai media pengembangan karakter dan keterampilan sosial peserta.

Dalam lingkungan pendidikan, fun outbound banyak dimanfaatkan untuk meningkatkan motivasi belajar, membangun interaksi positif antar siswa, serta mengembangkan kemampuan kerja sama dan kepemimpinan. Aktivitas outbound yang dikemas secara menyenangkan mampu menciptakan suasana belajar yang lebih aktif dan tidak monoton sehingga peserta didik menjadi lebih antusias mengikuti kegiatan. Selain itu, metode ini juga efektif dalam mengurangi stres akademik dan meningkatkan kesejahteraan psikologis siswa.

Pada lingkungan organisasi dan perusahaan, fun outbound digunakan sebagai sarana membangun team bonding dan mempererat hubungan antarpegawai. Aktivitas kelompok yang dilakukan secara santai dapat

membantu menciptakan komunikasi yang lebih terbuka, meningkatkan solidaritas, serta mengurangi ketegangan dalam lingkungan kerja. Banyak perusahaan modern memanfaatkan fun outbound sebagai bagian dari strategi pengembangan sumber daya manusia karena dinilai mampu meningkatkan semangat kerja, loyalitas, dan produktivitas tim.

Meskipun bersifat rekreatif, pelaksanaan fun outbound tetap memerlukan perencanaan yang matang dan pengelolaan yang profesional. Faktor keamanan, kondisi peserta, pemilihan permainan, serta kompetensi fasilitator harus diperhatikan agar kegiatan berjalan efektif dan aman. Dengan pendekatan yang tepat, fun outbound dapat menjadi media pembelajaran luar ruang yang inovatif dalam membangun karakter, meningkatkan keterampilan sosial, serta menciptakan pengalaman belajar yang menyenangkan dan bermakna bagi peserta.

2.2.2 Team Building Outbound

Team building outbound merupakan kegiatan outbound yang dirancang khusus untuk meningkatkan kualitas kerja sama tim, komunikasi, kepemimpinan, dan solidaritas kelompok. Jenis kegiatan ini banyak diterapkan dalam organisasi, perusahaan, instansi pemerintahan, maupun lembaga pendidikan sebagai strategi pengembangan sumber daya manusia. Melalui berbagai simulasi tantangan kelompok, peserta dilatih untuk memahami pentingnya koordinasi, pembagian tugas, serta kepercayaan antar anggota tim.

Kegiatan team building biasanya melibatkan permainan yang menuntut penyelesaian masalah secara kolektif, seperti spider web, trust fall, rafting games, dan simulasi strategi kelompok. Dalam proses tersebut,

peserta belajar menghadapi tekanan, mengelola konflik, serta mengambil keputusan bersama secara efektif. Pendekatan ini dianggap lebih efektif dibandingkan metode pelatihan konvensional karena peserta terlibat langsung dalam pengalaman nyata yang memunculkan aspek emosional, fisik, dan sosial secara bersamaan.

Selain meningkatkan produktivitas kelompok, team building outbound juga berperan dalam membangun budaya organisasi yang positif. Hubungan interpersonal yang harmonis dapat meningkatkan motivasi kerja, loyalitas, dan efektivitas komunikasi dalam lingkungan kerja maupun pendidikan.

2.2.3 Adventure Outbound

Adventure outbound merupakan salah satu bentuk kegiatan outbound yang berorientasi pada petualangan, tantangan fisik, dan pengembangan mental melalui aktivitas luar ruang. Jenis outbound ini dirancang untuk memberikan pengalaman langsung kepada peserta dalam menghadapi berbagai situasi menantang yang membutuhkan keberanian, ketahanan, kerja sama, dan kemampuan mengambil keputusan secara cepat dan tepat. Dalam pendekatan modern, adventure outbound tidak hanya dipandang sebagai aktivitas rekreasi ekstrem, tetapi juga sebagai metode pendidikan berbasis pengalaman (*experiential learning*) yang efektif dalam membentuk karakter dan meningkatkan kapasitas individu.

Kegiatan *adventure outbound* umumnya dilakukan di alam terbuka seperti pegunungan, hutan, sungai, pantai, maupun kawasan wisata alam yang memiliki potensi petualangan. Aktivitas yang sering digunakan antara lain flying fox, rafting, rock climbing, tracking, paintball, high rope, camping, dan berbagai simulasi

survival. Setiap kegiatan memiliki tingkat tantangan yang berbeda, namun tetap dirancang dengan sistem keamanan yang terstruktur agar risiko dapat diminimalkan. Melalui tantangan tersebut, peserta didorong keluar dari zona nyaman sehingga mampu meningkatkan rasa percaya diri dan keberanian dalam menghadapi situasi baru.

Secara psikologis, *adventure outbound* memiliki kontribusi besar terhadap pengembangan *self-efficacy* atau keyakinan individu terhadap kemampuan dirinya sendiri. Ketika peserta berhasil menyelesaikan tantangan yang sebelumnya dianggap sulit atau menakutkan, muncul peningkatan motivasi intrinsik, rasa bangga, dan kemampuan mengendalikan emosi. Pengalaman tersebut memberikan dampak positif terhadap pembentukan mental tangguh, daya juang, serta kemampuan adaptasi dalam menghadapi tekanan kehidupan sehari-hari. Dalam konteks pendidikan dan pelatihan, pendekatan ini dianggap efektif untuk meningkatkan ketahanan mental peserta didik maupun sumber daya manusia dalam organisasi.

Selain aspek individu, *adventure outbound* juga memiliki nilai sosial yang tinggi. Sebagian besar aktivitas dilakukan secara berkelompok sehingga peserta dituntut untuk bekerja sama, membangun komunikasi efektif, serta saling mendukung dalam menyelesaikan tantangan. Situasi tersebut menjadi media pembelajaran sosial yang mampu memperkuat solidaritas, rasa empati, dan kepedulian antar anggota kelompok. Dalam dunia organisasi dan pendidikan, kegiatan ini sering dimanfaatkan sebagai strategi *team building* untuk meningkatkan kualitas hubungan interpersonal dan efektivitas kerja tim.

Dari perspektif pendidikan karakter, adventure outbound berperan penting dalam menanamkan nilai disiplin, tanggung jawab, keberanian, kepemimpinan, serta kemampuan memecahkan masalah. Tantangan yang dihadapi peserta sering kali menuntut pengambilan keputusan secara cepat dalam kondisi tertentu, sehingga melatih kemampuan berpikir kritis dan pengendalian diri. Proses refleksi setelah kegiatan juga menjadi bagian penting untuk membantu peserta memahami makna dan pelajaran yang diperoleh dari pengalaman tersebut.

Perkembangan adventure outbound saat ini semakin dipengaruhi oleh konsep wisata edukatif dan pelatihan berbasis alam (nature-based training). Banyak lembaga pendidikan, perusahaan, dan komunitas mulai memanfaatkan adventure outbound sebagai metode pengembangan sumber daya manusia yang lebih inovatif dan menyenangkan dibandingkan pelatihan konvensional di dalam ruangan. Dengan kombinasi antara unsur petualangan, pembelajaran, dan rekreasi, adventure outbound menjadi pendekatan yang efektif dalam meningkatkan kualitas fisik, mental, emosional, dan sosial peserta secara menyeluruh.

2.2.4 Educational Outbound

Educational outbound merupakan kegiatan outbound yang difokuskan pada tujuan pendidikan dan pembelajaran. Jenis kegiatan ini banyak diterapkan pada lembaga pendidikan mulai dari anak usia dini hingga perguruan tinggi. Konsep educational outbound memadukan permainan edukatif dengan materi pembelajaran sehingga peserta memperoleh pengalaman belajar yang aktif, kreatif, dan menyenangkan.

Dalam praktiknya, *educational outbound* digunakan untuk mengembangkan kemampuan kognitif, afektif, dan psikomotor peserta didik. Permainan dirancang agar peserta mampu memahami nilai-nilai seperti disiplin, tanggung jawab, kerja sama, empati, dan kepemimpinan melalui pengalaman langsung. Pendekatan ini dianggap efektif karena siswa tidak hanya menerima informasi secara teoritis, tetapi juga mengalami proses pembelajaran secara nyata di lingkungan luar ruang.

Educational outbound juga berkontribusi terhadap pembentukan karakter peserta didik. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa aktivitas outbound mampu meningkatkan keberanian, kemandirian, kepedulian sosial, dan kemampuan berkomunikasi siswa. Oleh sebab itu, banyak sekolah mulai mengintegrasikan outbound sebagai bagian dari program pendidikan karakter dan pengembangan kepribadian.

2.2.5 Leadership Outbound

Leadership outbound merupakan salah satu bentuk kegiatan outbound yang secara khusus dirancang untuk mengembangkan kemampuan kepemimpinan individu maupun kelompok melalui pendekatan pembelajaran berbasis pengalaman (*experiential learning*). Dalam kegiatan ini, peserta tidak hanya memperoleh pemahaman teoritis mengenai kepemimpinan, tetapi juga mengalami secara langsung berbagai situasi yang menuntut kemampuan mengambil keputusan, mengelola tim, menyelesaikan masalah, serta membangun komunikasi yang efektif. Pendekatan tersebut menjadikan *leadership outbound* sebagai metode pelatihan yang dinilai lebih aplikatif dan efektif dibandingkan pembelajaran konvensional di dalam kelas.

Secara filosofis, *leadership outbound* berangkat dari pandangan bahwa jiwa kepemimpinan tidak terbentuk hanya melalui ceramah atau teori, melainkan melalui pengalaman nyata yang melibatkan tantangan fisik, emosional, dan sosial. Dalam kegiatan outbound, peserta dihadapkan pada berbagai simulasi yang menuntut kerja sama kelompok, kemampuan berpikir strategis, keberanian mengambil risiko, serta tanggung jawab terhadap anggota tim lainnya. Situasi tersebut menjadi media pembelajaran yang mampu memunculkan potensi kepemimpinan secara alami.

Kegiatan *leadership outbound* biasanya terdiri atas berbagai permainan dan tantangan kelompok seperti trust fall, spider web, problem solving games, rafting, high rope, dan simulasi pengambilan keputusan kelompok. Setiap aktivitas dirancang untuk melatih keterampilan tertentu, seperti komunikasi interpersonal, kemampuan memotivasi anggota tim, manajemen konflik, hingga pengendalian emosi dalam situasi tekanan. Dalam proses tersebut, peserta belajar bahwa seorang pemimpin tidak hanya berperan memberi instruksi, tetapi juga mampu menjadi teladan, pendengar yang baik, serta penggerak kerja sama tim.

Selain meningkatkan kemampuan kepemimpinan, *leadership outbound* juga memiliki kontribusi penting terhadap pembentukan karakter individu. Aktivitas yang menantang di alam terbuka mampu meningkatkan rasa percaya diri, disiplin, keberanian, tanggung jawab, serta kemampuan adaptasi terhadap perubahan lingkungan. Peserta belajar menghadapi ketidakpastian, mengatasi rasa takut, dan menemukan solusi dalam kondisi terbatas. Pengalaman tersebut menjadi bekal penting dalam kehidupan sosial, pendidikan, maupun dunia kerja yang semakin kompetitif dan dinamis.

Dalam konteks organisasi dan perusahaan, leadership outbound sering digunakan sebagai strategi pengembangan sumber daya manusia. Program ini bertujuan membangun pemimpin yang mampu bekerja secara kolaboratif, berpikir kritis, serta memiliki kemampuan komunikasi dan pengambilan keputusan yang baik. Banyak perusahaan modern memanfaatkan outbound sebagai media meningkatkan solidaritas tim, budaya organisasi, serta efektivitas kepemimpinan di lingkungan kerja. Hal ini karena kegiatan outbound mampu menciptakan suasana belajar yang lebih aktif, partisipatif, dan menyenangkan dibandingkan metode pelatihan formal.

Di lingkungan pendidikan, leadership outbound juga memiliki peran strategis dalam membentuk karakter peserta didik. Melalui kegiatan ini, siswa dan mahasiswa dilatih menjadi individu yang mandiri, bertanggung jawab, dan mampu memimpin diri sendiri maupun kelompok. Pendekatan pembelajaran luar ruang dinilai efektif dalam menumbuhkan nilai-nilai kepemimpinan sejak usia dini karena peserta belajar melalui pengalaman langsung dan interaksi sosial yang nyata.

Dengan demikian, leadership outbound bukan sekadar aktivitas permainan atau rekreasi luar ruangan, melainkan sarana pendidikan karakter dan pengembangan kepemimpinan yang komprehensif. Melalui kombinasi tantangan, kerja sama, refleksi, dan pengalaman langsung, kegiatan ini mampu membentuk individu yang memiliki kemampuan memimpin, berkomunikasi, serta beradaptasi secara efektif dalam berbagai situasi kehidupan.

2.2.6 Spiritual Outbound

Spiritual outbound merupakan bentuk kegiatan outbound yang mengintegrasikan aktivitas luar ruang dengan penguatan nilai-nilai spiritual dan moral. Kegiatan ini bertujuan membangun kesadaran diri, rasa syukur, kepedulian sosial, serta hubungan harmonis antara manusia dengan lingkungan dan Tuhan. Spiritual outbound banyak diterapkan dalam kegiatan pembinaan karakter, pelatihan motivasi, dan pengembangan kepribadian.

Aktivitas yang dilakukan biasanya berupa refleksi diri, permainan makna kehidupan, camping spiritual, renungan malam, serta kegiatan sosial berbasis kerja sama kelompok. Melalui pendekatan tersebut, peserta diajak memahami pentingnya nilai moral, etika, empati, dan tanggung jawab sosial dalam kehidupan sehari-hari.

Secara keseluruhan, berbagai jenis kegiatan outbound menunjukkan bahwa outbound bukan sekedar aktivitas permainan luar ruangan, melainkan metode pembelajaran komprehensif yang mampu mengembangkan aspek fisik, mental, emosional, sosial, dan spiritual peserta. Dengan desain program yang tepat, outbound dapat menjadi sarana efektif dalam pendidikan karakter, pengembangan sumber daya manusia, serta peningkatan kualitas hubungan interpersonal dalam berbagai lingkungan kehidupan.

DAFTAR PUSTAKA

- Chen, X., Cheng, ZF, & Kim, GB (2020). Jadikan berkesan: Pengalaman wisata, kesenangan, rekomendasi dan niat kunjungan kembali wisatawan Tiongkok yang bepergian ke luar negeri. *Keberlanjutan* , 12 (5), 1904.
- Darmansyah, A., Susanti, A., & Muktadir, A. (2023). Pembentukan karakter sportivitas melalui kegiatan outbound pada siswa sekolah dasar. *DWIJA CENDEKIA: Jurnal Riset Pedagogik*, 7(1), 206-217.
- Hakim, A. R., & Kumala, F. N. (2016). Pengembangan karakter melalui kegiatan outbound. *Jurnal Moral Kemasyarakatan*, 1(2), 173-182.
- Lestari, R. H. S., Damayanti, A. K., & Hamid, I. R. (2023). Outbound Capacity Building Program to Improve the Quality of Employee Productivity. *Tepis Wiring: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(2), 22-30.
- MAULINA, R. (2020). Penguatan Karakter Melalui Kegiatan Outbound Di SD Alam Ungaran, Kabupaten Semarang. Semarang: Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang.
- Mustanirah, M., Huda, H., & Ridwan, R. (2021). Meningkatkan Kecerdasan Kinestetik Melalui Kegiatan Outbound Pada Anak Usia Dini. *Smart Kids: Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, 3(2), 64-70.
- Pamungkas, TW, & Handayani, SSD (2022). KORELASI MINAT BERMAIN DI LUAR RUANG DENGAN KEPERCAYAAN DIRI ANAK USIA 5-6 TAHUN. *BELIA: Early Childhood Education Papers* , 11 (1), 73-78.

- Rudianto, D., Pramono, M., Fithroni, H., & Purbodjati, P. (2021). Aksiologi Kepemimpinan dalam Outbound di Kabupaten Tulungagung. *Indonesian Journal of Kinanthropology (IJOKE)*, 1(1), 47-54.
- Trisanti, T., Wibawa, L., & Suharta, R. B. (2024). Pemberdayaan Pemuda Melalui Pelatihan Outbound Sebagai Upaya Pengembangan Desa Wisata Sendangrejo, Minggir. *Journal Of Human And Education (JAHE)*, 4(1), 345-351.

BAB 3

TUJUAN KEGIATAN *OUTBOUND*

Oleh Hasbi Asyhari

Kegiatan *outbound* adalah salah satu cara belajar di luar ruangan yang kini semakin populer digunakan di berbagai bidang, seperti pendidikan, pelatihan tenaga kerja, dan pembangunan organisasi. *Outbound* bukan hanya sekedar bermain di tempat terbuka, tapi merupakan metode belajar yang menggunakan pengalaman, dirancang secara terorganisir untuk mencapai tujuan tertentu. Melalui kegiatan ini, peserta merasa senang dan sekaligus mendapatkan pengalaman belajar yang berharga, yang bisa membentuk kepribadian, meningkatkan kemampuan berinteraksi dengan orang lain, serta membantu mengembangkan bakat dan kemampuan diri secara lengkap. Maka itu, tujuan dari kegiatan *outbound* perlu dipahami dengan baik agar pelaksanaannya bisa memberikan manfaat yang maksimal.

Secara umum, kegiatan *outbound* bertujuan untuk meningkatkan aspek kognitif, afektif, dan psikomotorik peserta dengan memberikan pengalaman langsung di lapangan. Dalam konteks ini, *outbound* digunakan untuk meningkatkan kemampuan berpikir secara luas, mengelola perasaan, serta memperbaiki dan mengolah keterampilan fisik. Pembelajaran dalam kegiatan *outbound* mencakup semua aspek kepribadian seseorang secara menyeluruh. Peserta diminta untuk menghadapi berbagai tantangan yang membutuhkan cara berpikir, ketulusan, serta bekerja sama

dengan orang lain. Sehingga, *outbound* tidak hanya melihat hasil akhirnya saja, tetapi juga memperhatikan proses belajar yang dialami oleh peserta. Kegiatan *outbound* adalah salah satu metode pembelajaran di luar ruangan yang bertujuan untuk meningkatkan berbagai aspek kepribadian seseorang, termasuk fisik, mental, emosional, dan sosial.

Outbound sering digunakan dalam dunia pendidikan, pelatihan sumber daya manusia, hingga pengembangan organisasi karena mampu memberikan pengalaman belajar yang nyata dan menyenangkan. *Outbound* tidak sekadar aktivitas bermain di alam terbuka, melainkan suatu metode pembelajaran berbasis pengalaman (*experiential learning*). Peserta diajak untuk menghadapi tantangan, memecahkan masalah, bekerja sama dalam tim, serta merefleksikan pengalaman yang diperoleh. Oleh karena itu, kegiatan *outbound* memiliki berbagai tujuan yang sangat penting dalam pembentukan karakter dan peningkatan kualitas individu.

Menurut Lukman dalam Darul (2023) bahwa: Melalui permainan ini, anak juga diajarkan cara berinteraksi dengan teman sebaya, bekerja sama, menjunjung tinggi kejujuran, memupuk kemandirian, serta memberikan rasa keberanian dan ketenangan dalam menghadapi tantangan dan tanggung jawab. (Darul *et al.*, 2023)

3.1 Tujuan Umum Kegiatan *Outbound*

Pelatihan di alam terbuka (*outbound training*) kini kian banyak diminati, baik yang dikemas dalam sebuah paket pelatihan khusus maupun sekadar sebagai penghangat di berbagai kegiatan lembaga atau sekolah. Kegiatan seperti ini menyenangkan karena bersifat rekreatif, membuat fresh, serta melibatkan aspek fisik, kecerdasan pikiran, dan kekuatan mental. Peserta terkadang harus melewati

rintangan dan tantangan yang mendebarakan, tetapi sekaligus sangat mengasyikkan. Meski kadangkala terlihat sepele dan sederhana, berbagai game dalam outbound training sesungguhnya memiliki filosofi, esensi materi, dan manfaat yang penting, seperti membantu mengasah dan meningkatkan kemampuan kepemimpinan, membangun tim yang kompak dan efektif, serta membangun karakter diri yang positif, seperti keberanian, kejujuran, sportivitas, kooperatif, tidak egois, dan lain sebagainya.

Secara umum, tujuan kegiatan *outbound* adalah untuk mengembangkan potensi diri peserta secara menyeluruh. Pengembangan tersebut mencakup aspek kognitif, afektif, dan psikomotorik. Dalam pelaksanaannya, *outbound* bertujuan untuk menciptakan individu yang mandiri, percaya diri, mampu bekerja sama, serta memiliki kemampuan dalam menghadapi berbagai tantangan kehidupan. Selain itu, *outbound* juga bertujuan untuk menciptakan suasana belajar yang menyenangkan dan tidak monoton. Dengan suasana yang santai dan penuh tantangan, peserta dapat lebih mudah menyerap nilai-nilai pembelajaran tanpa merasa tertekan.

Kegiatan *outbound* juga bertujuan untuk mempererat hubungan sosial antar peserta. Melalui interaksi yang intensif selama kegiatan, peserta dapat saling mengenal lebih dekat serta membangun hubungan yang lebih akrab. Hubungan yang baik ini dapat meningkatkan rasa kebersamaan dan solidaritas dalam kelompok. Selain itu, *outbound* juga dapat menjadi sarana untuk memperluas jaringan pertemanan serta meningkatkan kemampuan bersosialisasi.

Menurut Darmansyah (2023) bahwa: “Kegiatan *outbound* sendiri bertujuan menumbuhkan dan menciptakan suasana saling mendorong, mendukung serta memotivasi dalam sebuah kelompok. Selain mengembangkan kemampuan apresiasi atau kreativitas dan penghargaan terhadap perbedaan dalam sebuah kelompok juga

memberikan kontribusi memupuk jiwa kepemimpinan, kemandirian, keberanian, percaya diri, tanggung jawab dan empati yang merupakan nilai dasar yang harus dimiliki setiap orang”.(Darmansyah *et al.*, 2023)

Outbound adalah kegiatan yang disusun terencana untuk mencapai tujuan pengembangan potensi anak dan menantang untuk dilakukan. Nilai-nilai yang terdapat pada *outbound* dapat menunjang kehidupan sehari-hari. *Outbound* juga memiliki tujuan sebagai sarana rekreasi yang edukatif. Kegiatan ini menggabungkan unsur bermain dan belajar, sehingga peserta dapat menikmati pengalaman yang menyenangkan sekaligus mendapatkan nilai-nilai pembelajaran. Kombinasi antara rekreasi dan edukasi ini membuat *outbound* menjadi metode yang sangat efektif dalam pengembangan diri. Peserta tidak merasa terbebani, tetapi tetap mendapatkan manfaat yang signifikan dari kegiatan yang dilakukan.

Secara keseluruhan, tujuan kegiatan *outbound* sangat beragam dan mencakup berbagai aspek kehidupan. Mulai dari pengembangan kemampuan individu, peningkatan keterampilan sosial, hingga pembentukan karakter dan kesehatan fisik. Dengan pendekatan yang berbasis pengalaman, *outbound* mampu memberikan pembelajaran yang lebih mendalam dan bermakna. Oleh karena itu, kegiatan *outbound* perlu terus dikembangkan dan dimanfaatkan sebagai salah satu metode pembelajaran dan pelatihan yang efektif dalam berbagai bidang.

Dengan memahami tujuan kegiatan *outbound* secara mendalam, diharapkan setiap pelaksanaan kegiatan dapat dirancang dengan lebih baik dan terarah. Setiap aktivitas yang dilakukan harus memiliki tujuan yang jelas serta memberikan manfaat yang maksimal bagi peserta. Dengan demikian, *outbound* tidak hanya menjadi kegiatan yang menyenangkan, tetapi juga menjadi sarana yang efektif dalam

mengembangkan potensi diri dan meningkatkan kualitas hidup individu.

3.2 Tujuan Khusus Kegiatan *Outbound*

Outbound merupakan salah satu metode pembelajaran melalui pengalaman yang didapatkan secara langsung. Bentuk kegiatannya aplikasi game-game yang ringan, setiap game dalam kegiatan *outbound* mengandung makna yang dalam, filosofis, dan sarat akan pesan-pesan simbolik yang bermanfaat serta membangun karakter ke arah kesuksesan dalam kehidupan, baik kesuksesan di tingkat individu maupun kesuksesan tim/kelompok. Metode *outbound* merupakan metode yang paling efektif dalam mengakomodasi/kebutuhan tuntutan terhadap hasil suatu pelatihan. Metode ini efektif dalam membangun pemahaman terhadap suatu konsep dan membangun perilaku karakter individu. Karakter akan tertanam dan akan menjadi pribadi individu yang lebih baik.

Metode *outbound* merupakan metode yang paling efektif dalam mengakomodasi model kebutuhan serta tuntutan terhadap hasil suatu pelatihan. Metode ini efektif untuk membangun pemahaman terhadap suatu konsep dan membangun perilaku karakter individu berupa kejujuran dan integritas. Karakter akan tertanam dan akan menjadi pribadi individu yang lebih baik

Adrianus dalam Buchori (2016) mengatakan bahwa: “pada kegiatan *outbound* terdapat unsur-unsur pengembangan kreativitas, komunikasi, mendengarkan efektif, kerjasama, motivasi diri, kompetisi, problem solving dan percaya diri.”(Buchori & Hal, 2016)

Menurut Sukartaatmadja bahwa: “*Outbound & Team Building* merupakan salah satu metode pembelajaran modern yang memanfaatkan keunggulan alam. Para peserta yang

mengikuti outbound tidak hanya dihadapkan pada tantangan intelegensia, tetapi juga fisik dan mental dan ini akan terus terlatih menjadi sebuah pengalaman yang membekali dirinya dalam menghadapi tantangan yang lebih nyata".(Sukartaatmadja *et al.*, 2020)

Aktifitas *outbound* dapat menjaga otak agar terus bergerak dalam melaksanakan kegiatan. Melalui pengalaman belajar sistem outbound maka individu akan lebih peka terhadap tugas yang dimilikinya, lebih kreatif serta tertanam nilai-nilai kejujuran. Kejujuran akan terwujud dengan belajar berkompetisi yang tepat sesuai aturan, kepribadian yang termotivasi pada hal yang lebih positif akan tertanam nilai kejujuran yang lebih besar.

Kegiatan *outbound* merupakan salah satu metode pembelajaran dan pengembangan diri yang dilakukan di luar ruangan melalui berbagai aktivitas yang menantang, menyenangkan, dan melibatkan kerjasama kelompok. Dalam dunia pendidikan, pelatihan, maupun pengembangan sumber daya manusia, *outbound* telah menjadi sarana yang efektif untuk meningkatkan kemampuan individu dan kelompok. Kegiatan ini tidak hanya berorientasi pada hiburan, tetapi juga memiliki tujuan yang bersifat edukatif, psikologis, sosial, dan fisik. Melalui berbagai permainan dan tantangan yang dirancang secara sistematis, peserta dapat memperoleh pengalaman belajar yang bermakna dan aplikatif dalam kehidupan sehari-hari.

Tujuan khusus kegiatan *outbound* adalah mengembangkan potensi diri peserta secara menyeluruh. Setiap individu memiliki kemampuan, bakat, dan karakteristik yang berbeda-beda. Melalui kegiatan *outbound*, peserta diberikan kesempatan untuk mengenali kekuatan dan kelemahan yang dimilikinya. Berbagai tantangan yang dihadapi selama kegiatan dapat membantu peserta memahami kemampuan diri dalam mengambil keputusan,

menyelesaikan masalah, dan menghadapi situasi yang tidak terduga. Dengan demikian, *outbound* menjadi sarana yang efektif untuk meningkatkan kesadaran diri (*self-awareness*) dan kepercayaan diri peserta.

Menurut Sukartaatmadja bahwa: "Tujuan utama kegiatan pelaksanaan *outbound* adalah melatih para peserta untuk mampu menyesuaikan diri dengan perubahan yang ada dengan membentuk sikap profesionalisme para peserta yang didasarkan pada perubahan dan perkembangan karakter, komitmen serta kinerja yang diharapkan akan semakin lebih baik". (Sukartaatmadja *et al.*, 2020)

Selain itu, *outbound* bertujuan untuk meningkatkan kemampuan kerja sama atau *teamwork*. Sebagian besar aktivitas *outbound* dirancang dalam bentuk permainan kelompok yang mengharuskan peserta bekerja sama untuk mencapai tujuan tertentu. Dalam proses tersebut, setiap anggota kelompok dituntut untuk berkontribusi sesuai dengan kemampuan yang dimiliki. Mereka belajar bagaimana berkomunikasi secara efektif, saling menghargai pendapat, membangun kepercayaan, serta menyelesaikan konflik yang mungkin muncul selama kegiatan berlangsung. Kemampuan bekerja sama ini sangat penting dalam kehidupan sosial, dunia pendidikan, maupun lingkungan kerja.

Tujuan berikutnya adalah meningkatkan kemampuan komunikasi. Komunikasi merupakan faktor penting dalam keberhasilan individu maupun kelompok. Melalui berbagai permainan *outbound*, peserta dilatih untuk menyampaikan ide, instruksi, maupun informasi secara jelas dan tepat. Mereka juga belajar menjadi pendengar yang baik sehingga mampu memahami pesan yang disampaikan oleh orang lain. Aktivitas ini membantu peserta mengembangkan keterampilan komunikasi verbal maupun nonverbal yang sangat diperlukan dalam kehidupan sehari-hari.

Kegiatan *outbound* juga bertujuan untuk membentuk jiwa kepemimpinan. Dalam berbagai aktivitas kelompok, peserta sering diberikan kesempatan untuk menjadi pemimpin yang bertanggung jawab mengarahkan anggota tim dalam mencapai tujuan. Pengalaman ini melatih kemampuan mengambil keputusan, mengorganisasi anggota kelompok, memberikan motivasi, serta bertanggung jawab atas hasil yang dicapai. Melalui proses tersebut, peserta dapat memahami bahwa kepemimpinan bukan hanya tentang memberi perintah, tetapi juga tentang memberikan teladan, mendengarkan anggota tim, dan menciptakan suasana kerja yang positif. Tujuan lain dari *outbound* adalah meningkatkan kemampuan pemecahan masalah (*problem solving*). Banyak permainan *outbound* yang dirancang dengan berbagai tantangan yang memerlukan strategi dan pemikiran kreatif untuk menyelesaikannya. Peserta dituntut untuk menganalisis situasi, mencari alternatif solusi, dan mengambil keputusan secara tepat dalam waktu yang terbatas. Pengalaman ini membantu peserta mengembangkan kemampuan berpikir kritis dan kreatif yang sangat berguna dalam menghadapi berbagai permasalahan di kehidupan nyata.

Dari aspek psikologis, *outbound* bertujuan untuk meningkatkan rasa percaya diri. Ketika peserta berhasil menyelesaikan tantangan yang dianggap sulit atau menakutkan, mereka akan merasakan kepuasan dan kebanggaan terhadap kemampuan dirinya. Pengalaman keberhasilan tersebut dapat meningkatkan keyakinan bahwa mereka mampu menghadapi tantangan yang lebih besar di masa depan. Kepercayaan diri yang tinggi akan membantu seseorang menjadi lebih berani dalam mengambil peluang, menghadapi perubahan, dan mengembangkan potensi yang dimiliki. Selain meningkatkan kepercayaan diri, *outbound* juga bertujuan untuk mengembangkan keberanian dan mental yang tangguh. Beberapa aktivitas *outbound*

mengandung unsur tantangan fisik maupun mental yang mengharuskan peserta keluar dari zona nyaman. Misalnya, kegiatan flying fox, jembatan tali, atau permainan yang membutuhkan keberanian mengambil risiko. Melalui pengalaman tersebut, peserta belajar mengendalikan rasa takut, meningkatkan keberanian, serta membangun ketahanan mental dalam menghadapi berbagai situasi yang penuh tekanan.

Menurut Yunaida (2018) bahwa: "Dalam *outbound* peserta akan lebih banyak dituntut mengembangkan kemampuan *eSQ* (*emotional and spiritual quotient*) nya, disamping *IQ* (*intelligent quotient*). Metode *outbound training* memungkinkan peserta dalam aktivitasnya melakukan sentuhan-sentuhan fisik dengan latar alam yang terbuka sehingga diharapkan melahirkan kemampuan dan watak serta visi kepemimpinan yang mengandung nilai-nilai kejujuran, keterbukaan, toleransi, kepekaan yang mendalam, kecerdasan serta rasa kebersamaan dalam membangun hubungan antar manusia yang serasi dan dinamis".(Yunaida *et al.*, 2018)

Dari aspek sosial, kegiatan *outbound* bertujuan untuk mempererat hubungan antar individu. Interaksi yang intens selama kegiatan memungkinkan peserta saling mengenal lebih dekat, membangun rasa kebersamaan, dan memperkuat ikatan emosional. Hal ini sangat bermanfaat bagi siswa di sekolah, mahasiswa, maupun karyawan dalam suatu organisasi karena dapat menciptakan lingkungan yang harmonis dan kondusif. Hubungan yang baik antar anggota kelompok akan meningkatkan efektivitas kerja sama dan menciptakan suasana yang lebih positif. *Outbound* juga memiliki tujuan untuk menanamkan nilai-nilai karakter yang positif. Berbagai aktivitas yang dilakukan dapat mengajarkan nilai-nilai seperti disiplin, tanggung jawab, kejujuran, kerja keras, toleransi, dan kepedulian terhadap sesama. Nilai-nilai tersebut tidak hanya dipelajari secara teoritis, tetapi juga

dipraktikkan secara langsung dalam situasi nyata selama kegiatan berlangsung. Oleh karena itu, *outbound* sering digunakan sebagai salah satu metode pendidikan karakter yang efektif. Program *Outbound and Team Building* dapat dirancang bagi organisasi, perusahaan atau sekolah-sekolah yang ingin meningkatkan atau membangun sikap kepemimpinan dan kerjasama kelompok dalam diri karyawan dalam suatu perusahaan atau siswa suatu sekolah atau anggota dalam suatu organisasi.

Dari sisi kesehatan, *outbound* bertujuan meningkatkan kebugaran jasmani peserta. Sebagian besar aktivitas *outbound* melibatkan gerakan fisik seperti berjalan, berlari, memanjat, atau aktivitas lain yang membutuhkan energi. Aktivitas fisik tersebut dapat membantu meningkatkan daya tahan tubuh, kekuatan otot, koordinasi gerak, dan kesehatan secara keseluruhan. Selain itu, kegiatan yang dilakukan di alam terbuka memberikan kesempatan bagi peserta untuk menikmati udara segar dan lingkungan yang alami sehingga dapat mengurangi tingkat stres dan kelelahan akibat rutinitas sehari-hari.

Kegiatan *outbound* juga bertujuan untuk meningkatkan motivasi dan semangat peserta. Suasana yang menyenangkan dan penuh tantangan dapat memberikan pengalaman baru yang menyegarkan. Peserta menjadi lebih antusias, termotivasi, dan memiliki semangat yang lebih tinggi dalam menjalani aktivitas sehari-hari. Dalam lingkungan kerja, *outbound* sering digunakan untuk meningkatkan motivasi karyawan agar lebih produktif dan memiliki komitmen yang kuat terhadap organisasi. Selain itu, *outbound* bertujuan untuk mengembangkan kemampuan adaptasi terhadap perubahan. Dalam berbagai aktivitas, peserta sering dihadapkan pada situasi yang berbeda dari kebiasaan mereka. Kondisi ini menuntut kemampuan beradaptasi, berpikir fleksibel dan menemukan cara terbaik untuk menghadapi perubahan. Kemampuan adaptasi merupakan

keterampilan penting di era modern yang penuh dengan dinamika dan perkembangan yang cepat.

Secara keseluruhan, kegiatan *outbound* memiliki tujuan yang sangat luas dan mencakup berbagai aspek perkembangan individu maupun kelompok. Tujuan tersebut meliputi pengembangan potensi diri, peningkatan kerja sama tim, kemampuan komunikasi, kepemimpinan, pemecahan masalah, kepercayaan diri, keberanian, hubungan sosial, pembentukan karakter, kebugaran jasmani, motivasi, serta kemampuan adaptasi. Dengan berbagai manfaat tersebut, *outbound* menjadi salah satu metode pembelajaran dan pelatihan yang efektif untuk membentuk individu yang lebih kompeten, berkarakter, sehat, dan siap menghadapi berbagai tantangan kehidupan. Oleh karena itu, kegiatan *outbound* sangat relevan untuk diterapkan dalam dunia pendidikan, organisasi, maupun lingkungan kerja sebagai sarana pengembangan sumber daya manusia yang berkualitas.

DAFTAR PUSTAKA

- Buchori, V., & Hal, J. (2016). *Pengaruh character education training melalui outbound training untuk peningkatan kejujuran dan integritas*. 2, 12–19.
- Darmansyah, A., Susanti, A., & Muktadir, A. (2023). *No Title*. 7(c).
- Darul, S. M. P., Muhammadiyah, I., Tengah, J., Saputra, Y. A., & Faridatussalam, S. R. (2023). *Pengembangan Karakter Siswa Melalui Kegiatan Outbound pada*. 1(3), 429–436.
- Dini, A. U., Kasus, S., & Kota, A. (2018). *Jurnal comm-e du*. 1, 30–37.
- Diri, K., Usia, A., Ragil, Y. A., & Putra, D. A. (2023). *IMPLEMENTASI KEGIATAN OUTBOUND DALAM PEMBE NTUKAN*. 7(2), 173–182.
- Hakim, A. R., Kumala, F. N., Pendidikan, P., Sekolah, G., Universitas, D., & Malang, K. (2016). *PENGEMBANGAN KARAKTER MELALUI KEGIATAN*. 1(2), 173–182.
- Humayrah, S., & Watini, S. (2022). *Implementasi Bermain Model “ ASYIK ” untuk Meningkatkan Semangat Belajar Anak Melalui Kegiatan Outbound di TK Aisyiyah Bustanul Athfal 46 Daun*. 3, 579–588.
- Kegiatan, E., Fun, O., Meningkatkan, U., Sosial, P., Kabupaten, T., & Selatan, P. (2019). *Efektivitas kegiatan outbound fun estafet untuk meningkatkan perkembangan sosial anak di taman kanak – kanak al-jannah tarusan kabupaten pesisir selatan*. 5, 161–168.

- Sukartaatmadja, I., Muktiadji, N., & Effe ndy, M. (2020). *PKM Kegiatan Outbound & Te am Building Bagi Karyawan BPR Mandiri*. 1(1), 57–66.
- Syafdaningsih, S., Hasmale na, H., Sofnidar, S., Dwi, L., Pagarwati, A., Rahayu, R., Zulaiha, D., Ste vany, D., & Safitri, M. I. (2023). *Manfaat Kegiatan Outbound dalam Stimulasi Perke mbangan kognitif Anak Usia Dini dari Perspe ktif Guru*. 7(6), 6700–6708. <https://doi.org/10.31004/obse si.v7i6.5382>

BAB 4

TAHAPAN DALAM KEGIATAN *OUTBOUND*

Oleh I Gde Dhika Widarnandana

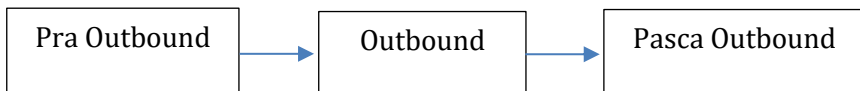
Outbound merupakan kegiatan pelatihan luar ruangan, dimana kegiatan pelatihan ini mengajak peserta untuk melakukan aktivitas yang menekankan proses pembelajaran di dalamnya. *Outbound* menjadi sarana pelatihan yang menyenangkan dikarenakan proses pelatihan nya melibatkan proses bermain.

Aktivitas *Outbound* menjadi salah satu sarana pelatihan yang tepat dikarenakan terdapat 3 alasan yaitu (Ancok, 2003) : (1) Kegiatan *Outbound* merupakan simulasi aktivitas kehidupan sehari-hari yang kompleks dibuat menjadi kegiatan yang sederhana, dalam hal ini rutinitas dalam pekerjaan, sekolah, maupun dalam berinteraksi sehari-hari, disusun dalam kegiatan simulai permainan baik itu tantangan permainan yang dilakukan secara individu maupun secara berkelompok. (2) Kegiatan *Outbound* menekankan proses belajar dari pengalaman atau yang disebut *Experiential Learning*, melalui kegiatan *Outbound* peserta diajak untuk mengalami suatu pengalaman tertentu dan berusaha untuk menggali makna yang terdapat dari aktivitas tersebut, makna dari aktivitas tersebut dapat dikaitkan dalam kehidupan sekolah, pekerjaan maupun interaksi sosial sehari-hari. (3) Dilakukan dengan permainan sehingga penuh kegembiraan, aktivitas *Outbound* melibatkan tantangan permainan

sehingga sangat disukai baik itu oleh anak-anak maupun orang dewasa.

Aktivitas Outbound menurut Rosadi & Lesmana (2020), dapat dibagi menjadi 3 kategori, *Low Impact Games* sering disebut dengan *Fun Games*, memerlukan peralatan yang mudah dicari, dengan pemaknaan yang sederhana, *Middle Impact Games* menekankan proses bermain dan penggalian makna yang cukup dalam pada peserta. Kategori yang ketiga yaitu *High Impact Games*, dimana peserta tidak hanya bermain, namun didorong untuk dapat menggali makna dari setiap aktivitas yang dilakukan, serta mengkaitkan dalam kehidupan sehari-hari.

Outbound di dalam penyelenggaraan kegiatannya, dapat dilakukan dengan 3 tahapan, dimana tahapan ini dapat membantu terselenggaranya pelatihan *Outbound* yang sesuai dengan kebutuhan, adapun ketiga tahapan tersebut yaitu : *Pra Event/ Outbound, Event/ Saat Aktivitas Outbound, Evaluasi / Pasca Outbound* (Widarnandana, 2023).



Gambar 4. 1 Tahapan Kegiatan Outbound

Kegiatan *Outbound* diawali dengan Pra Outbound, dimana pada aktivitas Pra Outbound ini dimulai dari dengan *Training Needs Analysis* atau menggali kebutuhan pelatihan, selain itu diperlukan juga untuk mempersiapkan Sumber Daya Manusia (SDM) atau Tim yang akan terlibat dalam aktivitas Outbound, Selain pada tahapan Pra Outbound sebaiknya tim Outbound perlu melakukan survei lokasi terlebih dahulu untuk melihat kondisi nyata di lokasi pelatihan, sehingga bisa menyusun aktivitas yang tepat sasaran. Pada tahapan Pra Outbound juga diperlukan penyusunan modul, atau rancangan aktivitas yang akan

dilakukan, sehingga kegiatan Outbound yang disusun dapat menggali kebutuhan dari pelatihan.

Pada tahapan kedua yaitu saat aktivitas Outbound nya diperlukan tim yang telah memahami program dan modul yang telah ditetapkan, sehingga pelatihan Outbound dapat berjalan sesuai dengan penyusunan di awal. Pada Aktivitas Outbound peserta diajak melakukan permainan mulai dari pengenalan awal, aktivitas tantangan games hingga diakhiri dengan adanya debrief atau penggalian suatu makna dari aktivitas Outbound yang telah dilakukan.

Tahapan Ketiga yaitu Pasca Outbound, pada tahapan ini dilakukan evaluasi baik itu dari sisi peserta dengan melakukan *post test* ataupun dengan cara menggali pengalaman peserta. Selain dari sisi peserta perlu juga dilakukan Evaluasi dari Tim Outbound sendiri, untuk melakukan evaluasi, apakah kegiatan yang sudah berjalan, apakah sudah sesuai dengan program yang disusun atau perlu pengembangan lebih lanjut untuk program pelatihan di masa mendatang.

4.1 Pra Outbound

Pra Outbound merupakan kegiatan paling awal yang dilakukan sebelum kegiatan Outbound dimulai, pada tahapan ini dilakukan beberapa aktivitas yang perlu dipersiapkan mulai dari : analisis kebutuhan pelatihan, mempersiapkan SDM tim Outbound, melakukan survei analisis resiko lokasi Outbound, menyiapkan modul, serta melakukan briefing dan rapat persiapan kegiatan Outbound. Adapun penjabarannya sebagai berikut:

a. Analisis Kebutuhan Pelatihan/ *Training Needs Analysis*

Pada tahapan analisis kebutuhan pelatihan, tim Outbound perlu menggali informasi terlebih dahulu kepada peserta, ataupun kepada instansi peserta berkaitan tujuan dan output yang diharapkan dari kegiatan Outbound, pada saat analisis kebutuhan pelatihan peserta juga akan ditanyakan berkaitan usia peserta, jumlah peserta, jabatan peserta, riwayat kesehatan, hingga berkaitan konsep kegiatan Outbound yang diharapkan. Analisis kebutuhan pelatihan perlu dilakukan agar program pelatihan Outbound yang disusun tepat sasaran sesuai dengan kebutuhan instansi dan peserta. Melalui analisis kebutuhan pelatihan juga dapat membantu tim Outbound di dalam penyusunan program modul yang menjadi landasan di dalam kegiatan Outbound yang akan dilakukan.

Proses Analisis kebutuhan pelatihan dapat dilakukan dengan beberapa metode mulai dari wawancara kepada Pimpinan, HRD ataupun peserta outbound, mengirim formulir survei kepada peserta, mengumpulkan beberapa peserta untuk terlibat dalam *focus group discussion* semakin banyak informasi yang di dapatkan, akan mempermudah Tim Outbound di dalam penyusunan Program Outbound.

b. Sumber Daya Manusia (SDM) Tim Outbound

Keberhasilan dari kegiatan Outbound tidak terlepas dari tim yang memiliki peranan penting di dalam kegiatan Outbound. Adapun beberapa peran yang perlu disiapkan dalam melaksanakan kegiatan Outbound yaitu:

- 1) *Project Leader*, dalam hal ini project leader atau disebut dengan manager program bertugas untuk menyusun program yang

sesuai dengan kebutuhan analisis pelatihan. Project Leader akan banyak berdiskusi dengan pimpinan peserta berkaitan dengan program yang akan dijalankan. Project Leader memiliki peran agar program yang disusun tepat sasaran serta saat implementasi di lapangan sesuai dengan alur program yang disusun.

- 2) *Master Games*, adalah fasilitator utama yang memandu jalannya aktivitas mulai dari pembukaan kegiatan melalui framing, memberikan kegiatan ice breaking, memandu jalannya aktivitas games, hingga sampai persiapan pemberian pemaknaan kegiatan melalui kegiatan debrief. Master Games memiliki peranan agar kegiatan Outbound terasa menyenangkan sehingga peserta selalu bersemangat untuk mengikuti kegiatan.
- 3) *Fasilitator Experiential Learning* (Fasel), fasel bertugas untuk mendampingi dan memandu peserta dalam proses bermain sekaligus belajar dalam kegiatan Outbound, Fasilitator juga membantu peserta untuk memahami tantangan games yang akan dihadapi, melalui kegiatan kelompok fasilitator mendorong peserta untuk dapat memunculkan pemaknaan dan refleksi dalam kegiatan yang Outbound yang dilakukannya. Fasilitator juga dapat berperan sebagai observer, dimana selama aktivitas Outbound mengamati peserta dalam menghadapi dinamika kelompok.
- 4) *Technical Support* / Tim Teknis, dalam hal ini tim Teknis merupakan tim yang akan menyiapkan logistik dan peralatan dalam aktivitas Outbound. Tim Teknis memiliki peranan yang sangat penting, dikarenakan kelengkapan alat yang akan digunakan dapat membuat kegiatan

berjalan sesuai dengan konsep yang telah disusun.

- 5) Tim Medis Kesehatan, dalam hal ini tim medis diperlukan untuk berjaga-jaga selama aktivitas Outbound untuk meminimalisir resiko yang terjadi apabila adanya cedera maupun peserta yang sakit selama kegiatan Outbound. Tim Medis dapat melibatkan dari Dokter, Perawat, Petugas PMI, maupun tim Outbound yang telah dibekali kemampuan penanganan medis standar.

c. Analisis Resiko Lokasi

Sebelum menjalankan kegiatan Outbound tim Outbound baik itu project leader, master games, fasel dan Tim Teknis perlu melakukan survei lapangan terlebih dahulu, untuk melihat lokasi kegiatan Outbound secara langsung. Melalui pengamatan langsung di lapangan dapat memberikan gambaran tambahan dalam penyusunan program serta resiko yang dapat muncul apabila melakukan kegiatan. Seperti contoh apabila cuaca hujan ketika kegiatan di lapangan apakah ada tempat berteduh? Atau memerlukan tenda tambahan? kemudian suhu udara dan cuaca yang ada di lokasi Outbound saat itu seperti apa, sehingga bisa memberikan informasi kepada peserta untuk membawa perlengkapan tambahan. Pada analisis resiko lokasi juga perlu memperhatikan tentang lokasi Puskesmas, Rumah Sakit atau Tenaga Kesehatan terdekat dari lokasi, sehingga bisa memberikan penanganan medis apabila diperlukan. Pada Analisis Resiko Lokasi tim Outbound perlu memetakan resiko yang dapat muncul dalam kegiatan outbound melingkupi 3 hal yaitu 1) Resiko dari Faktor lingkungan, seperti hujan, cuaca panas, banyak dahan pohon ranting

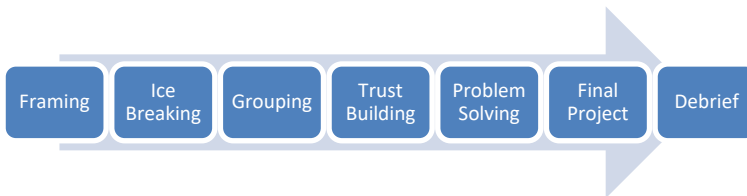
yang layu, lubang di lapangan, debit air sungai yang tinggi, dan lainnya berkaitan dengan faktor lingkungan dan cuaca. 2) Resiko dari Faktor Peralatan dalam hal ini berkaitan resiko dari peralatan Outbound yang bisa menyebabkan terganggunya aktivitas Outbound seperti baterai mic habis, mati lampu, peralatan Outbound yang telah usang / berkarat, serta tantangan perlengkapan lainnya. 3) Resiko dari Faktor Manusia, dalam hal ini resiko yang muncul dari peserta yang dapat menghambat terselenggaranya kegiatan Outbound dengan lancar, faktor ini seperti peserta yang tidak mau ikut kegiatan Outbound, peserta yang suka mengacau, peserta yang tidak mengikuti aturan serta peserta yang tidak membawa perlengkapan sesuai kebutuhan yang ditentukan. Pada faktor ini sehingga diperlukan pendekatan khusus kepada peserta yang dirasa dapat mengganggu aktivitas Outbound, untuk dapat diberi ruang diskusi agar mau berpartisipasi dalam kegiatan Outbound.

- d. Penyusunan Modul dan Briefing Tim, pada tahapan pra Outbound untuk kelancaran proses Outbound yang dilaksanakan sehingga seorang Project Leader bersama tim perlu menyusun modul ataupun susunan aktivitas yang akan dilakukan, dimana penyusunan modul dan susunan aktivitas ini didasarkan pada informasi yang telah digali saat melakukan analisis kebutuhan pelatihan. Modul di dalam kegiatan Outbound menjadi panduan yang harus dilakukan seluruh tim Outbound sehingga kegiatan dapat berjalan sesuai dengan tujuan pelatihan Outbound yang diharapkan. Setelah Modul telah jadi, tim Outbound dipimpin oleh Project Leader juga perlu melakukan briefing dimana briefing adalah penyamaan persepsi aktivitas yang akan dilakukan, pada saat briefing akan

dibahas mengenai karakteristik peserta Outbound, tujuan pelatihan Outbound, susunan kegiatan dan aktivitas yang akan dilakukan serta uji coba simulasi kegiatan Outbound.

4.2 Event Outbound

Tahapan kegiatan Outbound merupakan kegiatan yang dilakukan oleh peserta dan Tim Outbound untuk melakukan aktivitas Outbound secara bersama-sama dengan tujuan untuk menghasilkan kegiatan Outbound yang memberikan kesan dan berdampak pada peserta. Selama kegiatan Outbound dapat dilakukan sesuai dengan waktu yang telah ditentukan dari program modul yang telah disusun. Adapun detail kegiatan Outbound yang dilakukan selama proses kegiatan sebagai berikut:



Gambar 4. 2 Alur Event Outbound

- a. *Framing*, proses *framing* seperti membangun sebuah bingkai diawal kegiatan Outbound, peserta sebelum melakukan kegiatan Outbound dari Master Games dan Project Leader akan memperkenalkan tim Outbound terlebih dahulu, peserta akan diberikan informasi mengenai gambaran umum yang dilakukan oleh peserta dan durasi waktu aktivitas yang akan dilakukan. Hal ini bertujuan agar peserta mendapat pemahaman awal mengenai aktivitas Outbound yang akan dilakukannya.

- b. *Ice Breaking*, merupakan proses aktivitas permainan yang menyenangkan, ice breaking biasanya dipandu 5-10 menit untuk membuat suasana canggung dan kaku menjadi lebih bersemangat. Peserta akan diajak untuk melakukan beberapa aktivitas permainan ringan yang membuat suasana menjadi lebih menyenangkan.
- c. *Grouping*, pembentukan kelompok dimana peserta yang telah mulai bersemangat dari aktivitas ice breaking diajak untuk membentuk kelompok-kelompok kecil. Kelompok dapat dilakukan dengan skenario *by design* yaitu sudah disusun sebelumnya oleh tim Outbound dengan membagi tiap kelompok terdiri dari karakteristik peserta yang berasal dari jabatan dan usia yang beragam sebelumnya atau menggunakan pembagian kelompok *by incidental* yaitu membagi kelompok secara acak pada saat kegiatan Outbound di lapangan dimulai. Adapun tujuan dari kegiatan Grouping ini dilakukan untuk membentuk keberagaman kelompok dan semakin mendekatkan peserta satu sama lainnya. Pada kegiatan ini juga akan terjadi saling berkenalan satu sama lain, sehingga diharapkan peserta yang belum mengenal satu sama lain mulai dapat berinteraksi.
- d. *Trust Building*, merupakan kegiatan untuk membentuk kepercayaan sesama anggota tim kelompok, sebelum kelompok nantinya akan dihadapkan tantangan yang harus diselesaikan baik secara individu maupun secara kelompok. Trust building dapat dilakukan dengan aktivitas permainan berdiri bersama, menangkap peserta yang menjatuhkan badan kebelakang. Hal ini bertujuan untuk menumbuhkan kepercayaan kepada anggota tim yang baru dikenalnya saat aktivitas Outbound dilakukan sehingga siap untuk menghadapi tantangan.

- e. *Problem Solving Games*, merupakan aktivitas games yang bertujuan untuk menyelesaikan satu tantangan dengan tujuan tertentu, seperti kerja sama tim, komunikasi, kepemimpinan, kepercayaan, ketepatan waktu dan lain sebagainya, problem solving games biasanya tantangan games yang cukup kompleks dan dikerjakan selama 20-40 menit. *Problem solving games* dapat dilakukan dengan kompetisi antar group maupun aktivitas games yang dibatasi dalam waktu pengerjaanya. Dalam penyusunan *Problem Solving Games*, sebaiknya kegiatan tantangan kegiatan permainan yang disusun sesuai modul dan tujuan pelatihan Outbound.
- f. *Final Project*, merupakan aktivitas yang dilakukan untuk dilakukan bersama-sama baik itu dengan seluruh kelompok maupun seluruh peserta, harapan dari *final project* adalah kegiatan yang bisa melibatkan kontribusi semua peserta Outbound, sehingga diharapkan selesai kegiatan Outbound tidak muncul kembali ego kelompok, namun sudah mencapai satu tujuan dari pelatihan yang disusun.
- g. *Debrief*, merupakan aktivitas yang mengajak peserta untuk mendapatkan refleksi dan pemaknaan dari kegiatan Outbound yang telah dilakukan, melalui kegiatan debrief peserta yang dipandu oleh Fasel dan Master Games, diharapkan dapat menggali pembelajaran dari aktivitas Outbound yang dilakukan, sehingga diharapkan sesuai dengan tujuan modul dan program Outbound yang telah disusun. Dalam kegiatan debrief setiap individu dapat memunculkan pengalaman dan pemaknaan yang berbeda-beda, tugas dari seorang fasilitator disini yang dapat mendorong pembelajaran peserta untuk dapat mengkaitkan dalam kegiatan sehari-hari.

4.3 Pasca Outbound/ Evaluasi

Tahapan Pasca Outbound dilakukan dengan cara melakukan evaluasi kegiatan Outbound yang telah dilakukan. Evaluasi program Outbound dilakukan dengan tujuan untuk melihat apakah program Outbound yang disusun telah tepat sasaran sesuai modul yang disusun, atau perlu adanya pengembangan di masa mendatang. Evaluasi Outbound juga melihat dampak Outbound kepada peserta, sejauh mana peserta telah belajar dan mendapat pengalaman dari kegiatan Outbound.

Menurut Kirkpatrick & Kirkpatrick (2007), Evaluasi dapat dilakukan dengan 4 tingkatan yaitu:

Level Reaction (Reaksi), evaluasi yang dilakukan untuk mengukur kepuasan peserta terhadap Outbound yang telah diberikan, hal ini seperti evaluasi apakah peserta menyukai kegiatan Outbound?, kemampuan master games dan fasel dalam memandu Outbound?, apakah fasilitas yang diberikan memadai bagi peserta?.

Level Learning (Pembelajaran), yaitu evaluasi yang dilakukan untuk mengukur sejauh mana peserta menyerap pengetahuan, keterampilan dari kegiatan Outbound yang dilakukan. Pada Evaluasi learning dapat dilakukan dengan memberikan kuisioner tertulis dengan menggunakan *pre-test* dan *post-test* untuk membandingkan pembelajaran setelah kegiatan Outbound dengan sebelumnya.

Level Behavior (Perilaku), evaluasi Outbound yang dilakukan untuk mengukur perubahan perilaku peserta setelah kembali ke tempat kerja, sekolah maupun kehidupan sehari-hari. Dalam evaluasi ini dilihat apakah peserta benar-benar mengaplikasikan pembelajaran selama kegiatan Outbound pada kegiatan

pekerjaa atau sosial nya sehari-hari. Metode dalam evaluasi perilaku ini dapat dilakukan dengan Observasi atau wawancara setelah beberapa bulan selesai kegiatan Outbound.

Level Result (Hasil), evaluasi yang dilakukan mengukur dampak akhir atau ROI (*Return on Investment*) terhadap tujuan organisasi/perusahaan. Hal yang diukur dari evaluasi peningkatan produktivitas, penurunan angka kesalahan *error* dalam bekerja.

Evaluasi pasca Outbound juga dilakukan tidak hanya ditujukan kepada peserta namun juga evaluasi dilakukan oleh anggota tim Outbound, dimana setelah aktivitas Outbound dilakukan rapat evaluasi oleh anggota tim Outbound yang melibatkan project leader, master games, fasel, technical support dan tim medis, tujuan evaluasi ini dilakukan untuk melihat padangan dari seluruh tim berkaitan dengan program Outbound yang telah dijalankan dan pengembangan lebih lanjut yang bisa dilakukan.

DAFTAR PUSTAKA

- Ancok, D. (2003). *Outbound Management Training*. Yogyakarta: UII Press.
- Rosadi, D., & Lesmana, S. (2020). *Buku Panduan untuk Fasilitator Outbound*. Yogyakarta: The Journal Publishing.
- Widarnandana, I.G.D. & Utami, N.P. (2023). *Merancang Pelatihan dengan Metode Outbound*. Yogyakarta: Penerbit Deepulish.
- Kirkpatrick, D.L & Kirkpatrick, J.D. (2007). *Implementing the Four Levels*. San Fransisco-California: Bernett-Koehler Publisher.

BAB 5

SIKLUS DALAM KEGIATAN *OUTBOUND*

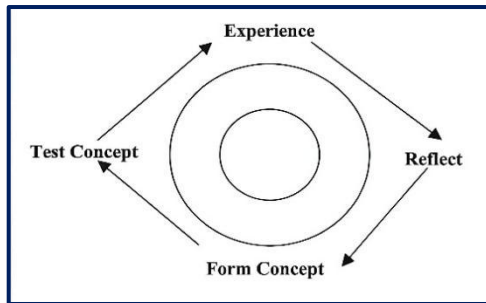
Oleh Hartman Nugraha

Outbound merupakan salah satu pendekatan pembelajaran yang memanfaatkan alam bebas sebagai media belajar yang efektif, menarik, dan bermakna. Melalui berbagai aktivitas di luar ruangan, peserta memperoleh pengalaman langsung yang mampu mengembangkan aspek pengetahuan, keterampilan, sikap, serta karakter. Lingkungan alam memberikan tantangan nyata yang mendorong peserta untuk berkomunikasi, bekerja sama, memecahkan masalah, dan mengambil keputusan. Oleh karena itu, *outbound* menjadi sarana pembelajaran yang tidak hanya menyenangkan, tetapi juga mampu menciptakan proses belajar yang lebih aktif, kontekstual, dan berkesan.

Dalam konteks *outbound* sebagai sarana pembelajaran tentu saja hal tersebut selaras dari tujuan pembelajaran itu sendiri yakni menggambarkan proses dan hasil belajar yang diharapkan dicapai sesuai dengan kompetensi dasar. Proses pembelajaran dirancang dengan berpusat pada pembelajar untuk mendorong motivasi, minat, kreativitas, inisiatif, inspirasi, kemandirian, dan semangat belajar (Syahdan lubis, M. 2021)

Sebagai kegiatan luar ruang, *outbound* merupakan pendekatan pembelajaran yang memanfaatkan alam bebas sebagai media belajar melalui pengalaman langsung

(*experiential learning*). Dalam pelaksanaannya, *outbound* tidak hanya berorientasi pada aktivitas permainan, tetapi juga pada proses pembelajaran yang mengikuti siklus belajar Boyett dan Boyett, yaitu *Experience* (pengalaman), *Reflect* (refleksi), *Form Concept* (pembentukan konsep), dan *Test Concept* (pengujian konsep). Melalui siklus tersebut, peserta memperoleh pengalaman nyata, merefleksikan maknanya, menarik pelajaran yang diperoleh, serta menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari. Dengan demikian, *outbound* menjadi metode pembelajaran yang efektif dalam mengembangkan karakter, kepemimpinan, komunikasi, kerja sama, dan kemampuan pemecahan masalah.



Gambar 5. 1 Siklus Belajar Efektif dari Boyett and Boyett

Sumber : Buku OMT, Djamaludin Ancok, 2006

Berbicara tentang siklus dalam kegiatan *outbound* merupakan rangkaian proses pembelajaran berbasis pengalaman yang dirancang untuk menumbuhkan nilai kebersamaan, kepemimpinan, dan refleksi diri. Tahapan ini biasanya dimulai dari perencanaan dalam suatu kegiatan, dilanjutkan dengan pengalaman langsung melalui permainan atau tantangan, kemudian masuk ke fase observasi terhadap dinamika kelompok. Setelah itu, peserta melakukan refleksi untuk menyadari makna dari pengalaman yang dijalani, dan akhirnya aplikasi yaitu penerapan nilai-nilai tersebut dalam

kehidupan nyata. Dengan siklus ini, *outbound* tidak hanya menjadi aktivitas rekreasi, tetapi juga sarana pendidikan karakter yang berkesinambungan.

Siklus pembelajaran dalam kegiatan *outbound* memiliki keterkaitan yang erat dengan konsep belajar dan pembelajaran. Belajar pada hakikatnya merupakan proses perubahan perilaku, pengetahuan, keterampilan, maupun sikap yang diperoleh melalui pengalaman dan interaksi dengan lingkungan. Sementara itu, pembelajaran merupakan upaya yang dirancang secara sistematis untuk memfasilitasi terjadinya proses belajar tersebut. Konsep belajar dan pembelajaran merupakan dua konsep yang saling berhubungan, keduanya merupakan aktivitas utama dalam pendidikan. Belajar dimaknai proses perubahan perilaku sebagai hasil interaksi individu dengan lingkungannya. Perubahan perilaku hasil belajar bersifat continue, fungsional, positif, aktif dan terarah. Sedangkan pembelajaran dimaknai kegiatan yang berproses melalui tahapan perencanaan, pelaksanaan dan evaluasi. (Faizah, H., & Kamal, 2024.)

Teori siklus belajar yang dikemukakan oleh Joseph H. Boyett dan Jimmie T. Boyett merupakan salah satu pendekatan pembelajaran berbasis pengalaman (*experiential learning*) yang banyak digunakan dalam kegiatan pelatihan, pengembangan sumber daya manusia, dan pendidikan luar ruang (*outbound training*). Teori ini berangkat dari pandangan bahwa pembelajaran yang efektif tidak hanya terjadi melalui pemberian informasi atau ceramah, tetapi melalui pengalaman langsung yang kemudian direfleksikan, dianalisis, dan diterapkan kembali dalam kehidupan nyata. Dalam konteks *outbound*, teori ini menjadi landasan utama karena seluruh aktivitas yang dilakukan peserta dirancang untuk menghasilkan pengalaman yang bermakna dan mampu mendorong perubahan perilaku.

5.1 Siklus dalam Kegiatan *Outbound*

Siklus *outbound* merupakan proses berulang yang menekankan pembelajaran melalui pengalaman nyata di alam terbuka. Setelah tahap perencanaan, peserta diajak menjalani aktivitas fisik dan mental yang menantang, seperti permainan kelompok, simulasi, atau eksplorasi lingkungan. Dari pengalaman tersebut, mereka mulai mengamati dinamika tim, memahami peran masing-masing, serta menyadari pentingnya komunikasi dan kepercayaan. Refleksi kemudian menjadi inti, di mana peserta mengaitkan pengalaman dengan nilai kehidupan, seperti kepemimpinan, empati, dan disiplin. Tahap akhir adalah aplikasi, yaitu penerapan nilai-nilai yang dipelajari dalam kehidupan sehari-hari, sehingga *outbound* menjadi sarana pendidikan karakter yang berkesinambungan dan bermakna.

Menurut Boyett dan Boyett, proses belajar berlangsung melalui empat tahapan yang saling berkaitan dan membentuk suatu siklus, yaitu ***Experience (pengalaman)***, ***Reflect (refleksi)***, ***Form Concept (pembentukan konsep)***, dan ***Test Concept (pengujian konsep)***. Keempat tahap tersebut tidak berdiri sendiri, melainkan membentuk proses yang berulang secara terus-menerus. Setiap pengalaman baru akan menghasilkan pembelajaran baru yang kemudian diuji kembali melalui tindakan berikutnya. Dengan demikian, belajar dipandang sebagai proses yang dinamis dan berkesinambungan.

5.2 Tahap *Experience* (Pengalaman)

Tahap pertama dalam siklus belajar Boyett dan Boyett adalah ***Experience*** atau pengalaman. Pada tahap ini peserta terlibat secara langsung dalam suatu aktivitas atau situasi tertentu. Dalam kegiatan *outbound*, pengalaman diperoleh melalui berbagai permainan, simulasi, tantangan kelompok,

maupun aktivitas petualangan yang dirancang untuk mencapai tujuan pembelajaran tertentu.

Pengalaman merupakan fondasi utama dari seluruh proses belajar. Tanpa adanya pengalaman nyata, peserta hanya memperoleh pengetahuan yang bersifat teoritis dan cenderung mudah dilupakan. Sebaliknya, ketika peserta mengalami sendiri suatu situasi, mereka akan lebih mudah memahami makna dari pengalaman tersebut karena melibatkan aspek fisik, emosional, sosial, dan kognitif secara bersamaan.

Dalam kegiatan *outbound*, konsep ***Experience* (pengalaman)** merupakan tahap awal dalam siklus belajar Boyett dan Boyett. Pada tahap ini peserta memperoleh pengalaman langsung melalui keterlibatan aktif dalam berbagai aktivitas. Pengalaman yang diperoleh umumnya mencakup empat dimensi utama, yaitu:

5.1.1 Pengalaman Fisik (*Physical Experience*)

Peserta terlibat dalam aktivitas yang menuntut gerakan tubuh, ketangkasan, keseimbangan, kekuatan, dan koordinasi. Melalui pengalaman fisik, peserta belajar mengenali kemampuan dan keterbatasan dirinya, meningkatkan kebugaran, serta mengembangkan keberanian dalam menghadapi tantangan. Siklus *outbound* ini berpusat pada proses berulang yang menekankan pembelajaran melalui pengalaman nyata di alam terbuka. Setelah tahap perencanaan, peserta diajak menjalani aktivitas fisik dan mental yang menantang, seperti permainan kelompok, simulasi, atau eksplorasi lingkungan. Dari pengalaman tersebut, mereka mulai mengamati dinamika tim, memahami peran masing-masing, serta menyadari pentingnya komunikasi dan kepercayaan.

5.2.2 Pengalaman Emosional (*Emotional Experience*)

Selama kegiatan *outbound*, peserta akan merasakan berbagai emosi seperti senang, takut, gugup, percaya diri, bangga, atau bahkan kecewa. Pengalaman emosional ini membantu peserta mengembangkan pengendalian diri, kepercayaan diri, motivasi, dan ketahanan mental dalam menghadapi situasi yang tidak biasa.

Keterlibatan pengalaman dalam kegiatan ini memiliki keterkaitan erat dengan pengalaman emosional karena setiap aktivitas yang dijalani peserta memunculkan beragam perasaan, mulai dari antusiasme, ketegangan, hingga rasa lega setelah berhasil menyelesaikan tantangan. Emosi ini menjadi bagian penting dalam proses pembelajaran, sebab melalui pengalaman emosional peserta dapat lebih memahami diri sendiri dan orang lain. Misalnya, rasa takut saat menghadapi rintangan dapat berubah menjadi kepercayaan diri ketika berhasil melewatinya, sementara rasa frustrasi dapat berganti menjadi kebanggaan setelah tim bekerja sama dengan baik. Refleksi atas pengalaman emosional ini membantu peserta menyadari nilai kebersamaan, empati, dan ketahanan mental, sehingga *outbound* tidak hanya melatih fisik, tetapi juga memperkuat karakter melalui pengelolaan emosi.



Gambar 5. 2 Permainan Spider Web

Sumber :<https://www.trebound.com/team-building-activity/spider-web>

5.2.3 Pengalaman Sosial (*Social Experience*)

Outbound menempatkan peserta dalam situasi yang mengharuskan mereka berinteraksi dengan orang lain. Melalui kerja sama tim, komunikasi, saling percaya, dan penyelesaian konflik, peserta memperoleh pengalaman sosial yang dapat meningkatkan kemampuan interpersonal dan membangun hubungan yang positif dengan anggota kelompok.

Pengalaman sosial dalam kegiatan *outbound* ini muncul karena setiap aktivitas yang dilakukan menuntut interaksi antar individu dalam kelompok. Peserta diajak bekerja sama menyelesaikan tantangan, berbagi peran, dan saling mendukung untuk mencapai tujuan bersama. Dalam proses ini, muncul dinamika sosial seperti kepemimpinan, komunikasi, solidaritas, dan kepercayaan. Misalnya, ketika tim harus melewati rintangan, keberhasilan tidak hanya bergantung pada kemampuan fisik, tetapi juga koordinasi dan dukungan emosional antaranggota. Pengalaman sosial ini memperkuat kesadaran bahwa keberhasilan kelompok lahir dari sinergi, bukan usaha individu semata. Melalui refleksi, peserta menyadari pentingnya empati,

keterbukaan, dan tanggung jawab sosial. Tahap aplikasi kemudian menegaskan bahwa nilai-nilai kebersamaan yang dipelajari dalam *outbound* dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari, baik di lingkungan akademik, pekerjaan, maupun komunitas sosial.

5.2.4 Pengalaman Intelektual (*Intellectual Experience*)

Banyak permainan *outbound* dirancang untuk menantang kemampuan berpikir peserta. Mereka dituntut untuk menganalisis situasi, menyusun strategi, memecahkan masalah, mengambil keputusan, dan mengevaluasi tindakan yang dilakukan. Pengalaman intelektual ini membantu mengembangkan kemampuan berpikir kritis dan kreatif.

Keempat jenis pengalaman tersebut terjadi secara bersamaan dalam setiap aktivitas *outbound*. Semakin kaya pengalaman yang diperoleh peserta, semakin besar peluang terjadinya proses belajar yang bermakna pada tahap refleksi, pembentukan konsep, dan penerapan konsep berikutnya.

Selain itu, setiap peserta dalam kegiatan *outbound* ini mendapatkan pengalaman intelektual dikarenakan setiap aktivitas menuntut peserta untuk berpikir kritis, memecahkan masalah, dan mengambil keputusan dalam situasi nyata. Tantangan yang diberikan tidak hanya menguji fisik, tetapi juga melibatkan strategi, analisis, serta kemampuan merancang solusi bersama. Misalnya, ketika tim harus menyusun cara melewati rintangan dengan sumber daya terbatas, peserta belajar menggabungkan kreativitas dengan logika. Proses observasi dan refleksi kemudian memperkuat pemahaman intelektual, karena peserta diajak menilai efektivitas strategi yang digunakan serta menghubungkannya dengan teori atau konsep yang relevan. Tahap aplikasi menegaskan bahwa

keterampilan intelektual yang diperoleh dari *outbound* dapat diterapkan dalam kehidupan akademik maupun profesional, seperti dalam kerja tim, manajemen proyek, dan pengambilan keputusan. Dengan demikian, pengalaman intelektual dalam siklus *outbound* menjadi sarana penting untuk mengasah kecerdasan praktis dan kolaboratif.

Sebagai contoh, dalam permainan menyeberangi sungai menggunakan alat yang terbatas, peserta akan menghadapi berbagai tantangan seperti keterbatasan sumber daya, kebutuhan untuk bekerja sama, serta tekanan waktu. Pengalaman tersebut memunculkan berbagai respons dan perilaku yang berbeda dari setiap individu. Ada peserta yang berinisiatif memimpin, ada yang memberikan ide, ada yang membantu anggota lain, dan ada pula yang memilih untuk mengikuti arahan kelompok. Semua perilaku tersebut menjadi bahan pembelajaran yang sangat berharga.

Pada tahap pengalaman, fasilitator tidak berperan sebagai pemberi materi utama, melainkan sebagai perancang situasi belajar. Tugas fasilitator adalah menciptakan pengalaman yang relevan dengan tujuan pelatihan sehingga peserta dapat memperoleh pembelajaran secara alami melalui keterlibatan langsung.

5.3 Tahap *Reflect* (Refleksi)

Setelah memperoleh pengalaman, peserta memasuki tahap kedua yaitu ***Reflect*** atau refleksi. Refleksi merupakan proses mengkaji kembali pengalaman yang telah dialami untuk memahami apa yang sebenarnya terjadi selama aktivitas berlangsung. Tahap ini sangat penting karena pengalaman tanpa refleksi sering kali tidak menghasilkan pembelajaran yang mendalam.

Dalam proses refleksi, peserta diajak untuk mengingat kembali berbagai kejadian yang terjadi selama permainan atau aktivitas *outbound*. Mereka diminta mengungkapkan perasaan, pemikiran, kesulitan, keberhasilan, maupun dinamika kelompok yang muncul selama kegiatan berlangsung.

Tahap *Reflect* merupakan tahap kedua dalam siklus belajar Boyett dan Boyett setelah peserta memperoleh pengalaman langsung (*experience*). Refleksi berfungsi sebagai proses mengkaji kembali pengalaman yang telah dialami sehingga peserta dapat memahami makna, penyebab, dan pelajaran yang terkandung dalam aktivitas *outbound*. Menurut Boyett dan Boyett, pengalaman yang tidak direfleksikan hanya akan menjadi sebuah aktivitas biasa, sedangkan pengalaman yang direfleksikan akan menghasilkan pembelajaran yang bermakna.



Peserta sedang dalam proses refleksi setelah permainan

Sumber : <https://highlandexperience.co.id/outbound-training-bogor>

Dalam konsep ini terdapat 3 konsep reflect yang bertujuan untuk pemahaman terhadap pengalaman yang didapat peserta dalam kegiatan *outbound*, yaitu :

5.3.1 Mengingat dan Mendeskripsikan Pengalaman (*Reviewing Experience*)

Pada tahap awal refleksi, peserta diajak untuk mengingat kembali berbagai peristiwa yang terjadi selama aktivitas *outbound*. Peserta mendeskripsikan apa yang dilakukan, bagaimana proses berlangsung, siapa yang terlibat, dan apa hasil yang dicapai. Fokus tahap ini adalah mengidentifikasi fakta-fakta yang terjadi selama kegiatan tanpa memberikan penilaian terlebih dahulu. Proses ini membantu peserta membangun kesadaran terhadap pengalaman yang baru saja dialami dan menjadi dasar untuk analisis lebih lanjut.

Dalam tahap ini, peserta diajak untuk mengingat kembali pengalaman yang telah dijalani dan mendeskripsikannya secara mendalam. Proses ini bukan sekadar mengulang cerita, melainkan menata kembali peristiwa yang dialami, mengidentifikasi perasaan, serta menilai tindakan yang dilakukan selama kegiatan. Dengan mengingat dan mendeskripsikan pengalaman, peserta dapat melihat pola perilaku, memahami dinamika kelompok, serta menemukan makna dari setiap tantangan. Refleksi juga membantu menghubungkan pengalaman fisik, emosional, sosial, dan intelektual menjadi satu kesatuan pembelajaran yang utuh. Melalui diskusi kelompok, penulisan jurnal, atau berbagi cerita, peserta memperkuat pemahaman bahwa *outbound* bukan hanya aktivitas rekreasi, tetapi sarana pendidikan karakter yang menekankan kesadaran diri, kebersamaan, dan penerapan nilai dalam kehidupan nyata.

5.3.2 Mengungkapkan Perasaan dan Reaksi (*Expressing Feelings*)

Setelah mengidentifikasi pengalaman, peserta diajak untuk mengungkapkan perasaan yang muncul selama kegiatan. Mereka dapat mengekspresikan rasa senang, bangga, takut, bingung, kecewa, percaya diri, atau perasaan lainnya yang muncul ketika menghadapi tantangan. Menurut teori pembelajaran pengalaman, aspek emosional memiliki peran penting dalam proses belajar karena emosi dapat memperkuat daya ingat dan membantu peserta memahami pengalaman secara lebih mendalam.

5.3.3 Menganalisis dan Menafsirkan Makna Pengalaman (*Analyzing and Interpreting Experience*)

Tahap terakhir refleksi adalah menganalisis penyebab terjadinya suatu peristiwa dan mengidentifikasi pelajaran yang dapat diambil. Peserta mulai menjawab pertanyaan seperti mengapa kelompok berhasil atau gagal, faktor apa yang memengaruhi hasil kegiatan, serta nilai-nilai apa yang dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Analisis ini menjadi dasar bagi peserta untuk membentuk konsep atau prinsip pembelajaran pada tahap berikutnya (*form concept*).

Dengan demikian, tahap refleksi dalam *outbound* tidak hanya berfungsi untuk mengingat pengalaman, tetapi juga membantu peserta memahami emosi yang muncul dan menemukan makna yang terkandung dalam pengalaman tersebut. Proses refleksi yang baik akan menghasilkan pembelajaran yang lebih mendalam dan berdampak pada perubahan sikap maupun perilaku peserta.

Disini peserta tidak hanya mengingat pengalaman, tetapi juga menganalisis dan menafsirkan maknanya. Proses ini menuntut peserta untuk menelaah mengapa

suatu strategi berhasil atau gagal, bagaimana peran individu memengaruhi dinamika kelompok, serta apa makna emosional dan sosial dari setiap tantangan. Dengan menganalisis pengalaman, peserta belajar melihat keterkaitan antara tindakan, hasil, dan nilai yang muncul, seperti kepemimpinan, komunikasi, atau ketahanan mental. Penafsiran makna kemudian memperkuat kesadaran bahwa *outbound* bukan sekadar aktivitas fisik, melainkan sarana pembelajaran karakter yang menyeluruh. Melalui refleksi analitis, peserta dapat menghubungkan pengalaman dengan konteks kehidupan nyata, sehingga nilai-nilai yang diperoleh lebih mudah diterapkan dalam lingkungan akademik, pekerjaan, maupun interaksi sosial sehari-hari.

Beberapa pertanyaan yang sering digunakan dalam tahap refleksi antara lain:

- Apa yang terjadi selama permainan?
- Bagaimana perasaan Anda ketika menghadapi tantangan tersebut?
- Apa yang menyebabkan kelompok berhasil atau gagal?
- Hambatan apa yang muncul selama proses berlangsung?
- Bagaimana komunikasi yang terjadi dalam kelompok?

Melalui pertanyaan-pertanyaan tersebut, peserta mulai menyadari perilaku mereka sendiri maupun perilaku anggota kelompok lainnya. Refleksi membantu peserta melihat hubungan antara tindakan dan hasil yang diperoleh. Selain itu, refleksi juga memungkinkan peserta memahami dampak dari keputusan yang mereka ambil selama aktivitas berlangsung.

Dalam kegiatan *outbound*, refleksi biasanya dilakukan melalui diskusi kelompok, curah pendapat, sharing pengalaman, ataupun sesi debriefing yang dipandu oleh fasilitator. Kualitas refleksi sangat

menentukan keberhasilan pembelajaran karena pada tahap inilah peserta mulai menemukan makna dari pengalaman yang telah mereka alami.

5.4 Tahap *Form Concept* (Pembentukan Konsep)

Tahap ketiga adalah ***Form Concept*** atau pembentukan konsep. Setelah peserta merefleksikan pengalaman yang diperoleh, mereka mulai menarik kesimpulan dan menemukan prinsip-prinsip pembelajaran yang terkandung di dalamnya. Pada tahap ini peserta mengubah pengalaman konkret menjadi pemahaman yang lebih abstrak dan dapat diterapkan pada berbagai situasi.

Pembentukan konsep merupakan proses mencari makna dari pengalaman. Peserta tidak lagi hanya berbicara tentang apa yang terjadi, tetapi mulai menjawab pertanyaan mengapa hal tersebut terjadi dan pelajaran apa yang dapat diambil.

Tahap *Form Concept* merupakan tahap ketiga dalam siklus belajar Boyett dan Boyett setelah peserta memperoleh pengalaman (*experience*) dan melakukan refleksi (*reflect*). Pada tahap ini peserta mulai mengubah pengalaman yang telah dianalisis menjadi konsep, prinsip, nilai, atau pemahaman yang dapat digunakan untuk menjelaskan suatu peristiwa dan menjadi pedoman dalam tindakan selanjutnya. Pembentukan konsep merupakan inti dari proses pembelajaran karena pada tahap inilah peserta menemukan makna dari pengalaman yang telah diperoleh.

5.4.1 Identifikasi Pola dan Hubungan (*Identifying Patterns*)

Konsep pertama dalam tahap pembentukan konsep adalah kemampuan peserta untuk menemukan pola atau hubungan yang muncul dari pengalaman yang dialami. Setelah merefleksikan berbagai kejadian selama

aktivitas *outbound*, peserta mulai menyadari adanya keterkaitan antara tindakan, proses, dan hasil yang diperoleh.

Pada tahap ini, peserta melalui pengalaman fisik, emosional, sosial, dan intelektual, mereka diajak untuk menyusun konsep dari apa yang telah terjadi. Proses ini melibatkan kemampuan mengidentifikasi pola perilaku, strategi yang berulang, serta hubungan antarindividu dalam kelompok. Misalnya, peserta dapat melihat bahwa keberhasilan tim selalu muncul ketika komunikasi terbuka dilakukan, atau bahwa kegagalan sering terjadi saat koordinasi lemah. Dengan mengenali pola tersebut, peserta mampu membentuk konsep yang lebih abstrak tentang kepemimpinan, kerja sama, dan manajemen konflik. Tahap ini penting karena membantu peserta menghubungkan pengalaman konkret dengan prinsip-prinsip umum yang dapat diterapkan dalam kehidupan nyata. Dengan demikian, pembentukan konsep menjadi jembatan antara pengalaman langsung dan pemahaman teoritis yang lebih mendalam.

Sebagai contoh, peserta dapat menemukan bahwa kelompok yang memiliki komunikasi yang baik cenderung lebih berhasil menyelesaikan tantangan dibandingkan kelompok yang komunikasinya kurang efektif. Pola tersebut kemudian menjadi dasar dalam membangun pemahaman baru mengenai pentingnya komunikasi dalam kerja tim.

5.4.2 Generalisasi Pengalaman (*Generalizing Experience*)

Setelah menemukan pola tertentu, peserta melakukan generalisasi atau penarikan kesimpulan umum dari pengalaman yang dialami. Generalisasi membantu peserta mengubah pengalaman yang bersifat khusus menjadi prinsip yang dapat diterapkan pada berbagai situasi.

Pada tahap ini, peserta diajak untuk menarik kesimpulan umum dari pengalaman yang telah dijalani. Setelah melalui aktivitas fisik, emosional, sosial, dan intelektual, peserta tidak hanya mengingat atau menganalisis pengalaman, tetapi juga menggeneralisasi makna yang lebih luas. Contohnya, dari keberhasilan melewati rintangan bersama, peserta dapat menyimpulkan bahwa kerja sama dan komunikasi terbuka adalah prinsip universal yang berlaku dalam berbagai konteks kehidupan. Proses generalisasi ini membantu peserta menghubungkan pengalaman konkret dengan nilai-nilai abstrak yang dapat diterapkan di sekolah, pekerjaan, maupun komunitas. Dengan demikian, tahap pembentukan konsep melalui generalisasi pengalaman menjadi jembatan penting yang mengubah pengalaman *outbound* menjadi pelajaran hidup yang relevan, berkelanjutan, dan dapat memperkuat karakter serta keterampilan sosial peserta.

Jadi dalam sebuah permainan yang menuntut koordinasi kelompok, peserta menyimpulkan bahwa keberhasilan suatu tim sangat dipengaruhi oleh adanya tujuan bersama, pembagian tugas yang jelas, dan kerja sama antaranggota. Kesimpulan tersebut tidak hanya berlaku pada permainan yang dilakukan, tetapi juga dapat diterapkan dalam organisasi, sekolah, maupun lingkungan kerja.

5.4.3 Pembentukan Prinsip atau Nilai (*Formulating Principles and Values*)

Tahap berikutnya adalah merumuskan prinsip, nilai, atau konsep yang menjadi pelajaran utama dari pengalaman yang telah diperoleh. Pada tahap ini peserta mulai memahami makna yang lebih mendalam dari aktivitas *outbound*.

Nilai-nilai yang sering muncul dalam kegiatan *outbound* antara lain kepemimpinan, tanggung jawab, disiplin, kerja sama, komunikasi, kepercayaan, empati, dan kemampuan memecahkan masalah. Nilai-nilai tersebut kemudian menjadi pedoman yang dapat digunakan peserta dalam menghadapi berbagai situasi kehidupan.

Dalam tahap ini, peserta tidak hanya mengidentifikasi pola atau menggeneralisasi pengalaman, tetapi juga menyusun prinsip dasar yang dapat dijadikan pedoman dalam kehidupan nyata. Misalnya saja, dalam permainan *outbound* seperti *trust fall*, ketika seorang peserta menjatuhkan diri ke belakang dan ditangkap oleh tim, muncul prinsip penting tentang kepercayaan dan tanggung jawab. Dari pengalaman tersebut, peserta menyadari bahwa keberhasilan kelompok bergantung pada komitmen setiap individu untuk menjaga keselamatan dan mendukung satu sama lain. Prinsip ini kemudian dapat diterapkan dalam konteks akademik, pekerjaan, maupun kehidupan sosial, dimana kepercayaan dan tanggung jawab menjadi fondasi kerjasama. Dengan demikian, tahap pembentukan konsep melalui permainan *outbound* membantu peserta menafsirkan pengalaman menjadi nilai universal yang memperkuat karakter, kepemimpinan, dan solidaritas.

5.4.4 Integrasi dengan Kehidupan Nyata (*Linking to Real-Life Context*)

Konsep terakhir adalah menghubungkan hasil pembelajaran dengan situasi nyata yang dihadapi peserta dalam kehidupan sehari-hari. Peserta diajak memahami bahwa pelajaran yang diperoleh dari aktivitas *outbound* memiliki relevansi dengan

lingkungan sekolah, organisasi, keluarga, maupun dunia kerja.

Sebagai contoh, konsep komunikasi efektif yang diperoleh dari permainan kelompok dapat diterapkan dalam kegiatan belajar kelompok di sekolah. Demikian pula konsep kepemimpinan yang dipelajari selama *outbound* dapat digunakan ketika peserta menjadi ketua kelas, pengurus organisasi, atau pemimpin dalam suatu kegiatan.

Melalui proses integrasi ini, pembelajaran yang diperoleh tidak berhenti pada kegiatan *outbound* semata, tetapi menjadi bagian dari pengetahuan dan perilaku yang dapat diterapkan dalam kehidupan nyata.

Pada fase ini, peserta tidak hanya mengidentifikasi pola atau menarik kesimpulan umum, tetapi juga menghubungkan pengalaman *outbound* dengan konteks kehidupan sehari-hari. Proses integrasi ini penting karena menjadikan *outbound* lebih dari sekadar aktivitas rekreasi; ia menjadi sarana pendidikan karakter yang aplikatif.

Misalnya, dalam permainan *outbound* seperti *spider web challenge*, peserta diminta melewati lubang-lubang jaring tali tanpa menyentuhnya. Aktivitas ini menuntut strategi, komunikasi, dan koordinasi tim. Setelah berhasil, peserta menyadari bahwa prinsip kerja sama, perencanaan matang, dan saling percaya adalah nilai yang juga relevan dalam dunia akademik maupun profesional. Ketika kembali ke kelas atau pekerjaan, mereka dapat menerapkan prinsip tersebut dalam menyelesaikan proyek kelompok, menghadapi konflik, atau mengatur strategi organisasi.

Dengan demikian, tahap pembentukan konsep melalui integrasi pengalaman *outbound* dengan kehidupan nyata membantu peserta memahami bahwa nilai-nilai seperti kepemimpinan, empati, dan disiplin bukan hanya berlaku di arena permainan, tetapi juga

menjadi fondasi keberhasilan dalam kehidupan sosial, pendidikan, dan karier.

Pada fase ini, peserta tidak hanya mengidentifikasi pola atau menarik kesimpulan umum, tetapi juga menghubungkan pengalaman *outbound* dengan konteks kehidupan sehari-hari. Proses integrasi ini penting karena menjadikan *outbound* lebih dari sekadar aktivitas rekreasi; ia menjadi sarana pendidikan karakter yang aplikatif.

Misalnya, dalam permainan *outbound* seperti *spider web challenge*, peserta diminta melewati lubang-lubang jaring tali tanpa menyentuhnya. Aktivitas ini menuntut strategi, komunikasi, dan koordinasi tim. Setelah berhasil, peserta menyadari bahwa prinsip kerja sama, perencanaan matang, dan saling percaya adalah nilai yang juga relevan dalam dunia akademik maupun profesional. Ketika kembali ke kelas atau pekerjaan, mereka dapat menerapkan prinsip tersebut dalam menyelesaikan proyek kelompok, menghadapi konflik, atau mengatur strategi organisasi.

Dengan demikian, tahap pembentukan konsep melalui integrasi pengalaman *outbound* dengan kehidupan nyata membantu peserta memahami bahwa nilai-nilai seperti kepemimpinan, empati, dan disiplin bukan hanya berlaku di arena permainan, tetapi juga menjadi fondasi keberhasilan dalam kehidupan sosial, pendidikan, dan karier.

Bisa dikatakan, setelah peserta mengikuti permainan yang menuntut kerja sama tim, peserta dapat menyimpulkan bahwa keberhasilan kelompok tidak hanya ditentukan oleh kemampuan individu, tetapi juga oleh komunikasi yang efektif, pembagian tugas yang jelas, dan kepercayaan antaranggota. Kesimpulan tersebut merupakan konsep yang terbentuk dari hasil refleksi terhadap pengalaman yang dialami.

Dalam tahap ini, fasilitator berperan membantu peserta menghubungkan pengalaman dengan teori atau nilai tertentu.

Proses pembentukan konsep memiliki nilai yang sangat penting karena membantu peserta memahami bahwa aktivitas *outbound* bukan sekadar permainan. Setiap permainan mengandung pesan dan pembelajaran tertentu yang dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Dengan demikian, peserta memperoleh pemahaman yang lebih mendalam mengenai keterampilan dan nilai yang sedang dikembangkan.

5.5 Tahap *Test Concept* (Pengujian Konsep)

Tahap terakhir dalam siklus belajar Boyett dan Boyett adalah ***Test Concept*** atau pengujian konsep. Pada tahap ini peserta mencoba menerapkan konsep atau pelajaran yang telah diperoleh ke dalam situasi baru. Tujuannya adalah untuk membuktikan apakah konsep tersebut benar-benar efektif dan relevan dalam menghadapi berbagai tantangan yang berbeda. Tahap *Test Concept* merupakan tahap keempat dan terakhir dalam siklus belajar Boyett dan Boyett setelah peserta memperoleh pengalaman (*experience*), melakukan refleksi (*reflect*), dan membentuk konsep (*form concept*). Pada tahap ini peserta menguji konsep, prinsip, atau nilai yang telah dipelajari melalui tindakan nyata. Tujuan utama tahap ini adalah memastikan bahwa pembelajaran yang diperoleh tidak berhenti pada pemahaman teoritis, tetapi dapat diterapkan dalam berbagai situasi kehidupan.

Dalam tahap ini, terdapat 3 konsep pengujian, yaitu :

5.5.1 Penerapan Konsep dalam Situasi Baru (*Applying Concepts*)

Konsep pertama dalam tahap *test concept* adalah penerapan konsep atau prinsip yang telah dipelajari pada situasi yang berbeda dari pengalaman sebelumnya. Peserta mencoba menggunakan pengetahuan dan keterampilan yang telah diperoleh untuk menghadapi tantangan baru.

Pada tahap ini, peserta membentuk konsep dari pengalaman sebelumnya, mereka diajak untuk menguji pemahaman tersebut melalui tantangan yang berbeda, sehingga nilai dan prinsip yang telah dirumuskan dapat dibuktikan dalam konteks baru. Proses ini penting karena memastikan bahwa pembelajaran tidak berhenti pada teori, melainkan benar-benar teruji dalam praktik.

Contohnya, setelah peserta menyadari pentingnya komunikasi terbuka dalam permainan *spider web challenge*, mereka kemudian dihadapkan pada permainan lain seperti *blindfold navigation*, di mana satu anggota tim ditutup matanya dan harus dipandu oleh rekan-rekan melalui jalur rintangan. Situasi baru ini menguji apakah konsep komunikasi efektif benar-benar dipahami dan diterapkan. Jika tim berhasil, berarti konsep yang dibentuk sebelumnya terbukti relevan dan dapat diadaptasi.

Dengan demikian, tahap pengujian konsep menegaskan bahwa *outbound* bukan hanya pengalaman sesaat, melainkan proses pembelajaran berkelanjutan yang melatih peserta untuk mengintegrasikan nilai-nilai ke dalam berbagai situasi kehidupan nyata.

5.5.2 Eksperimen dan Uji Coba Perilaku (*Behavioral Experimentation*)

Tahap pengujian konsep juga melibatkan eksperimen terhadap perilaku baru. Peserta mencoba mengubah cara bertindak berdasarkan pembelajaran yang diperoleh selama kegiatan *outbound*.

Pada tahap ini, peserta tidak hanya memahami konsep yang telah dibentuk, tetapi juga mencoba menerapkannya melalui perilaku nyata dalam tantangan baru. Proses ini memungkinkan peserta menguji apakah prinsip yang dipelajari—seperti kepemimpinan, komunikasi, atau kerja sama—benar-benar dapat dijalankan secara konsisten dalam situasi berbeda.

Contohnya, setelah peserta menyadari pentingnya koordinasi dalam permainan *spider web challenge*, mereka kemudian dihadapkan pada permainan *river crossing*, di mana tim harus menyeberangi “sungai” dengan alat terbatas. Aktivitas ini menjadi eksperimen perilaku: apakah mereka mampu mengulang pola komunikasi efektif, membagi peran dengan jelas, dan menjaga solidaritas? Jika berhasil, berarti konsep yang dipelajari telah terinternalisasi dalam perilaku nyata. Dalam situasi permainan kelompok, misalnya, seorang peserta yang sebelumnya pasif dalam kelompok mulai mencoba mengambil inisiatif dan berperan sebagai koordinator tim. Peserta lain yang cenderung mendominasi diskusi belajar untuk lebih mendengarkan pendapat anggota kelompok. Melalui eksperimen perilaku ini, peserta dapat mengevaluasi efektivitas tindakan baru yang dilakukan.

Tahap ini penting karena menghubungkan teori dengan praktik, sekaligus melatih fleksibilitas peserta dalam menghadapi tantangan baru. Dengan melakukan eksperimen perilaku, *outbound* menjadi sarana pembelajaran yang dinamis, di mana nilai-nilai karakter

diuji, diperkuat, dan akhirnya siap diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.

5.5.3 Transfer Pembelajaran ke Kehidupan Nyata (*Transfer of Learning*)

Konsep terakhir dan paling penting adalah transfer pembelajaran ke dalam kehidupan sehari-hari. Peserta menghubungkan konsep yang diperoleh selama *outbound* dengan berbagai peran yang mereka jalani di sekolah, organisasi, keluarga, maupun lingkungan kerja.

Dalam tahap konsep ini, peserta tidak hanya menguji konsep yang telah dipahami dalam permainan *outbound*, tetapi juga belajar bagaimana menerapkannya di luar konteks kegiatan. Proses ini menekankan bahwa nilai-nilai seperti kerja sama, komunikasi, kepemimpinan, dan ketahanan mental tidak berhenti di arena *outbound*, melainkan dapat ditransfer ke lingkungan akademik, pekerjaan, maupun kehidupan sosial.

Sebagai contoh, dalam permainan *tower building challenge*, peserta bekerja sama membangun menara dari bahan sederhana dengan strategi dan koordinasi tim. Setelah berhasil, konsep kerja sama dan perencanaan yang dipelajari diuji kembali ketika mereka menghadapi proyek kelompok di sekolah atau tugas tim di tempat kerja. Transfer pembelajaran ini memastikan bahwa pengalaman *outbound* benar-benar relevan dan aplikatif.

Dengan demikian, tahap pengujian konsep melalui transfer of learning menjadikan *outbound* sebagai sarana pendidikan karakter yang berkelanjutan, di mana nilai-nilai yang diperoleh dapat memperkuat keterampilan hidup peserta dalam berbagai situasi. Nilai lainnya adalah nilai kerja sama yang dipelajari dalam permainan kelompok itu yang diterapkan dalam kegiatan belajar

kelompok di kelas. Konsep kepemimpinan yang diperoleh selama *outbound* diterapkan ketika peserta menjadi ketua kelas, pengurus organisasi, atau koordinator kegiatan. Pada tahap ini pembelajaran dianggap berhasil karena menghasilkan perubahan sikap dan perilaku yang nyata di luar kegiatan *outbound*. Di tahap ini, peserta didorong untuk menerapkan hasil pembelajaran dalam kehidupan sehari-hari, seperti di sekolah, organisasi, keluarga, maupun lingkungan kerja. Seorang peserta yang belajar tentang pentingnya kerja sama tim, misalnya, dapat mencoba menerapkan prinsip tersebut dalam kegiatan kelompok di sekolah atau dalam organisasi yang diikutinya.

Tahap ini menjadi indikator keberhasilan pembelajaran karena tujuan utama dari *outbound* bukan hanya memberikan pengalaman yang menyenangkan, melainkan menghasilkan perubahan perilaku yang nyata. Ketika peserta mampu menerapkan konsep yang dipelajari dalam kehidupan sehari-hari, maka proses belajar dapat dikatakan berhasil.

Dengan demikian, tahap *test concept* berfungsi sebagai sarana untuk memvalidasi konsep yang telah dibentuk sebelumnya. Melalui penerapan, eksperimen perilaku, dan transfer pembelajaran, peserta memperoleh kesempatan untuk membuktikan bahwa pengalaman yang diperoleh selama *outbound* dapat memberikan manfaat nyata dalam kehidupan sehari-hari.

Teori siklus belajar Boyett dan Boyett menegaskan bahwa pembelajaran yang efektif terjadi melalui proses yang berulang dan berkesinambungan yang terdiri atas empat tahapan, yaitu ***Experience, Reflect, Form Concept, dan Test Concept***. Pengalaman memberikan dasar bagi pembelajaran, refleksi membantu memahami pengalaman tersebut, pembentukan konsep menghasilkan pemahaman yang lebih

mendalam, dan pengujian konsep memungkinkan peserta menerapkan pembelajaran dalam situasi nyata.

Dalam kegiatan *outbound*, keempat tahapan tersebut menjadi satu kesatuan yang tidak dapat dipisahkan. Permainan dan aktivitas hanyalah sarana untuk menciptakan pengalaman. Nilai pembelajaran yang sesungguhnya muncul ketika peserta melakukan refleksi, menemukan makna dari pengalaman yang dialami, serta menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari. Oleh karena itu, keberhasilan *outbound* tidak ditentukan oleh banyaknya permainan yang dilakukan, melainkan oleh sejauh mana peserta mampu menjalani seluruh siklus belajar secara utuh dan menghasilkan perubahan sikap, pengetahuan, maupun keterampilan yang positif.

DAFTAR PUSTAKA

- Ancok, Djamaludin. (2002). *Outbound Management Training: Aplikasi Ilmu Perilaku dalam Pengembangan Sumber Daya Manusia*. Yogyakarta: UII Press.
- Boyett, Joseph H., & Boyett, Jimmie T.. (1998). *The Guru Guide: The Best Ideas of the Top Management Thinkers*. New York: John Wiley & Sons.
- Faizah, H., & Kamal, R. (2024). Belajar dan Pembelajaran. *Jurnal Basicedu*, 8(1),466–47 <https://doi.org/10.31004/basicedu.v8i1.6735>
- Kolb, David A.. (1984). *Experiential Learning: Experience as the Source of Learning and Development*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.
- Priansa, Donni Juni. (2014). *Manajemen & Pengembangan SDM*. Bandung: Alfabeta. (Relevan untuk teori pembentukan tim).
- Priest, Simon., & Gass, Michael A.. (2005). *Effective Leadership in Adventure Programming*. Human Kinetics.
- Rohnke, Karl. (1989). *Cowstails and Cobras II: A Guide to Games, Initiatives, and Ropes Courses*. Dubuque, Iowa: Kendall/Hunt Publishing. (Referensi utama untuk permainan high/low ropes).
- Syahdan lubis, M. . (2021). Belajar dan Mengajar Sebagai Suatu Proses Pendidikan yanb Berkemajuan. *Jurnal Literasiologi*, 5(2). <https://doi.org/10.47783/literasiologi.v5i2.222>)

BAB 6

OUTPUT KEGIATAN OUTBOUND

Oleh Sucahyo Mas'an Al Wahid

Kegiatan outbound merupakan salah satu metode pelatihan berbasis pengalaman (*experiential learning*) yang dilakukan di luar ruangan dengan memadukan unsur permainan, tantangan, kerja sama, dan pengembangan diri. Outbound banyak digunakan dalam dunia pendidikan, organisasi, pemerintahan, maupun perusahaan karena mampu meningkatkan kemampuan individu dan kelompok secara fisik maupun psikis. Secara umum, luaran kegiatan outbound tidak hanya berfokus pada aspek rekreasi, tetapi juga pada penguatan karakter, keterampilan sosial, kepemimpinan, komunikasi, serta kemampuan menyelesaikan masalah. Dalam pelaksanaannya, peserta diajak untuk menghadapi berbagai simulasi dan tantangan yang membutuhkan konsentrasi, keberanian, kerja sama, serta pengendalian emosi.

Menurut Ancok, “outbound adalah suatu metode pelatihan manajemen diri dan kelompok yang bertujuan menggali potensi diri melalui pengalaman langsung di alam terbuka” (Ancok, 2002). Pendapat tersebut menunjukkan bahwa outbound menjadi sarana pembelajaran aktif yang melibatkan pengalaman nyata sehingga peserta dapat memahami kemampuan dirinya secara lebih mendalam. Kegiatan outbound juga melatih komponen fisik dan psikis peserta. Dari aspek fisik, outbound membantu meningkatkan kebugaran tubuh, ketangkasan, koordinasi gerak, dan daya

tahan. Sementara itu, aspek psikis yang dilatih meliputi kepercayaan diri, keberanian mengambil keputusan, kemampuan komunikasi, pengendalian emosi, hingga kemampuan beradaptasi dalam kelompok. Hal tersebut sejalan dengan pendapat Priyanto yang menyatakan bahwa:

“Kegiatan outbound melatih keseimbangan antara kemampuan fisik, mental, emosional, dan sosial peserta melalui berbagai permainan edukatif yang menantang” (Priyanto, 2010).

Dengan demikian, outbound menjadi media pengembangan sumber daya manusia yang efektif karena mampu mengintegrasikan unsur pembelajaran, hiburan, dan penguatan karakter secara bersamaan.

6.1 Outbound sebagai Media Pendidikan Karakter

Outbound juga dapat digunakan sebagai media pendidikan karakter. Melalui aktivitas kelompok, peserta diajarkan nilai-nilai disiplin, tanggung jawab, kejujuran, kepemimpinan, dan kerja sama. Menurut Lickona:

“Karakter yang baik terdiri atas mengetahui kebaikan, menginginkan kebaikan, dan melakukan kebaikan” (Lickona, 1991).

Kegiatan outbound membantu peserta mempraktikkan nilai-nilai karakter tersebut secara langsung dalam kehidupan kelompok.

6.2 Hubungan Outbound dengan Pengembangan Sumber Daya Manusia

Dalam konteks organisasi, outbound sering digunakan sebagai metode pengembangan sumber daya manusia (*human resource development*). Melalui kegiatan outbound,

organisasi dapat meningkatkan kualitas kerja sama, motivasi, dan produktivitas anggota. Menurut Hasibuan (2013), pengembangan sumber daya manusia adalah usaha meningkatkan kemampuan teknis, teoritis, konseptual, dan moral karyawan melalui pendidikan dan pelatihan. Outbound menjadi salah satu bentuk pelatihan yang efektif karena peserta belajar melalui pengalaman nyata dan interaksi langsung.

6.3 Luaran Jenis *Outbound Team Building*

Kerja sama tim (*team building*) merupakan salah satu aspek utama yang dikembangkan dalam kegiatan outbound. Dalam pelaksanaannya, outbound dirancang untuk membangun kemampuan individu dalam bekerja sama dengan orang lain melalui berbagai aktivitas kelompok yang bersifat edukatif, rekreatif, dan menantang. Melalui permainan dan simulasi tertentu, peserta diajak memahami pentingnya koordinasi, komunikasi, serta rasa saling percaya dalam mencapai tujuan bersama. Menurut Robbins:

“Team is a small number of people with complementary skills who are committed to a common purpose” (Robbins, 2003).

Pernyataan tersebut menjelaskan bahwa tim merupakan sekelompok orang yang memiliki kemampuan saling melengkapi dan berkomitmen untuk mencapai tujuan bersama. Dalam konteks outbound, setiap peserta memiliki peran yang berbeda-beda namun saling mendukung untuk menyelesaikan tantangan yang diberikan. Kegiatan outbound memberikan pengalaman nyata kepada peserta mengenai pentingnya kerja sama kelompok. Peserta tidak hanya memahami teori kerja sama tim, tetapi juga merasakan secara langsung dinamika kelompok melalui aktivitas permainan. Dalam proses tersebut, peserta belajar membangun

komunikasi, menyelesaikan konflik, mengambil keputusan bersama, dan membangun solidaritas kelompok. Menurut Ancok:

“Outbound merupakan sarana efektif untuk membangun teamwork karena peserta mengalami langsung dinamika kelompok, komunikasi, kepemimpinan, dan pemecahan masalah secara bersama” (Ancok, 2002).

Pendapat tersebut menunjukkan bahwa outbound merupakan metode pembelajaran berbasis pengalaman yang efektif dalam meningkatkan kualitas hubungan sosial dan kerja sama kelompok. Peserta belajar memahami bahwa keberhasilan tim tidak ditentukan oleh kemampuan individu semata, tetapi oleh kemampuan seluruh anggota untuk bekerja sama secara harmonis. Selain itu, kegiatan outbound juga memberikan kesempatan kepada peserta untuk memahami karakter masing-masing anggota kelompok. Melalui berbagai aktivitas, peserta dapat mengenali kelebihan dan kekurangan diri sendiri maupun orang lain sehingga tercipta sikap saling menghargai dan toleransi dalam kelompok. Menurut Katzenbach dan Smith:

“A team is a small number of people with complementary skills who are committed to a common purpose, performance goals, and approach for which they hold themselves mutually accountable” (Katzenbach & Smith, 1993).

Teori tersebut menegaskan bahwa sebuah tim yang efektif memiliki tujuan yang sama, kemampuan yang saling melengkapi, dan rasa tanggung jawab bersama. Dalam outbound, unsur-unsur tersebut diwujudkan melalui permainan kelompok yang membutuhkan koordinasi dan kekompakan. Kegiatan team building dalam outbound juga sangat penting dalam lingkungan organisasi maupun pendidikan. Dalam organisasi, kerja sama tim menjadi faktor utama yang menentukan keberhasilan pencapaian tujuan organisasi. Sementara dalam dunia pendidikan, kerja sama

tim membantu peserta didik mengembangkan kemampuan sosial, komunikasi, dan kolaborasi. Menurut West:

“Kerja sama tim merupakan bentuk kolaborasi yang memungkinkan individu bekerja secara efektif untuk mencapai tujuan yang tidak dapat dicapai secara individual” (West, 2002).

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa kerja sama tim menjadi kebutuhan penting dalam kehidupan sosial maupun profesional. Oleh karena itu, kegiatan outbound sering digunakan sebagai media pelatihan untuk meningkatkan kemampuan kolaboratif peserta. Dalam praktik outbound, peserta biasanya dihadapkan pada berbagai tantangan kelompok seperti permainan memindahkan benda, simulasi penyelesaian masalah, permainan strategi, dan aktivitas kepercayaan (*trust game*). Aktivitas tersebut dirancang agar peserta belajar bekerja sama dan saling mendukung dalam menyelesaikan tugas.

Selain membangun kerja sama, outbound juga membantu meningkatkan rasa empati antaranggota kelompok. Peserta belajar memahami kondisi teman satu tim dan memberikan dukungan ketika menghadapi kesulitan. Nilai-nilai tersebut sangat penting dalam membangun hubungan sosial yang harmonis. Menurut Johnson dan Johnson:

“Cooperation exists when individuals work together to accomplish shared goals” (Johnson & Johnson, 2000).

Pendapat tersebut menjelaskan bahwa kerja sama terjadi ketika individu bekerja bersama untuk mencapai tujuan yang sama. Dalam outbound, tujuan tersebut diwujudkan melalui keberhasilan kelompok menyelesaikan tantangan secara bersama-sama. Dengan demikian, team building dalam outbound menjadi sarana pembelajaran yang efektif dalam meningkatkan kemampuan sosial, komunikasi, dan kolaborasi peserta. Melalui pengalaman langsung,

peserta dapat memahami pentingnya kerja sama dalam kehidupan sehari-hari maupun lingkungan kerja.

6.3.1 Unsur-Unsur *Team Building*

Kerja sama tim yang efektif tidak dapat terbentuk secara instan, tetapi membutuhkan beberapa unsur pendukung yang saling berkaitan. Dalam kegiatan outbound, unsur-unsur tersebut dilatih melalui berbagai permainan kelompok dan simulasi kerja sama.

1. Komunikasi Efektif

Komunikasi merupakan unsur penting dalam kerja sama tim. Tanpa komunikasi yang baik, anggota kelompok akan mengalami kesulitan dalam memahami tujuan dan pembagian tugas. Menurut Effendy:

“Komunikasi adalah proses penyampaian pesan oleh seseorang kepada orang lain untuk memberi tahu, mengubah sikap, pendapat, atau perilaku” (Effendy, 2005).

Dalam outbound, komunikasi dilatih melalui permainan yang membutuhkan koordinasi dan penyampaian instruksi secara jelas. Peserta belajar mendengarkan pendapat orang lain dan menyampaikan ide secara efektif.

2. Kepercayaan (*Trust*)

Kepercayaan menjadi fondasi utama dalam membangun tim yang solid. Anggota kelompok harus memiliki rasa percaya terhadap kemampuan dan tanggung jawab anggota lainnya.

Menurut Covey:

“Trust is the glue of life. It’s the foundational principle that holds all relationships” (Covey, 2006).

Kegiatan outbound sering menggunakan permainan kepercayaan seperti *trust fall* untuk melatih rasa percaya antaranggota kelompok.

3. Tanggung Jawab

Tanggung jawab merupakan sikap kesediaan anggota kelompok dalam melaksanakan tugas yang diberikan demi tercapainya tujuan bersama. Dalam outbound, setiap peserta memiliki tanggung jawab tertentu sehingga keberhasilan kelompok sangat bergantung pada kontribusi masing-masing anggota.

4. Solidaritas

Solidaritas merupakan rasa kebersamaan dan kepedulian antaranggota kelompok. Solidaritas membantu menciptakan hubungan sosial yang harmonis dan meningkatkan kekompakan tim. Menurut Durkheim:

“Solidaritas adalah keadaan hubungan antarindividu atau kelompok yang didasarkan pada perasaan moral dan kepercayaan bersama” (Durkheim, 1964).

Dalam outbound, solidaritas dibangun melalui aktivitas kelompok yang menuntut saling membantu dan mendukung.

5. Koordinasi

Koordinasi merupakan kemampuan mengatur dan menyelaraskan tindakan anggota kelompok agar tujuan dapat tercapai secara efektif. Menurut Terry:

“Coordination is the orderly synchronization of efforts to provide the proper amount, timing, and directing execution” (Terry, 2006).

Melalui outbound, peserta belajar menyusun strategi dan mengatur pembagian tugas secara terkoordinasi.

6. Kepedulian Antar anggota

Kepedulian merupakan sikap memperhatikan kondisi dan kebutuhan anggota kelompok lainnya. Sikap ini penting dalam menciptakan hubungan kerja sama yang harmonis. Dalam outbound, peserta dilatih untuk membantu anggota kelompok yang mengalami kesulitan sehingga tercipta suasana saling mendukung.

6.3.2 Manfaat *Team Building* dalam *Outbound*

Kegiatan *team building* dalam *outbound* memberikan berbagai manfaat bagi individu maupun kelompok. Manfaat tersebut tidak hanya dirasakan selama kegiatan berlangsung, tetapi juga dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari dan lingkungan kerja.

1. Meningkatkan Solidaritas Kelompok

Outbound membantu mempererat hubungan antaranggota kelompok melalui pengalaman bersama. Tantangan yang dihadapi secara kolektif mampu menciptakan rasa kebersamaan dan kekompakan.

2. Meningkatkan Efektivitas Komunikasi

Permainan outbound melatih peserta untuk menyampaikan pesan secara jelas dan memahami instruksi dengan baik. Hal ini membantu meningkatkan kualitas komunikasi dalam kelompok.

3. Memperkuat Rasa Saling Percaya

Melalui aktivitas kelompok, peserta belajar mempercayai kemampuan anggota lain sehingga tercipta hubungan kerja yang lebih baik.

4. Meningkatkan Motivasi Kerja

Kegiatan outbound yang menyenangkan mampu meningkatkan semangat dan motivasi peserta dalam bekerja maupun belajar. Menurut Mangkunegara:

“Motivasi merupakan kondisi yang menggerakkan seseorang agar mampu mencapai tujuan tertentu” (Mangkunegara, 2011).

5. Mengurangi Konflik dalam Kelompok

Outbound membantu peserta memahami karakter anggota kelompok sehingga mampu mengurangi kesalahpahaman dan konflik.

6. Meningkatkan Kemampuan Problem Solving

Permainan outbound biasanya dirancang dalam bentuk tantangan yang membutuhkan pemecahan masalah secara kelompok. Hal ini membantu meningkatkan kemampuan berpikir kritis dan pengambilan keputusan. Menurut Dewey:

“Problem solving is a process of finding solutions to difficult or complex issues” (Dewey, 1933).

7. Menumbuhkan Sikap Kepemimpinan

Dalam kegiatan team building, setiap anggota memiliki kesempatan menjadi pemimpin kelompok. Hal ini membantu meningkatkan rasa percaya diri dan kemampuan memimpin.

8. Meningkatkan Adaptasi Sosial

Outbound membantu peserta belajar berinteraksi dengan berbagai karakter individu sehingga meningkatkan kemampuan adaptasi sosial.

9. Membangun Budaya Kerja Positif

Kegiatan team building mampu menciptakan suasana kerja yang lebih harmonis, terbuka, dan penuh kerja sama.

10. Meningkatkan Produktivitas Kelompok

Kelompok yang memiliki kerja sama baik cenderung lebih produktif dan efektif dalam mencapai tujuan organisasi. Menurut Schein:

“Teamwork improves organizational effectiveness and productivity through cooperation and shared responsibility” (Schein, 2010).

Dengan demikian, team building dalam outbound menjadi salah satu metode pengembangan sumber daya manusia yang efektif karena mampu meningkatkan kemampuan komunikasi, kerja sama, solidaritas, dan produktivitas kelompok secara menyeluruh. (Hamalik, 2020).

6.4 Luaran Jenis *Outbound* Kepemimpinan (*Leadership*)

Kepemimpinan (*leadership*) merupakan salah satu kemampuan penting yang harus dimiliki seseorang dalam kehidupan organisasi, pendidikan, maupun sosial. Kepemimpinan berkaitan dengan kemampuan seseorang dalam memengaruhi, mengarahkan, dan menggerakkan

orang lain untuk mencapai tujuan bersama. Dalam kegiatan outbound, pengembangan kepemimpinan dilakukan melalui berbagai simulasi, permainan kelompok, dan aktivitas pemecahan masalah yang menuntut peserta untuk mampu mengambil keputusan, berkomunikasi, serta bertanggung jawab terhadap kelompoknya. Menurut George R. Terry:

“Leadership is the activity of influencing people to strive willingly for mutual objectives” (Terry, 2006).

Pernyataan tersebut menjelaskan bahwa kepemimpinan merupakan aktivitas memengaruhi orang lain agar bersedia bekerja secara sukarela dalam mencapai tujuan bersama. Dalam konteks outbound, peserta dilatih untuk menjadi individu yang mampu memimpin kelompok, memberikan arahan, serta menjaga kekompakan anggota tim dalam menghadapi berbagai tantangan.

Kegiatan outbound menjadi media yang efektif dalam pengembangan kepemimpinan karena peserta memperoleh pengalaman langsung dalam memimpin kelompok. Melalui permainan dan simulasi tertentu, peserta diberi kesempatan untuk mengambil peran sebagai pemimpin sehingga mampu memahami tanggung jawab dan tantangan yang dihadapi seorang pemimpin. Menurut Yukl:

“Leadership is the process of influencing others to understand and agree about what needs to be done and how to do it” (Yukl, 2010).

Pendapat tersebut menunjukkan bahwa kepemimpinan bukan hanya kemampuan memberikan perintah, tetapi juga kemampuan membangun pemahaman dan kesepakatan bersama dalam kelompok. Dalam outbound, proses tersebut terlihat ketika peserta harus menyusun strategi, membagi tugas, dan bekerja sama dalam menyelesaikan tantangan kelompok. Selain itu, kepemimpinan dalam outbound juga berkaitan dengan kemampuan mengelola emosi dan membangun motivasi anggota kelompok. Seorang pemimpin

tidak hanya dituntut mampu mengambil keputusan, tetapi juga harus mampu memberikan semangat dan menciptakan suasana kerja yang positif. Menurut Robbins:

“Leadership is the ability to influence a group toward the achievement of goals” (Robbins, 2003).

Dalam kegiatan outbound, kemampuan memengaruhi kelompok dilatih melalui aktivitas yang membutuhkan koordinasi dan komunikasi efektif. Peserta belajar bagaimana mengarahkan anggota kelompok dengan cara yang baik sehingga tujuan kelompok dapat tercapai secara optimal. Pengembangan kepemimpinan melalui outbound memiliki kelebihan dibandingkan pembelajaran teori semata. Dalam outbound, peserta mengalami secara langsung situasi kepemimpinan sehingga proses pembelajaran menjadi lebih bermakna. Peserta dapat memahami bagaimana menghadapi tekanan, mengelola konflik, dan mengambil keputusan dalam kondisi tertentu. Menurut Ancok:

“Outbound management training bertujuan mengembangkan kepemimpinan, kerja sama, komunikasi, dan kemampuan pengambilan keputusan melalui pengalaman langsung” (Ancok, 2002).

Teori tersebut menunjukkan bahwa outbound merupakan metode pelatihan yang efektif dalam meningkatkan kualitas kepemimpinan seseorang. Melalui pengalaman nyata, peserta dapat mengevaluasi kemampuan dirinya sekaligus belajar memperbaiki kekurangan yang dimiliki. Dalam dunia pendidikan maupun organisasi, kemampuan kepemimpinan sangat diperlukan karena pemimpin menjadi penggerak utama dalam mencapai tujuan bersama. Oleh sebab itu, banyak lembaga pendidikan, perusahaan, dan organisasi menggunakan outbound sebagai salah satu metode pelatihan kepemimpinan. Menurut Kartono:

“Pemimpin adalah seorang pribadi yang memiliki kecakapan dan kelebihan sehingga mampu memengaruhi orang lain untuk bersama-sama melakukan aktivitas tertentu demi tercapainya tujuan” (Kartono, 2011).

Pernyataan tersebut menegaskan bahwa kepemimpinan tidak hanya berkaitan dengan jabatan, tetapi juga kemampuan seseorang dalam memberikan pengaruh positif kepada orang lain. Melalui kegiatan outbound, peserta juga belajar mengenai pentingnya tanggung jawab dalam kepemimpinan. Seorang pemimpin harus mampu bertanggung jawab terhadap keputusan dan tindakan yang diambil demi keberhasilan kelompok. Selain itu, kegiatan outbound membantu membentuk karakter kepemimpinan seperti disiplin, keberanian, percaya diri, kerja sama, dan kemampuan beradaptasi. Nilai-nilai tersebut sangat penting dalam kehidupan sosial maupun profesional. Menurut Northouse:

“Leadership is a process whereby an individual influences a group of individuals to achieve a common goal” (Northouse, 2013).

Dengan demikian, kepemimpinan dalam outbound merupakan proses pembelajaran aktif yang membantu peserta mengembangkan kemampuan memimpin melalui pengalaman langsung, interaksi kelompok, dan penyelesaian masalah secara bersama.

6.4.1 Fungsi Kepemimpinan dalam Outbound

Kepemimpinan dalam kegiatan outbound memiliki berbagai fungsi penting yang mendukung keberhasilan kelompok dalam menyelesaikan tantangan. Fungsi-fungsi tersebut membantu peserta memahami peran seorang pemimpin dalam mengarahkan dan menjaga kerja sama kelompok.

1. Mengarahkan Anggota Kelompok

Fungsi utama seorang pemimpin adalah memberikan arahan kepada anggota kelompok agar tujuan dapat tercapai dengan baik. Dalam outbound, pemimpin bertugas menjelaskan strategi, membagi tugas, dan memastikan seluruh anggota memahami tujuan kegiatan. Menurut Terry:

“The leader acts to help the group attain objectives through the maximum application of its capabilities” (Terry, 2006).

Hal tersebut menunjukkan bahwa pemimpin berperan membantu kelompok mencapai tujuan dengan memaksimalkan kemampuan seluruh anggota.

2. Mengambil Keputusan

Dalam kegiatan outbound, kelompok sering dihadapkan pada berbagai tantangan yang membutuhkan keputusan cepat dan tepat. Pemimpin bertanggung jawab menentukan langkah terbaik demi keberhasilan kelompok. Menurut Siagian:

“Pengambilan keputusan merupakan inti dari kepemimpinan karena setiap tindakan organisasi bergantung pada keputusan pemimpin” (Siagian, 2012).

Melalui outbound, peserta belajar mengambil keputusan dalam situasi tertentu serta mempertimbangkan risiko dan konsekuensi yang mungkin terjadi.

3. Memotivasi Anggota Tim

Seorang pemimpin harus mampu memberikan motivasi kepada anggota kelompok agar tetap

semangat dan percaya diri dalam menghadapi tantangan. Menurut Hasibuan:

“Motivasi adalah pemberian daya penggerak yang menciptakan kegairahan kerja seseorang agar mau bekerja sama secara efektif” (Hasibuan, 2013).

Dalam outbound, motivasi diberikan melalui dukungan moral, semangat, dan penghargaan terhadap kontribusi anggota kelompok.

4. Menyelesaikan Konflik

Konflik dalam kelompok sering terjadi akibat perbedaan pendapat atau cara berpikir. Pemimpin memiliki fungsi penting dalam menyelesaikan konflik agar kerja sama tetap berjalan harmonis. Menurut Robbins:

“Conflict is a process in which one party perceives that another party has negatively affected something that the first party cares about” (Robbins, 2003).

Melalui outbound, peserta belajar bagaimana menghadapi konflik secara bijaksana dan mencari solusi bersama.

5. Menjaga Kerja Sama Kelompok

Pemimpin bertugas menjaga kekompakan dan hubungan baik antaranggota kelompok. Dalam outbound, kerja sama menjadi faktor utama keberhasilan kelompok sehingga pemimpin harus mampu menciptakan suasana yang harmonis. Menurut Nawawi:

“Kepemimpinan adalah kemampuan menggerakkan, memberikan motivasi, dan memengaruhi orang agar bersedia melakukan

tindakan-tindakan yang terarah pada pencapaian tujuan” (Nawawi, 2006).

Dengan demikian, fungsi kepemimpinan dalam outbound tidak hanya berkaitan dengan pengarahan, tetapi juga menciptakan hubungan sosial yang positif dalam kelompok.

6.4.2 Gaya Kepemimpinan dalam Outbound

Dalam kegiatan outbound, berbagai gaya kepemimpinan dapat muncul sesuai dengan karakter peserta dan situasi kelompok. Gaya kepemimpinan tersebut memengaruhi cara pemimpin mengambil keputusan dan berinteraksi dengan anggota kelompok.

1. Kepemimpinan Demokratis

Kepemimpinan demokratis merupakan gaya kepemimpinan yang melibatkan anggota kelompok dalam pengambilan keputusan. Menurut Lewin:

“Democratic leadership involves group participation in decision making” (Lewin, 1939).

Dalam outbound, gaya demokratis terlihat ketika pemimpin memberikan kesempatan kepada anggota kelompok untuk menyampaikan pendapat dan menentukan strategi bersama.

2. Kepemimpinan Otoriter

Kepemimpinan otoriter merupakan gaya kepemimpinan yang menempatkan pemimpin sebagai pengambil keputusan utama. Menurut White dan Lippitt:

“Authoritarian leadership is characterized by individual control over all decisions” (White & Lippitt, 1960).

Dalam outbound, gaya ini biasanya muncul ketika kelompok menghadapi tantangan yang membutuhkan keputusan cepat.

3. Kepemimpinan Partisipatif

Kepemimpinan partisipatif menekankan keterlibatan anggota kelompok dalam setiap aktivitas dan keputusan. Menurut Likert:

“Participative leadership encourages members to contribute ideas and participate in problem solving” (Likert, 1967).

Gaya ini membantu menciptakan hubungan yang lebih terbuka dan meningkatkan rasa memiliki terhadap kelompok.

4. Kepemimpinan Situasional

Menurut Hersey dan Blanchard:

“Kepemimpinan situasional merupakan kemampuan pemimpin menyesuaikan gaya kepemimpinan dengan kondisi dan kebutuhan kelompok” (Hersey & Blanchard, 1992).

Dalam outbound, pemimpin harus mampu menyesuaikan pendekatan berdasarkan situasi dan karakter anggota kelompok.

6.4.3 Manfaat *Leadership Outbound*

Kegiatan leadership outbound memberikan berbagai manfaat yang berkaitan dengan pengembangan kemampuan individu maupun kelompok.

1. Meningkatkan Rasa Percaya Diri

Outbound membantu peserta lebih percaya diri dalam mengambil keputusan dan memimpin kelompok. Menurut Bandura:

“Self confidence affects how people think, feel, motivate themselves, and behave” (Bandura, 1997).

2. Meningkatkan Keberanian Mengambil Keputusan

Melalui tantangan dalam outbound, peserta belajar mengambil keputusan secara cepat dan tepat.

3. Meningkatkan Kemampuan Komunikasi

Peserta belajar menyampaikan instruksi, pendapat, dan motivasi kepada anggota kelompok.

4. Meningkatkan Kemampuan Memecahkan Masalah

Permainan outbound dirancang untuk melatih kemampuan berpikir kritis dan pemecahan masalah. Menurut Dewey:

“Problem solving is reflective thinking directed toward overcoming obstacles” (Dewey, 1933).

5. Meningkatkan Tanggung Jawab

Leadership outbound membantu peserta memahami pentingnya tanggung jawab terhadap kelompok dan keputusan yang diambil.

6. Mengembangkan Sikap Disiplin

Kegiatan outbound mengajarkan peserta untuk mematuhi aturan dan menjalankan tugas secara disiplin.

7. Melatih Pengendalian Emosi

Peserta belajar mengelola emosi ketika menghadapi tekanan dan tantangan kelompok.

8. Menumbuhkan Jiwa Kepemimpinan

Outbound memberikan kesempatan kepada peserta untuk mempraktikkan kepemimpinan

secara langsung sehingga membantu membentuk karakter pemimpin yang tangguh. Dengan demikian, leadership outbound menjadi salah satu metode pelatihan yang efektif dalam mengembangkan kemampuan kepemimpinan, komunikasi, tanggung jawab, dan kerja sama kelompok melalui pengalaman langsung dan pembelajaran aktif.

6.5 Manajemen Stres (*Refreshing*)

Kegiatan outbound tidak hanya berfungsi sebagai sarana pelatihan dan pengembangan diri, tetapi juga sebagai media manajemen stres dan penyegaran (*refreshing*). Aktivitas outbound yang dilakukan di alam terbuka memberikan suasana baru yang menyenangkan sehingga mampu membantu peserta mengurangi kejenuhan, tekanan psikologis, dan kelelahan akibat rutinitas sehari-hari. Dalam pelaksanaannya, outbound memadukan unsur rekreasi, permainan, kerja sama, dan tantangan yang dapat menciptakan suasana rileks dan penuh kegembiraan. Menurut Handoko:

“Stres adalah suatu kondisi ketegangan yang memengaruhi emosi, proses berpikir, dan kondisi seseorang” (Handoko, 2011).

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa stres dapat memengaruhi kondisi psikologis maupun fisik seseorang. Ketika seseorang mengalami stres secara berlebihan, maka kemampuan berpikir, konsentrasi, produktivitas, serta hubungan sosial dapat terganggu. Oleh sebab itu, diperlukan kegiatan yang mampu membantu individu mengurangi tekanan tersebut, salah satunya melalui kegiatan outbound. Kegiatan outbound memberikan pengalaman baru yang berbeda dari rutinitas sehari-hari. Suasana alam terbuka,

permainan kelompok, dan interaksi sosial yang positif mampu menciptakan kondisi emosional yang lebih baik bagi peserta. Dalam kegiatan tersebut, peserta diajak untuk tertawa, bergerak aktif, dan bekerja sama sehingga tubuh dan pikiran menjadi lebih rileks. Menurut Robbins:

"Stress is a dynamic condition in which an individual is confronted with an opportunity, demand, or resource related to what the individual desires" (Robbins, 2003).

Pendapat tersebut menjelaskan bahwa stres muncul ketika seseorang menghadapi tuntutan atau tekanan tertentu yang berkaitan dengan keinginan dan kemampuan dirinya. Dalam dunia kerja maupun pendidikan, tekanan tersebut dapat berasal dari tugas, tanggung jawab, konflik, maupun lingkungan sosial. Kegiatan outbound membantu individu mengatasi tekanan tersebut melalui pendekatan rekreatif dan edukatif. Peserta diberikan kesempatan untuk menikmati suasana alam, bermain bersama, dan melakukan aktivitas fisik yang menyenangkan sehingga dapat membantu mengurangi ketegangan emosional. Menurut Lazarus dan Folkman:

"Stress occurs when individuals perceive that they cannot adequately cope with the demands being made on them" (Lazarus & Folkman, 1984).

Teori tersebut menjelaskan bahwa stres muncul ketika seseorang merasa tidak mampu menghadapi tuntutan yang diterimanya. Melalui outbound, peserta dilatih menghadapi tantangan secara bertahap sehingga membantu meningkatkan rasa percaya diri dan kemampuan mengatasi tekanan. Selain itu, outbound juga memberikan efek relaksasi psikologis. Aktivitas di alam terbuka terbukti mampu meningkatkan suasana hati dan mengurangi kecemasan. Peserta dapat menikmati udara segar, lingkungan alami, dan suasana sosial yang positif sehingga kondisi mental menjadi lebih baik. Menurut Kaplan:

“Lingkungan alam memiliki efek restoratif yang mampu memulihkan kelelahan mental dan mengurangi stres psikologis” (Kaplan, 1995).

Dalam konteks tersebut, outbound menjadi media penyegaran yang efektif karena memadukan unsur rekreasi dan pembelajaran secara bersamaan. Peserta tidak hanya memperoleh hiburan, tetapi juga pengalaman sosial dan emosional yang bermanfaat. Selain mengurangi stres, outbound juga membantu meningkatkan motivasi dan semangat hidup. Aktivitas kelompok yang menyenangkan mampu membangun hubungan sosial yang lebih baik antarindividu sehingga peserta merasa lebih dihargai dan diterima dalam kelompok. Menurut Goleman:

“Kemampuan mengelola emosi merupakan bagian penting dari kecerdasan emosional yang memengaruhi kesehatan mental seseorang” (Goleman, 2001).

Melalui outbound, peserta belajar mengelola emosi, bekerja sama, dan membangun hubungan positif dengan orang lain. Hal tersebut membantu meningkatkan kesejahteraan psikologis peserta secara keseluruhan. Dengan demikian, kegiatan outbound dapat menjadi salah satu strategi efektif dalam manajemen stres karena mampu memberikan penyegaran fisik, emosional, dan sosial melalui pengalaman belajar yang menyenangkan.

6.5.1 Faktor Penyebab Stres

Stres dapat dialami oleh setiap individu akibat berbagai faktor yang berasal dari lingkungan maupun kondisi pribadi. Dalam kehidupan sehari-hari, stres sering muncul karena adanya tekanan pekerjaan, konflik sosial, maupun tuntutan hidup yang berlebihan. Menurut Gibson:

“Stress is an adaptive response mediated by individual differences and psychological processes” (Gibson, 2006).

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa stres merupakan respons individu terhadap tekanan tertentu yang dipengaruhi oleh kondisi psikologis masing-masing.

1. Beban Kerja

Beban kerja yang terlalu berat dapat menyebabkan kelelahan fisik dan mental. Individu yang menghadapi tugas berlebihan cenderung mengalami tekanan dan kesulitan dalam mengatur waktu. Menurut Mangkunegara:

“Beban kerja yang berlebihan dapat menyebabkan stres kerja dan menurunkan produktivitas individu” (Mangkunegara, 2011).

Dalam dunia pendidikan maupun pekerjaan, tekanan target dan tanggung jawab sering menjadi penyebab utama stres.

2. Konflik Sosial

Konflik sosial terjadi akibat perbedaan pendapat, perselisihan, atau hubungan interpersonal yang kurang harmonis. Konflik tersebut dapat menimbulkan ketegangan emosional dan mengganggu kesehatan mental. Menurut Robbins:

“Conflict is a process in which one party perceives that another party has negatively affected something important” (Robbins, 2003).

3. Rutinitas Monoton

Aktivitas yang dilakukan secara terus-menerus tanpa variasi dapat menimbulkan kejenuhan dan kebosanan. Kondisi tersebut menyebabkan individu kehilangan motivasi dan semangat. Outbound menjadi solusi yang efektif karena memberikan pengalaman baru yang menyenangkan dan berbeda dari rutinitas sehari-hari.

4. Tekanan Psikologis

Tekanan psikologis dapat berasal dari tuntutan hidup, masalah pribadi, maupun lingkungan sosial. Tekanan tersebut dapat menyebabkan kecemasan, ketakutan, dan gangguan emosional. Menurut Atkinson:

“Tekanan psikologis yang berlangsung terus-menerus dapat memengaruhi kesehatan mental dan fisik seseorang” (Atkinson, 1999).

5. Kurangnya Rekreasi

Kurangnya waktu untuk beristirahat dan berekreasi dapat menyebabkan kelelahan mental. Rekreasi sangat penting untuk menjaga keseimbangan hidup dan kesehatan psikologis individu. Menurut Siagian:

“Penyegaran dan rekreasi diperlukan untuk menjaga semangat kerja dan keseimbangan emosional seseorang” (Siagian, 2012).

6.5.2 Outbound sebagai Media *Refreshing*

Outbound menjadi salah satu media refreshing yang efektif karena memberikan pengalaman belajar sambil bermain di alam terbuka. Kegiatan ini membantu peserta melepaskan kejenuhan, meningkatkan semangat, dan

menciptakan suasana hati yang lebih positif. Menurut Siagian:

“Rekreasi dan penyegaran sangat penting untuk menjaga produktivitas dan kesehatan mental seseorang” (Siagian, 2012).

Melalui outbound, peserta diajak melakukan aktivitas fisik ringan, permainan kelompok, dan interaksi sosial yang menyenangkan. Aktivitas tersebut membantu tubuh menghasilkan hormon endorfin yang dapat meningkatkan perasaan bahagia. Menurut Santrock:

“Aktivitas rekreasi dan hubungan sosial yang positif dapat membantu mengurangi stres dan meningkatkan kesejahteraan psikologis” (Santrock, 2007).

Selain itu, suasana alam terbuka memberikan efek relaksasi alami bagi peserta. Udara segar dan lingkungan hijau membantu menenangkan pikiran serta mengurangi kelelahan mental. Kegiatan outbound juga membantu peserta membangun hubungan sosial yang lebih baik. Interaksi kelompok yang positif menciptakan rasa kebersamaan dan dukungan emosional antar anggota. Menurut Maslow:

“Kebutuhan akan rasa memiliki dan hubungan sosial merupakan bagian penting dalam kehidupan manusia” (Maslow, 1954).

Dengan demikian, outbound tidak hanya menjadi media hiburan, tetapi juga sarana pemulihan psikologis dan sosial.

6.5.3 Manfaat Psikologis Outbound

Kegiatan outbound memberikan berbagai manfaat psikologis bagi peserta karena mampu menciptakan

pengalaman yang menyenangkan dan membangun emosi positif.

1. Mengurangi Stres

Aktivitas outbound membantu peserta melepaskan ketegangan emosional melalui permainan dan aktivitas fisik.

2. Meningkatkan Kebahagiaan

Kegiatan yang menyenangkan mampu meningkatkan suasana hati dan menciptakan rasa bahagia. Menurut Seligman:

“Kebahagiaan berkaitan dengan emosi positif, keterlibatan, dan hubungan sosial yang baik” (Seligman, 2002).

3. Meningkatkan Motivasi

Outbound membantu peserta memperoleh energi dan semangat baru dalam menjalani aktivitas sehari-hari.

4. Memperbaiki Hubungan Sosial

Permainan kelompok dalam outbound membantu meningkatkan komunikasi dan hubungan interpersonal.

5. Meningkatkan Kesehatan Mental

Outbound membantu peserta mengembangkan rasa percaya diri, pengendalian emosi, dan kemampuan adaptasi sosial. Menurut Corey:

“Kesehatan mental tercermin dari kemampuan individu menyesuaikan diri secara efektif dengan lingkungan dan dirinya sendiri” (Corey, 2005).

6.5.4 Hubungan *Outbound* dengan Kesehatan Mental

Kegiatan outbound memiliki hubungan erat dengan kesehatan mental karena membantu individu mengembangkan emosi positif, hubungan sosial, dan kemampuan menghadapi tekanan hidup. Menurut WHO:

“Kesehatan mental adalah kondisi kesejahteraan ketika individu mampu menyadari potensi dirinya, mengatasi tekanan hidup, bekerja secara produktif, dan berkontribusi terhadap lingkungannya.”

Definisi tersebut menunjukkan bahwa kesehatan mental tidak hanya berarti terbebas dari gangguan psikologis, tetapi juga kemampuan menjalani kehidupan secara produktif dan positif.

Outbound membantu meningkatkan kesehatan mental melalui aktivitas kelompok yang menyenangkan dan penuh dukungan sosial. Peserta belajar bekerja sama, mengelola emosi, serta menghadapi tantangan dengan cara yang positif. Menurut Hurlock:

“Penyesuaian diri yang baik akan membantu individu mencapai kesehatan mental yang optimal” (Hurlock, 1997).

Selain itu, outbound membantu meningkatkan rasa percaya diri dan kemampuan sosial peserta. Hal tersebut sangat penting dalam membentuk kesejahteraan psikologis yang sehat. Kegiatan outbound juga memberikan pengalaman emosional yang positif sehingga membantu peserta lebih optimis dan termotivasi dalam menjalani kehidupan sehari-hari. Dengan demikian, outbound dapat menjadi sarana efektif dalam meningkatkan kesehatan mental dan kesejahteraan psikologis melalui pendekatan rekreatif, edukatif, dan sosial.

DAFTAR PUSTAKA

- Ancok, Djamaludin. 2002. *Outbound Management Training*. Yogyakarta: UII Press.
- Covey, Stephen R. 2006. *The Speed of Trust*. New York: Free Press.
- Dewey, John. 1933. *How We Think*. Boston: D.C. Heath.
- Durkheim, Emile. 1964. *The Division of Labor in Society*. New York: Free Press.
- Effendy, Onong Uchjana. 2005. *Ilmu Komunikasi*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Johnson, David W. & Roger T. Johnson. 2000. *Joining Together Group Theory and Group Skills*. Boston: Allyn & Bacon.
- Katzenbach, Jon R. & Douglas K. Smith. 1993. *The Wisdom of Teams*. Boston: Harvard Business School Press.
- Mangkunegara, A.A. Anwar Prabu. 2011. *Manajemen Sumber Daya Manusia Perusahaan*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Robbins, Stephen P. 2003. *Organizational Behavior*. New Jersey: Prentice Hall.
- Schein, Edgar H. 2010. *Organizational Culture and Leadership*. San Francisco: Jossey-Bass.
- Terry, George R. 2006. *Principles of Management*. Illinois: Richard D. Irwin.
- West, Michael. 2002. *Effective Teamwork*. Oxford: BPS Blackwell.

BAB 7

DESAIN KONSEP *OUTBOUND*

Oleh Ewan Irawan

Desain konsep *outbound* merupakan proses perencanaan kegiatan pembelajaran luar ruang yang bertujuan mengembangkan aspek fisik, mental, sosial, emosional, dan karakter peserta didik melalui pengalaman langsung (Darul *et al.*, 2023). Outbound tidak hanya berupa permainan di alam terbuka, tetapi juga menjadi pendekatan pembelajaran berbasis pengalaman (*experiential learning*) yang mampu menciptakan pembelajaran aktif, kreatif, menyenangkan, dan bermakna. Melalui aktivitas, simulasi, tantangan kelompok, dan refleksi, peserta didik belajar mengembangkan keterampilan sosial, komunikasi, kerja sama, kepemimpinan, serta kemampuan pemecahan masalah (Pranyoto, 2012).

Konsep ini menjadi dasar kegiatan outbound karena peserta belajar melalui aktivitas langsung, simulasi, tantangan kelompok, dan refleksi pengalaman. Pembelajaran berbasis pengalaman terbukti mampu meningkatkan keterampilan sosial, partisipasi aktif, kerja sama, dan komunikasi peserta didik dibandingkan pembelajaran konvensional (Culamega, 2026). Oleh karena itu, desain outbound harus disusun berdasarkan tujuan pembelajaran yang jelas dan tidak hanya berfokus pada permainan, tetapi juga pada internalisasi nilai karakter seperti disiplin, tanggung jawab, kepemimpinan, sportivitas, dan kepercayaan diri. Kegiatan outbound berbasis outdoor

education juga efektif meningkatkan kepemimpinan, kemampuan sosial, serta perkembangan sikap dan perilaku peserta didik (Darmansyah, Susanti and Muktadir, 2023).

Pendidikan karakter lebih efektif apabila peserta didik mengalami langsung nilai-nilai pembelajaran melalui aktivitas nyata. Oleh karena itu, outbound menjadi media yang relevan untuk meningkatkan rasa percaya diri, empati, dan komunikasi interpersonal melalui permainan kelompok dan refleksi kegiatan (Arifin *et al.*, 2025). Dalam pelaksanaannya, desain outbound harus memperhatikan aspek keselamatan (safety) melalui SOP, pemeriksaan alat, briefing, dan pengawasan fasilitator guna meminimalkan risiko kecelakaan. Selain itu, kegiatan outbound perlu disesuaikan dengan karakteristik peserta seperti usia, kemampuan fisik, kondisi psikologis, dan jumlah peserta agar lebih efektif meningkatkan motivasi dan partisipasi belajar.

Selain aspek keselamatan, desain outbound harus disesuaikan dengan karakteristik peserta seperti usia, kemampuan fisik, kondisi psikologis, dan jumlah peserta agar efektif meningkatkan motivasi dan partisipasi belajar (Darmansyah, Susanti and Muktadir, 2023). Peserta usia sekolah dasar lebih cocok mengikuti fun games dan ice breaking, sedangkan remaja dan mahasiswa dapat diberikan problem solving games atau adventure activities yang lebih kompleks. Dalam pelaksanaannya, outbound mencakup beberapa komponen penting seperti tujuan kegiatan, jenis permainan, lokasi, waktu, perlengkapan, dan evaluasi. Tujuan kegiatan menjadi dasar dalam menentukan desain permainan. Jika bertujuan meningkatkan kerja sama tim, maka permainan difokuskan pada aktivitas kolaboratif dan komunikasi kelompok, sedangkan tujuan kepemimpinan memerlukan aktivitas yang melatih pengambilan keputusan dan kemampuan memimpin.

Permainan outbound terdiri atas ice breaking, team building, problem solving games, dan adventure games yang bertujuan meningkatkan keterampilan sosial, kerja sama, komunikasi interpersonal, dan solidaritas kelompok peserta (Nugraha and Faridatussalam, 2024). Selain itu, konsep outbound saat ini mulai mengintegrasikan kearifan lokal dan teknologi pembelajaran untuk memperkuat karakter nasionalisme, budaya lokal, dan identitas sosial peserta didik. Outbound berbasis local wisdom juga terbukti efektif meningkatkan keterlibatan peserta karena permainan lebih dekat dengan kehidupan dan budaya masyarakat setempat (Kurniati *et al.*, 2025).

Peran fasilitator dalam outbound sangat penting sebagai pengarah, motivator, dan evaluator kegiatan. Fasilitator harus memiliki kemampuan komunikasi, kepemimpinan, manajemen risiko, dan refleksi agar proses pembelajaran berjalan optimal (Arifin *et al.*, 2025). Refleksi menjadi tahap penting karena membantu peserta memahami makna dan nilai dari setiap aktivitas yang dilakukan.

Dengan demikian, desain konsep outbound berperan penting dalam menciptakan pembelajaran luar ruang yang efektif, aman, dan bermakna. Outbound tidak hanya menjadi media rekreasi, tetapi juga sarana pengembangan karakter, keterampilan sosial, kepemimpinan, dan kemampuan berpikir kritis yang relevan dengan kebutuhan pendidikan abad ke-21.

7.1 Etika Menulis

Desain konsep outbound merupakan rancangan sistematis kegiatan pembelajaran luar ruang (*outdoor learning*) yang disusun berdasarkan tujuan tertentu dengan memperhatikan karakteristik peserta, aktivitas, keamanan, fasilitas, dan hasil yang ingin dicapai (Rocmah, 2012).

Outbound tidak hanya berorientasi pada permainan, tetapi juga pada pembelajaran berbasis pengalaman (*experiential learning*) yang mampu mengembangkan aspek fisik, mental, emosional, sosial, dan karakter peserta didik.

Experiential learning merupakan proses pembentukan pengetahuan melalui pengalaman nyata. Dalam outbound, peserta belajar melalui permainan, simulasi, tantangan kelompok, dan refleksi sehingga mampu meningkatkan keterampilan sosial, komunikasi, dan kerja sama secara lebih efektif dibandingkan metode ceramah (Nugraha and Faridatussalam, 2024). Penelitian tersebut menunjukkan bahwa aktivitas langsung lebih efektif dibandingkan metode ceramah dalam mengembangkan karakter dan keterampilan interpersonal siswa.

Dalam pendidikan modern, outbound menjadi pendekatan pembelajaran inovatif yang menciptakan suasana belajar aktif, menyenangkan, dan bermakna. Melalui pengalaman langsung, peserta didik dapat mengembangkan nilai karakter seperti disiplin, tanggung jawab, kepemimpinan, komunikasi, dan kerja sama.

Desain konsep outbound harus dirancang secara matang agar tujuan kegiatan tercapai secara optimal dari aspek edukatif, keamanan, dan efektivitas pembelajaran. Perencanaan yang terstruktur dapat meningkatkan kualitas kegiatan sekaligus meminimalkan risiko kecelakaan (Arizal and Nugroho, 2022). Secara umum, desain outbound mencakup penentuan tujuan kegiatan, analisis kebutuhan peserta, penyusunan permainan, pengelolaan waktu dan lokasi, pengaturan keselamatan, serta evaluasi kegiatan yang seluruhnya berperan penting dalam keberhasilan pelaksanaan outbound.

7.1.1 Penentuan Tujuan Kegiatan

Tujuan kegiatan merupakan dasar utama dalam penyusunan desain outbound. Setiap aktivitas outbound harus memiliki tujuan pembelajaran yang jelas agar permainan yang digunakan sesuai dengan hasil yang ingin dicapai. Tujuan outbound umumnya diarahkan pada pengembangan karakter, peningkatan kerja sama tim, kemampuan komunikasi, kepemimpinan, serta kemampuan pemecahan masalah. Dengan adanya tujuan yang jelas, fasilitator dapat menentukan metode dan aktivitas yang sesuai dengan kebutuhan peserta

7.1.2 Analisis Kebutuhan Peserta

Analisis kebutuhan peserta dilakukan untuk menyesuaikan jenis kegiatan dengan karakteristik peserta seperti usia, kondisi fisik, jumlah peserta, serta latar belakang pendidikan. Peserta usia anak-anak tentu membutuhkan pendekatan permainan yang berbeda dengan peserta remaja atau dewasa. Kesesuaian desain outbound dengan karakteristik peserta akan meningkatkan efektivitas pembelajaran dan partisipasi aktif selama kegiatan berlangsung.

7.1.3 Penyusunan Jenis Permainan

Permainan merupakan inti utama dalam kegiatan outbound. Jenis permainan yang dipilih harus sesuai dengan tujuan kegiatan. Permainan outbound biasanya terdiri atas *ice breaking*, *team building*, *problem solving games*, dan *adventure games*. Menunjukkan bahwa permainan outbound mampu meningkatkan keterampilan sosial dan kemampuan kerja sama peserta melalui interaksi langsung antaranggota kelompok.

7.1.4 Pengelolaan Waktu dan Lokasi

Waktu dan lokasi kegiatan outbound harus direncanakan secara efektif agar seluruh aktivitas dapat berjalan dengan baik. Lokasi outbound umumnya dipilih di area terbuka seperti lapangan, pegunungan, pantai, atau kawasan wisata alam yang mendukung aktivitas luar ruang. Pengelolaan waktu yang baik juga membantu peserta mengikuti seluruh rangkaian kegiatan tanpa mengalami kelelahan berlebihan.

7.1.5 Pengaturan Keamanan dan Keselamatan

Keamanan merupakan aspek terpenting dalam kegiatan outbound karena sebagian aktivitas melibatkan tantangan fisik dan penggunaan alat tertentu. Kegiatan outbound yang baik harus memiliki standar keselamatan yang jelas, termasuk pemeriksaan alat, briefing peserta, penggunaan perlengkapan keamanan, dan pengawasan fasilitator. Pengaturan keselamatan bertujuan meminimalkan risiko cedera dan menciptakan rasa aman bagi peserta selama mengikuti kegiatan.

7.1.6 Evaluasi Kegiatan

Evaluasi dilakukan untuk mengetahui tingkat keberhasilan program outbound yang telah dilaksanakan. Evaluasi dapat dilakukan melalui observasi, wawancara, angket, maupun refleksi peserta setelah kegiatan selesai. Evaluasi dalam outbound sangat penting untuk mengukur perubahan sikap, keterampilan sosial, dan pemahaman peserta terhadap nilai-nilai yang diperoleh selama kegiatan.

Dengan demikian, desain konsep outbound merupakan proses penting dalam menciptakan kegiatan pembelajaran luar ruang yang efektif, aman, edukatif, dan menyenangkan. Desain yang baik akan menciptakan

kegiatan outbound yang tidak hanya menarik, tetapi juga mampu memberikan pengalaman belajar bermakna bagi peserta (Darmansyah, Susanti and Muktadir, 2023). Melalui pendekatan berbasis pengalaman, outbound dapat menjadi media pembelajaran inovatif dalam mengembangkan karakter, keterampilan sosial, kepemimpinan, dan kemampuan berpikir kritis peserta didik sesuai dengan tuntutan pendidikan abad ke-21.

7.2 Prinsip-prinsip Desain *Outbound*

Dalam penyusunan kegiatan *outbound* terdapat beberapa prinsip dasar yang harus diperhatikan agar kegiatan dapat berjalan secara efektif, aman, edukatif, dan mampu mencapai tujuan pembelajaran yang diharapkan. Prinsip-prinsip tersebut menjadi landasan dalam merancang seluruh aktivitas *outbound* mulai dari tahap perencanaan, pelaksanaan, hingga evaluasi kegiatan (Khusna *et al.*, 2023). Penerapan prinsip yang tepat akan membantu menciptakan kegiatan outbound yang tidak hanya menyenangkan, tetapi juga memberikan pengalaman belajar yang bermakna bagi peserta.

Pembelajaran berbasis pengalaman akan berjalan efektif apabila peserta memperoleh pengalaman nyata dalam suasana yang aman, aktif, dan menantang. Oleh karena itu, desain outbound harus memperhatikan keseimbangan antara aspek keselamatan, nilai edukatif, keterlibatan peserta, serta unsur tantangan yang sesuai dengan kemampuan individu.

7.2.1 Prinsip Keselamatan (*Safety*)

Keselamatan merupakan prioritas utama dalam kegiatan outbound karena aktivitas dilakukan di luar ruangan dan melibatkan tantangan fisik. Oleh karena itu,

seluruh kegiatan harus memperhatikan standar keamanan alat, lokasi, dan prosedur pelaksanaan untuk meminimalkan risiko kecelakaan. Keberhasilan outbound sangat dipengaruhi oleh kesiapan sistem keamanan dan kemampuan fasilitator dalam mengelola risiko serta memastikan peserta memahami aturan permainan dan prosedur keselamatan sebelum kegiatan dimulai.

Penerapan prinsip keselamatan dilakukan melalui pemeriksaan alat, penggunaan perlengkapan keamanan, pengawasan fasilitator, serta kesiapan tim pertolongan pertama (P3K). Alat seperti tali, helm, dan harness harus dipastikan aman dan layak digunakan, sementara peserta wajib menggunakan perlengkapan keselamatan sesuai aktivitas yang dilakukan. Dengan penerapan keselamatan yang baik, kegiatan outbound dapat berlangsung aman, nyaman, dan tetap memberikan pengalaman belajar yang positif bagi peserta.

7.2.2 Prinsip Keselamatan (*Safety*)

Kegiatan outbound tidak hanya bertujuan sebagai aktivitas rekreasi, tetapi juga harus memiliki nilai pembelajaran yang jelas. Setiap permainan dalam outbound harus dirancang untuk mengembangkan aspek tertentu seperti kerja sama, komunikasi, disiplin, kepemimpinan, kreativitas, tanggung jawab, dan kemampuan pemecahan masalah. Pembelajaran yang efektif adalah pembelajaran yang mampu membentuk karakter peserta melalui pengalaman nyata dan keterlibatan aktif. Dalam konteks outbound, peserta belajar memahami nilai-nilai kehidupan melalui simulasi permainan dan interaksi sosial selama kegiatan berlangsung.

Outbound berbasis pendidikan karakter mampu meningkatkan sikap disiplin, kepemimpinan, dan tanggung jawab peserta didik secara signifikan. Hal ini terjadi karena setiap permainan dalam outbound mengandung pesan moral dan pembelajaran sosial yang dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Prinsip edukatif juga menuntut fasilitator untuk memberikan refleksi setelah permainan selesai dilakukan. Refleksi bertujuan membantu peserta memahami makna dan nilai yang diperoleh dari aktivitas yang telah dilakukan.

7.2.3 Prinsip Keselamatan (*Safety*)

Outbound harus memberikan pengalaman belajar yang menyenangkan sehingga peserta merasa nyaman dan termotivasi mengikuti kegiatan. Suasana yang menyenangkan dapat meningkatkan partisipasi aktif peserta dan membantu menciptakan proses pembelajaran yang lebih efektif. Suasana pembelajaran yang menyenangkan dalam kegiatan outbound mampu meningkatkan motivasi belajar, rasa percaya diri, dan interaksi sosial peserta. Peserta cenderung lebih aktif dan antusias ketika kegiatan dilakukan melalui permainan yang menarik dan tidak membosankan.

Prinsip menyenangkan dapat diterapkan melalui Permainan yang variatif dan kreatif, Suasana santai namun terarah, Interaksi yang positif antar peserta, Penggunaan humor dan ice breaking, Pemberian apresiasi kepada peserta. Kegiatan outbound yang menyenangkan juga dapat membantu mengurangi stres dan kejenuhan peserta, terutama bagi siswa dan mahasiswa yang sehari-hari berada dalam suasana pembelajaran formal di kelas.

Prinsip Partisipatif

Prinsip partisipatif menekankan bahwa seluruh peserta harus terlibat aktif dalam setiap kegiatan outbound. Desain permainan harus memberikan kesempatan kepada semua anggota kelompok untuk berpartisipasi tanpa membedakan kemampuan fisik, latar belakang, maupun status sosial peserta. Pembelajaran yang baik adalah pembelajaran yang melibatkan peserta secara aktif dalam proses belajar. Dalam kegiatan outbound, peserta tidak hanya menjadi penonton, tetapi menjadi pelaku utama dalam setiap aktivitas yang dilakukan.

Keterlibatan aktif peserta dalam permainan outbound dapat meningkatkan kemampuan komunikasi interpersonal dan kerja sama kelompok. Melalui partisipasi aktif, peserta belajar menyampaikan pendapat, mendengarkan orang lain, dan bekerja sama dalam menyelesaikan tantangan. Fasilitator perlu memastikan bahwa setiap peserta mendapatkan kesempatan yang sama untuk berkontribusi dalam permainan. Dengan demikian, kegiatan outbound dapat menciptakan suasana inklusif dan kolaboratif.

Prinsip Tantangan

Permainan outbound harus mengandung unsur tantangan agar peserta terdorong untuk mengembangkan kemampuan diri, keberanian, kreativitas, dan kemampuan memecahkan masalah. Tantangan dalam outbound berfungsi untuk melatih mental dan membangun rasa percaya diri peserta. Pengalaman belajar yang menantang akan membantu peserta mengembangkan kemampuan berpikir kritis dan keterampilan hidup. Dalam kegiatan outbound, tantangan dapat berupa permainan strategi, aktivitas petualangan, maupun simulasi pemecahan masalah

kelompok. Namun demikian, tingkat kesulitan permainan harus disesuaikan dengan usia, kemampuan fisik, dan kondisi psikologis peserta. Tantangan yang terlalu sulit dapat menyebabkan rasa takut dan frustrasi, sedangkan tantangan yang terlalu mudah dapat mengurangi motivasi peserta.

Kegiatan outbound yang mengandung tantangan terukur mampu meningkatkan rasa percaya diri, keberanian mengambil keputusan, dan kemampuan adaptasi peserta didik. Dengan adanya unsur tantangan yang tepat, peserta akan terdorong untuk keluar dari zona nyaman, belajar menghadapi kesulitan, serta mengembangkan potensi diri secara optimal.

Prinsip-prinsip Desain Outbound

Dalam penyusunan kegiatan outbound, diperlukan perencanaan yang matang agar kegiatan dapat berjalan efektif, aman, dan mencapai tujuan pembelajaran yang diharapkan. Desain konsep outbound terdiri atas beberapa komponen utama yang saling berkaitan dan menjadi dasar dalam pelaksanaan kegiatan. Komponen-komponen tersebut meliputi tujuan kegiatan, karakteristik peserta, materi dan permainan, lokasi kegiatan, serta waktu pelaksanaan (Hidayat and Mukaromah, 2024). Komponen desain outbound sangat penting karena menjadi pedoman dalam menentukan bentuk aktivitas, strategi pelaksanaan, hingga evaluasi kegiatan. Keberhasilan kegiatan outbound sangat dipengaruhi oleh ketepatan perencanaan setiap komponen kegiatan. Oleh karena itu, setiap unsur dalam desain outbound harus disusun secara terstruktur agar kegiatan tidak hanya bersifat rekreatif, tetapi juga edukatif dan bermakna bagi peserta.

7.2.4 Tujuan Kegiatan

Tujuan kegiatan merupakan komponen utama dalam desain konsep outbound. Tujuan outbound harus ditentukan secara jelas sejak awal karena menjadi dasar dalam pemilihan metode, aktivitas, dan jenis permainan yang akan digunakan selama kegiatan berlangsung. Penentuan tujuan yang tepat akan membantu fasilitator menyusun program outbound sesuai dengan kebutuhan peserta dan hasil yang ingin dicapai. Tujuan pembelajaran yang jelas akan mempermudah proses penanaman nilai-nilai karakter dan keterampilan sosial peserta didik. Dalam kegiatan outbound, tujuan tidak hanya berorientasi pada aspek hiburan, tetapi juga pada pengembangan kemampuan individu maupun kelompok. Beberapa contoh tujuan kegiatan outbound antara lain Meningkatkan kerja sama tim, Mengembangkan kepemimpinan, Melatih komunikasi, Menumbuhkan rasa percaya diri, Meningkatkan kedisiplinan, Mengembangkan kemampuan pemecahan masalah, Menumbuhkan sikap tanggung jawab

Kegiatan outbound yang memiliki tujuan pembelajaran yang jelas mampu meningkatkan karakter peserta didik terutama pada aspek kepemimpinan, kerja sama, dan disiplin. Penelitian tersebut menjelaskan bahwa aktivitas outbound yang dirancang sesuai tujuan akan memberikan pengalaman belajar yang lebih bermakna bagi peserta. Selain itu, tujuan outbound juga menjadi dasar dalam proses evaluasi kegiatan. Fasilitator dapat mengukur keberhasilan kegiatan berdasarkan ketercapaian tujuan yang telah ditetapkan sebelumnya. Oleh karena itu, tujuan kegiatan harus disusun secara spesifik, realistis, dan sesuai dengan kebutuhan peserta.

7.2.5 Peserta Kegiatan

Karakteristik peserta merupakan faktor penting yang sangat mempengaruhi desain kegiatan outbound. Setiap peserta memiliki kemampuan, kebutuhan, dan kondisi yang berbeda sehingga kegiatan outbound harus disesuaikan dengan karakteristik tersebut agar aktivitas dapat berjalan efektif dan aman. Penyesuaian desain outbound dengan karakteristik peserta dapat meningkatkan motivasi, partisipasi aktif, dan keberhasilan pembelajaran. Oleh karena itu, fasilitator harus melakukan analisis kebutuhan peserta sebelum menyusun program outbound. Beberapa faktor yang perlu diperhatikan meliputi Usia peserta, Jumlah peserta, Kondisi fisik, Latar belakang Pendidikan, Pengalaman sebelumnya, Kondisi psikologis peserta

Peserta usia anak-anak umumnya membutuhkan permainan yang sederhana, menyenangkan, dan tidak terlalu berat secara fisik. Sementara itu, peserta remaja atau dewasa dapat diberikan aktivitas yang lebih menantang seperti *problem solving games* dan *adventure activities*. Kegiatan outbound yang sesuai dengan karakteristik peserta mampu meningkatkan rasa percaya diri dan kemampuan komunikasi interpersonal peserta secara signifikan. Jumlah peserta juga mempengaruhi pengelolaan kelompok dan efektivitas pelaksanaan kegiatan. Kelompok yang terlalu besar dapat mengurangi kesempatan partisipasi peserta, sedangkan kelompok kecil lebih mudah dikelola dan memungkinkan interaksi yang lebih intensif. Selain itu, kondisi fisik peserta perlu diperhatikan untuk menghindari risiko kelelahan atau cedera. Aktivitas outbound harus disesuaikan dengan kemampuan fisik peserta agar kegiatan tetap aman dan menyenangkan.

7.2.6 Materi dan Permainan

Materi dan permainan merupakan inti utama dalam kegiatan outbound karena menjadi media utama dalam proses pembelajaran berbasis pengalaman (*experiential learning*). Permainan outbound harus disesuaikan dengan tujuan kegiatan agar nilai-nilai pembelajaran dapat tersampaikan secara efektif kepada peserta. Dalam konsep *experiential learning*, aktivitas permainan tidak hanya berfungsi sebagai hiburan, tetapi juga sebagai sarana untuk membangun pengetahuan, keterampilan, dan sikap melalui pengalaman langsung. Pengalaman langsung melalui aktivitas dan simulasi merupakan proses penting dalam pembentukan pengetahuan dan keterampilan peserta. Oleh karena itu, pemilihan materi dan permainan outbound harus dilakukan secara tepat agar tujuan pembelajaran dapat tercapai secara optimal. Dalam kegiatan outbound, terdapat beberapa jenis permainan yang umum digunakan, yaitu *ice breaking*, *team building*, *problem solving games*, *adventure games*, dan *fun games*. Setiap jenis permainan memiliki tujuan dan karakteristik yang berbeda sesuai dengan kebutuhan kegiatan dan karakteristik peserta (Setiawati, 2021).

Ice breaking merupakan permainan yang bertujuan mencairkan suasana, mengurangi ketegangan, serta membangun keakraban antar peserta. Permainan ini biasanya dilakukan pada awal kegiatan agar peserta merasa nyaman, lebih rileks, dan siap mengikuti aktivitas berikutnya. Melalui *ice breaking*, peserta dapat membangun komunikasi awal dan meningkatkan rasa percaya diri dalam berinteraksi dengan anggota kelompok lainnya. Selain *ice breaking*, terdapat permainan *team building* yang bertujuan meningkatkan kerja sama, komunikasi, dan solidaritas kelompok. Permainan ini membantu peserta memahami

pentingnya kolaborasi dalam mencapai tujuan bersama. Dalam aktivitas *team building*, peserta dituntut bekerja sama, berbagi tugas, dan menyusun strategi kelompok sehingga tercipta rasa saling percaya dan tanggung jawab antar anggota tim.

Jenis permainan berikutnya adalah *problem solving games*, yaitu permainan yang dirancang untuk melatih kemampuan berpikir kritis, kreativitas, dan pengambilan keputusan. Dalam permainan ini peserta dihadapkan pada suatu masalah atau tantangan yang harus diselesaikan melalui diskusi dan kerja sama kelompok. Aktivitas tersebut membantu peserta mengembangkan kemampuan analisis, komunikasi, dan penyelesaian masalah secara efektif. Sementara itu, *adventure games* merupakan permainan yang mengandung unsur tantangan fisik dan mental seperti *flying fox*, *tracking*, dan *wall climbing*. Aktivitas ini bertujuan meningkatkan keberanian, rasa percaya diri, dan kemampuan peserta dalam menghadapi tantangan. Permainan petualangan juga membantu peserta keluar dari zona nyaman sehingga mereka dapat mengembangkan potensi diri secara lebih optimal. Selain permainan yang bersifat edukatif dan menantang, outbound juga dilengkapi dengan *fun games* yang berfungsi menciptakan suasana menyenangkan dan mengurangi kejenuhan peserta selama kegiatan berlangsung. Permainan ini biasanya bersifat ringan dan menghibur sehingga mampu menjaga semangat dan antusiasme peserta selama mengikuti program outbound.

Permainan outbound mampu meningkatkan keterampilan sosial, kemampuan kerja sama, dan interaksi interpersonal peserta didik melalui aktivitas kelompok yang menyenangkan dan edukatif. Dengan demikian, materi dan permainan dalam outbound tidak

hanya berfungsi sebagai aktivitas rekreasi, tetapi juga sebagai media pembelajaran yang efektif dalam mengembangkan aspek sosial, emosional, dan karakter peserta.

7.2.7 Lokasi Kegiatan

Pemilihan lokasi outbound merupakan komponen penting karena mempengaruhi kenyamanan, keamanan, dan keberhasilan kegiatan. Lokasi harus mendukung aktivitas pembelajaran luar ruang serta menciptakan suasana belajar yang kondusif melalui interaksi langsung dengan alam. Oleh karena itu, pemilihan lokasi perlu mempertimbangkan aspek keamanan, luas area, kondisi lingkungan, akses transportasi, dan fasilitas pendukung (Arizal and Nugroho, 2022).

Lokasi outbound umumnya dipilih di kawasan terbuka seperti lapangan, area perkemahan, pegunungan, pantai, atau wisata alam karena dapat meningkatkan konsentrasi, semangat, dan keterlibatan peserta. Selain itu, fasilitas seperti tempat istirahat, toilet, area parkir, sumber air, dan tempat ibadah juga perlu diperhatikan agar peserta merasa nyaman dan aman selama kegiatan berlangsung. Dengan demikian, pemilihan lokasi yang tepat menjadi faktor penting dalam mendukung keberhasilan desain outbound secara keseluruhan.

7.2.8 Waktu Pelaksanaan

Waktu pelaksanaan merupakan komponen penting dalam desain outbound karena berpengaruh terhadap efektivitas kegiatan dan kenyamanan peserta. Durasi kegiatan harus disesuaikan dengan jenis program, jumlah aktivitas, kondisi peserta, serta tujuan pembelajaran yang ingin dicapai. Pengelolaan waktu yang baik dapat meningkatkan konsentrasi dan

partisipasi aktif peserta selama kegiatan outbound berlangsung. Kegiatan yang terlalu lama dapat menyebabkan kelelahan fisik dan menurunkan motivasi peserta, sedangkan kegiatan yang terlalu singkat dapat membuat tujuan pembelajaran tidak tercapai secara optimal. Oleh karena itu, fasilitator perlu menyusun jadwal kegiatan secara seimbang antara aktivitas inti, waktu istirahat, refleksi, dan evaluasi. Dalam praktiknya, program outbound dapat dilaksanakan dalam bentuk program setengah hari (*half day*), satu hari penuh (*full day*), program menginap (*live in program*), maupun pelatihan beberapa hari (*training camp*). Pemilihan durasi kegiatan harus disesuaikan dengan kebutuhan dan karakteristik peserta.

Pengaturan waktu yang tepat membantu peserta memperoleh pengalaman belajar secara optimal tanpa mengalami kelelahan berlebihan. Dengan demikian, pengelolaan waktu yang baik akan membuat kegiatan outbound berjalan lebih efektif, nyaman, dan menyenangkan bagi peserta.

7.3 Tahapan Penyusunan Desain *Outbound*

Penyusunan desain *outbound* merupakan proses sistematis yang dilakukan untuk menciptakan kegiatan pembelajaran luar ruang yang efektif, aman, edukatif, dan sesuai dengan tujuan yang ingin dicapai. Tahapan penyusunan desain outbound sangat penting karena menjadi pedoman dalam pelaksanaan kegiatan sehingga seluruh aktivitas dapat berjalan secara terarah dan memberikan pengalaman belajar yang bermakna bagi peserta.

Kegiatan pembelajaran berbasis pengalaman harus dirancang melalui tahapan yang terstruktur agar peserta dapat memperoleh pengalaman konkret, melakukan refleksi,

memahami konsep, dan menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari. Oleh karena itu, dalam kegiatan outbound diperlukan perencanaan yang matang mulai dari tahap analisis kebutuhan hingga evaluasi kegiatan. Tahapan penyusunan desain outbound meliputi analisis kebutuhan, penyusunan program, persiapan teknis, pelaksanaan kegiatan, dan evaluasi (Darmansa, 2023). Setiap tahap memiliki fungsi penting dalam mendukung keberhasilan program outbound.

7.3.1 Analisis Kebutuhan

Tahap ini bertujuan mengidentifikasi karakteristik peserta, kondisi lingkungan, serta tujuan kegiatan yang ingin dicapai. Analisis kebutuhan sangat penting karena menjadi dasar dalam menentukan jenis permainan, metode pelaksanaan, tingkat kesulitan aktivitas, dan pendekatan pembelajaran yang sesuai. Analisis kebutuhan yang tepat dapat meningkatkan efektivitas kegiatan outbound karena program yang dirancang sesuai dengan kondisi dan kemampuan peserta. Dalam tahap ini, beberapa aspek yang perlu diperhatikan meliputi usia peserta, kondisi fisik dan psikologis, jumlah peserta, latar belakang pendidikan, tujuan kegiatan, serta sarana dan fasilitas yang tersedia. Misalnya, peserta usia sekolah dasar membutuhkan permainan yang sederhana dan menyenangkan, sedangkan peserta remaja atau mahasiswa dapat diberikan aktivitas yang lebih kompleks seperti *problem solving games* dan *adventure activities*. Kegiatan outbound yang disusun berdasarkan kebutuhan peserta terbukti lebih efektif dalam meningkatkan kerja sama, komunikasi, dan pembentukan karakter.

7.3.2 Penyusunan Program

Program disusun berdasarkan tujuan kegiatan dan hasil analisis kebutuhan peserta. Penyusunan program menjadi langkah penting karena menentukan alur dan efektivitas kegiatan selama pelaksanaan outbound. Program outbound yang tersusun secara sistematis akan membantu menciptakan pengalaman belajar yang terstruktur dan bermakna bagi peserta. Dalam tahap ini ditentukan jenis permainan, alokasi waktu, pembagian kelompok, peralatan yang digunakan, strategi pelaksanaan, dan sistem evaluasi kegiatan. Jenis permainan dipilih sesuai tujuan kegiatan, misalnya permainan kerja sama untuk meningkatkan solidaritas kelompok atau permainan tantangan untuk membangun rasa percaya diri. Pengaturan waktu juga harus disusun secara efektif agar kegiatan berjalan lancar tanpa menimbulkan kelelahan berlebihan pada peserta. Selain itu, peserta dibagi ke dalam beberapa kelompok agar seluruh peserta dapat berpartisipasi aktif selama kegiatan berlangsung. Penyusunan program outbound yang baik dapat meningkatkan partisipasi aktif dan efektivitas pembelajaran peserta didik dalam kegiatan luar ruang

7.3.3 Persiapan Teknis

Tahap ini bertujuan memastikan seluruh kebutuhan kegiatan telah siap sehingga pelaksanaan outbound dapat berjalan lancar dan aman. Persiapan teknis yang matang merupakan faktor utama dalam meminimalkan risiko kecelakaan dalam kegiatan outbound. Persiapan teknis meliputi pemeriksaan lokasi, persiapan alat, briefing fasilitator, dan penyusunan SOP keselamatan. Lokasi outbound harus diperiksa terlebih dahulu untuk memastikan area aman dan sesuai dengan aktivitas yang akan dilakukan. Seluruh alat permainan

dan perlengkapan keselamatan juga harus dipastikan dalam kondisi baik dan layak digunakan. Selain itu, fasilitator perlu diberikan pengarahan mengenai alur kegiatan, pembagian tugas, prosedur keselamatan, dan penanganan keadaan darurat. Penyusunan Standar Operasional Prosedur (SOP) keselamatan juga sangat penting sebagai pedoman pelaksanaan kegiatan dan penanganan risiko. Penerapan prosedur keselamatan yang baik dapat meningkatkan rasa aman dan kenyamanan peserta selama mengikuti kegiatan outbound.

7.3.4 Pelaksanaan Kegiatan

Pelaksanaan harus dilakukan secara terstruktur mulai dari pembukaan hingga penutupan kegiatan agar peserta dapat mengikuti seluruh aktivitas secara optimal. Pengalaman belajar akan lebih bermakna apabila peserta terlibat aktif dalam seluruh proses kegiatan mulai dari pengalaman langsung hingga refleksi pembelajaran.

Tahapan umum pelaksanaan outbound dimulai dari pembukaan yang berisi pengarahan awal mengenai tujuan kegiatan, aturan permainan, pembagian kelompok, dan motivasi peserta. Selanjutnya dilakukan pemanasan dan *ice breaking* untuk menciptakan suasana santai, meningkatkan semangat, dan membangun keakraban antar peserta. Setelah itu, peserta mengikuti permainan inti seperti *team building*, *problem solving games*, maupun *adventure activities* sesuai tujuan kegiatan. Setelah permainan selesai, dilakukan refleksi kegiatan untuk membantu peserta memahami makna dan nilai dari aktivitas yang telah dilakukan. Tahap terakhir adalah penutupan yang berisi evaluasi umum, pemberian motivasi, penyampaian pesan moral, dan dokumentasi kegiatan. Pelaksanaan outbound yang

dilakukan secara terstruktur mampu meningkatkan interaksi sosial, kerja sama, dan keterampilan komunikasi peserta didik.

7.3.5 Evaluasi

Evaluasi dilakukan untuk mengetahui tingkat keberhasilan program serta mengukur ketercapaian tujuan kegiatan. Evaluasi juga berfungsi sebagai bahan perbaikan dalam pelaksanaan outbound berikutnya. Evaluasi dalam pendidikan karakter sangat penting untuk mengetahui perubahan perilaku, sikap, dan keterampilan sosial peserta setelah mengikuti kegiatan. Evaluasi outbound dapat dilakukan melalui observasi, wawancara, angket, dan refleksi peserta. Observasi dilakukan dengan mengamati perilaku peserta selama kegiatan seperti kerja sama, komunikasi, kepemimpinan, dan partisipasi. Wawancara digunakan untuk mengetahui pengalaman dan pendapat peserta mengenai kegiatan yang telah diikuti, sedangkan angket digunakan untuk memperoleh data mengenai kepuasan peserta dan manfaat kegiatan. Refleksi peserta menjadi bagian penting karena memberikan kesempatan kepada peserta untuk menyampaikan pengalaman dan pelajaran yang diperoleh selama mengikuti outbound.

Evaluasi berbasis refleksi efektif membantu peserta memahami nilai-nilai pembelajaran dan meningkatkan kesadaran diri terhadap pengalaman yang diperoleh. Dengan demikian, tahapan penyusunan desain outbound merupakan proses penting yang harus dilakukan secara sistematis agar kegiatan dapat berjalan aman, efektif, dan memberikan pengalaman belajar yang bermakna bagi peserta.

7.4 Peran Fasilitator dalam *Outbound*

Fasilitator merupakan unsur penting dalam kegiatan outbound karena berperan sebagai pengarah, pembimbing, motivator, mediator, dan evaluator yang membantu peserta memperoleh pengalaman belajar yang bermakna (Arina *et al.*, 2022).

Keberhasilan outbound tidak hanya ditentukan oleh desain permainan dan sarana, tetapi juga kemampuan fasilitator dalam mengelola kegiatan, menciptakan suasana belajar yang aktif, aman, dan menyenangkan, serta menghubungkan aktivitas dengan tujuan pembelajaran seperti kerja sama, kepemimpinan, disiplin, komunikasi, dan tanggung jawab.

Fasilitator memiliki peran yang sangat penting dalam keberhasilan kegiatan outbound karena bertanggung jawab mengarahkan, membimbing, dan memastikan seluruh rangkaian kegiatan berjalan dengan aman, tertib, dan sesuai tujuan pembelajaran. Dalam kegiatan outbound, fasilitator tidak hanya berfungsi sebagai pengatur permainan, tetapi juga sebagai pendidik, motivator, dan pembimbing yang membantu peserta memperoleh pengalaman belajar yang bermakna. Secara umum, tugas fasilitator meliputi memberikan instruksi, mengatur jalannya permainan, menjaga keamanan peserta, memberikan motivasi, serta memimpin refleksi kegiatan.

Fasilitator merupakan unsur penting dalam kegiatan outbound karena berperan sebagai pengarah, pembimbing, motivator, mediator, dan evaluator yang membantu peserta memperoleh pengalaman belajar yang bermakna (Firmansyah and Budiningsih, 2012). Keberhasilan outbound tidak hanya ditentukan oleh desain permainan dan sarana, tetapi juga kemampuan fasilitator dalam mengelola kegiatan, menciptakan suasana belajar yang aktif, aman, dan menyenangkan, serta menghubungkan aktivitas dengan

tujuan pembelajaran seperti kerja sama, kepemimpinan, disiplin, komunikasi, dan tanggung jawab.

Tugas fasilitator meliputi memberikan instruksi, mengatur jalannya permainan, menjaga keamanan peserta, memberikan motivasi, dan memimpin refleksi kegiatan. Fasilitator juga harus mampu mengelola kelompok, menyesuaikan aktivitas dengan kondisi lapangan, serta memastikan seluruh kegiatan berjalan sesuai prosedur keselamatan. Selain itu, fasilitator berperan membantu peserta memahami makna dan nilai dari setiap aktivitas melalui proses refleksi sehingga pengalaman yang diperoleh dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Dengan demikian, fasilitator menjadi kunci keberhasilan outbound dalam menciptakan pembelajaran yang aman, efektif, dan bermakna (Tengah *et al.*, 2025).

7.5 Outbound sebagai Media Pendidikan Karakter

Outbound merupakan salah satu bentuk pembelajaran luar ruang (*outdoor learning*) yang efektif digunakan sebagai media pendidikan karakter. Melalui kegiatan outbound, peserta tidak hanya melakukan aktivitas permainan dan rekreasi, tetapi juga memperoleh pengalaman belajar langsung yang mampu membentuk sikap, perilaku, serta nilai-nilai positif dalam kehidupan sehari-hari. Pembelajaran berbasis pengalaman (*experiential learning*) dalam outbound memungkinkan peserta memahami nilai karakter melalui praktik nyata, interaksi sosial, dan tantangan kelompok. Pendidikan karakter akan lebih efektif apabila peserta didik mengalami langsung situasi yang menuntut kerja sama, tanggung jawab, dan pengambilan keputusan. Pengalaman langsung mampu membentuk pemahaman dan perubahan perilaku peserta secara lebih bermakna (Bahri, 2015).

Dalam pelaksanaannya, *outbound* mampu mengembangkan berbagai nilai karakter seperti disiplin, kerja sama, kepemimpinan, tanggung jawab, percaya diri, dan kepedulian sosial. Nilai disiplin terbentuk melalui kepatuhan peserta terhadap aturan permainan, penggunaan perlengkapan keselamatan, dan ketepatan waktu selama kegiatan berlangsung. Outbound efektif meningkatkan kedisiplinan karena seluruh aktivitas dilakukan berdasarkan aturan dan prosedur yang harus dipatuhi bersama. Selain disiplin, kerja sama juga menjadi nilai utama dalam kegiatan outbound.

Sebagian besar permainan dilakukan secara kelompok sehingga peserta belajar berkomunikasi, berbagi tugas, dan saling membantu untuk mencapai tujuan bersama. Aktivitas outbound berbasis *team building* mampu meningkatkan kemampuan kerja sama dan komunikasi interpersonal peserta secara signifikan. Outbound juga berperan dalam mengembangkan jiwa kepemimpinan dan tanggung jawab peserta. Dalam berbagai permainan kelompok, peserta diberi kesempatan memimpin tim, mengambil keputusan, mengatur strategi, dan bertanggung jawab terhadap keberhasilan kelompok. Kegiatan outbound membantu peserta mengembangkan kemampuan kepemimpinan secara alami melalui pengalaman langsung dan tantangan kelompok.

Selain itu, outbound efektif meningkatkan rasa percaya diri peserta melalui berbagai tantangan fisik dan mental seperti *flying fox*, *wall climbing*, dan *problem solving games*. (Tengah *et al.*, 2025). Kegiatan outbound mampu meningkatkan rasa percaya diri dan kemampuan komunikasi interpersonal peserta secara signifikan. Di sisi lain, outbound juga menumbuhkan kepedulian sosial karena peserta belajar membantu teman, menghargai perbedaan, dan menjaga solidaritas kelompok. Permainan outbound mampu meningkatkan interaksi sosial dan rasa empati peserta

melalui aktivitas kelompok yang menekankan kebersamaan dan kerja sama.

Dengan demikian, outbound tidak hanya berfungsi sebagai media rekreasi dan permainan, tetapi juga sebagai sarana pendidikan karakter yang efektif. Melalui pengalaman belajar secara langsung, peserta dapat mengembangkan disiplin, kerja sama, kepemimpinan, tanggung jawab, percaya diri, dan kepedulian sosial yang bermanfaat dalam kehidupan sehari-hari.

Desain konsep outbound merupakan dasar penting dalam menciptakan pembelajaran luar ruang yang efektif, aman, edukatif, dan bermakna. Melalui pendekatan berbasis pengalaman, peserta belajar melalui permainan, tantangan, interaksi sosial, dan refleksi sehingga pembelajaran menjadi lebih aktif dan menyenangkan. Outbound tidak hanya berfungsi sebagai kegiatan rekreasi, tetapi juga sebagai media pendidikan yang mampu mengembangkan aspek fisik, sosial, emosional, dan karakter peserta. Melalui kegiatan outbound, peserta dilatih bekerja sama, bertanggung jawab, berkomunikasi, menyelesaikan masalah, serta meningkatkan rasa percaya diri, kreativitas, dan kepemimpinan. Selain itu, desain outbound harus memperhatikan aspek keselamatan, kenyamanan, kebutuhan peserta, dan kemampuan fasilitator dalam mengelola kegiatan.

Dengan demikian, outbound merupakan metode pembelajaran berbasis pengalaman yang mampu mengembangkan potensi peserta secara holistik sehingga desain yang terencana dan sistematis sangat penting untuk mendukung proses pendidikan yang aktif, inovatif, dan bermakna.

DAFTAR PUSTAKA

- Arifin, A. *et al.* (2025) "Smart Outbound Untuk Pengembangan Kapasitas Dan Penguatan Kesehatan Mental Calon Pemimpin Muda Di Sekolah," *ABDI SABHA (Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat)*, 6(2), pp.115. Available at: <https://jurnal.ceredindonesia.or.id/indx.php/jas/article/view/1256%0Ahttps://jurnal.ceredindonesia.or.id/index.php/jas/article/download/1256/1274>.
- Arina *et al.* (2022) "Training of Trainer Fasilitator Outbound Guna Menumbuhkan Basic Skills Generasi Muda," *Jurnal Pengabdian Masyarakat: DIKMAS*, 02(4), pp. 1211-1216. Available at: <https://ejurnal.pps.ung.ac.id/index.php/dikmas/article/view/1591%0Ahttps://ejurnal.pps.ung.ac.id/index.php/dikmas/article/download/1591/1163>.
- Arizal, D. and Nugroho, M.S.P. (2022) "Kajian Fasilitas Keamanan pada Arena Outbound Lawu Park sebagai Strategi Pengembangan Nature Extreme Park," *Seminar Ilmiah Arsitektur III*, pp. 334-341.
- Bahri, S. (2015) "Implementasi Pendidikan Karakter dalam Mengatasi Krisis Moral di Sekolah," *Ta'allum: Jurnal Pendidikan Islam*, 3(1), pp. 57-76. Available at: <https://doi.org/10.21274/taalum.2015.3.01.57-76>.
- Culamega, K. (2026) "STRATEGI GURU PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN STRATEGIES OF PHYSICAL EDUCATION , SPORTS AND HEALTH TEACHERS IN," 8(1), pp. 69-79.

- Darmansa, A. (2023) "Journal of Educational Technology , Curriculum , Learning , and Communication Pengembangan Buku Digital pada Mata Pelajaran," *Journal of Educational Technology, Curriculum, Learning, and Communication*, 3(April), pp. 13–19.
- Darmansyah, A., Susanti, A. and Muktadir, A. (2023) "Pembentukan karakter sportivitas melalui kegiatan outbound pada siswa sekolah dasar," *DWIJA CENDEKIA: Jurnal Riset Pedagogik*, 7(1), pp. 206–217.
- Darul, S.M.P. *et al.* (2023) "Pengembangan Karakter Siswa Melalui Kegiatan Outbound pada," 1(3), pp. 429–436.
- Firmansyah, I. and Budiningsih, T.E. (2012) "Efektivitas Pelatihan Public Speaking Terhadap Peningkatan Pengetahuan Tentang Komunikasi Pada Fasilitator Experience Learning (Outbound) Pt Hucle Consulting," *Intuisi: Jurnal Psikologi Ilmiah*, 4(2), pp. 74–79.
- Hidayat, W. and Mukaromah, R. (2024) "Telaah Pembelajaran Berbasis Outdoor Study: Analisis Pembelajaran Puncak Tema Pada Anak Usia Dini di Roudlatul Athfal," *Jurnal Bocil: Journal of Childhood Education, Development and Parenting*, 2(2), pp. 34–45. Available at: <https://doi.org/10.28926/bocil.v2i2.1430>.
- Khusna, M. *et al.* (2023) "Persiapan, Pelaksanaan, Dan Penyelesaian Kegiatan Outbound Di Sekolah Dasar," *PANDU: Jurnal Pendidikan Anak dan Pendidikan Umum*, 1(3), pp. 119–125.
- Kurniati, P. *et al.* (2025) "Outdoor Learning Berbasis Kearifan Lokal di Candi Prambanan : Inovasi Pembelajaran PPKn Untuk Menumbuhkan Civic Culture Siswa," *Citizen: Jurnal Ilmiah Multidisiplin Indonesia*, 5(5), pp.12411250. Available at: <https://doi.org/10.53866/jimi.v5i5.1002>.

- Nugraha, R.A. and Faridatussalam, S.R. (2024) "Penguatan Keterampilan Komunikasi dan Kerjasama Siswa Melalui Program Outbound pada Yayasan Nur Hidayah Surakarta Jawa Tengah," *Jurnal Pengabdian Masyarakat Inovasi Indonesia*, 2(1), pp. 101–108. Available at: <https://doi.org/10.54082/jpmii.331>.
- Pranyoto, Y.H. (2012) "Paradigma Pedagogi Reflektif (PPR)," *Nota Pastoral Pendidikan*, 5(1), pp. 51–69.
- Rocmah, L.I. (2012) "Model Pembelajaran Outbound Untuk," *Pedagogia*, 1(2), pp. 173–188.
- Setiawati, N.A. (2021) "Penerapan Metode Outbond Pada Sekolah Alam Untuk Menciptakan Pembentukan Leadership," *Journal Of Education And Teaching Learning (JETL)*, 3(2), pp. 21–34. Available at: <https://doi.org/10.51178/jetl.v3i2.207>.
- Tengah, L. *et al.* (2025) "Penguatan Kepercayaan Diri dan Motivasi Belajar Siswa Sekolah Menengah Pertama Melalui Kegiatan Outbound Berbasis Experiential Learning di Tanwirul Qulub, Lombok Tengah," *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bidang Sosial dan Humaniora*, 4(4), pp. 514–524. Available at: <https://doi.org/10.55123/abdisoshum.v4i4.6544>.

BAB 8

GAME ICE BREAKING

Oleh Hilman Yusup Juliaman

8.1 Peran *Ice Breaking* dalam Kegiatan *Outbound*

Ice breaking merupakan aktivitas yang umum digunakan dalam kegiatan outbound untuk menciptakan suasana yang lebih nyaman, menyenangkan, dan mendukung interaksi antarpeserta. Melalui berbagai permainan dan aktivitas sederhana, peserta dapat beradaptasi dengan lingkungan baru, mengurangi rasa canggung, serta membangun hubungan sosial yang positif sejak awal kegiatan. Menurut Mutz & Müller (2020), aktivitas interaktif pada tahap awal program pendidikan luar ruang mampu meningkatkan keterlibatan peserta dan menciptakan pengalaman belajar yang lebih bermakna. Oleh karena itu, *ice breaking* menjadi salah satu komponen penting dalam kegiatan *outbound* yang berorientasi pada pengembangan keterampilan sosial dan kerja sama kelompok.

Dalam organisasi dan lembaga olahraga, *outbound* sering dimanfaatkan sebagai sarana pengembangan karakter, kepemimpinan, komunikasi, dan kekompakan tim. Keberagaman latar belakang peserta dalam suatu kegiatan menuntut adanya strategi yang mampu membangun kedekatan dan rasa nyaman antarpeserta sebelum memasuki aktivitas utama. Hoyer *et al.* (2022) menjelaskan bahwa kualitas interaksi antaranggota kelompok memiliki peran penting dalam menentukan keberhasilan suatu program. Sejalan dengan itu, *ice breaking* berfungsi sebagai media

untuk memperkuat hubungan interpersonal, meningkatkan rasa percaya diri, serta mendorong partisipasi aktif peserta dalam setiap kegiatan yang dilaksanakan.

Secara umum, *ice breaking* dapat dipahami sebagai aktivitas yang dirancang untuk mencairkan suasana, meningkatkan komunikasi, dan membangun dinamika kelompok yang positif. Selain membantu peserta saling mengenal, *ice breaking* juga berkontribusi dalam meningkatkan konsentrasi, kreativitas, kerja sama, dan rasa percaya antaranggota kelompok. Beni, Fletcher & Ní Chróinín (2017) menyatakan bahwa pengalaman positif dalam aktivitas kelompok dapat memperkuat hubungan sosial dan meningkatkan keterlibatan peserta. Berdasarkan hal tersebut, bab ini membahas konsep dasar *ice breaking*, karakteristik dan jenis-jenis permainan, teknik pelaksanaan, serta strategi optimalisasi penggunaannya dalam mendukung keberhasilan kegiatan *outbound* dan pembelajaran berbasis pengalaman.

8.2 Konsep dan Karakteristik *Game Ice Breaking*

Game ice breaking merupakan aktivitas kelompok yang dirancang untuk menciptakan suasana yang lebih nyaman, menyenangkan, dan interaktif sehingga peserta dapat lebih mudah beradaptasi dengan lingkungan baru. Dalam kegiatan *outbound*, permainan ini berfungsi untuk mengurangi kecanggungan, membangun hubungan sosial, serta meningkatkan kesiapan peserta dalam mengikuti aktivitas selanjutnya. Selain itu, *game ice breaking* juga banyak dimanfaatkan dalam organisasi dan lembaga olahraga untuk mempererat hubungan antaranggota, meningkatkan komunikasi, dan membangun semangat kebersamaan. Melalui aktivitas yang melibatkan partisipasi aktif, peserta dapat lebih mudah menjalin interaksi positif dan mengembangkan kerja sama kelompok. Menurut Hoye *et al.*

(2022), kualitas hubungan dan kolaborasi antaranggota merupakan salah satu faktor penting yang mendukung keberhasilan suatu kelompok atau organisasi.

Karakteristik *game ice breaking* yang efektif ditunjukkan oleh permainan yang sederhana, mudah dipahami, menarik, dan mampu melibatkan seluruh peserta secara aktif. Pelaksanaannya harus memperhatikan tujuan kegiatan, kondisi peserta, serta lingkungan tempat kegiatan berlangsung agar pengalaman yang diperoleh menjadi lebih bermakna. Selain berfungsi sebagai sarana hiburan, *ice breaking* juga berperan dalam meningkatkan konsentrasi, rasa percaya diri, komunikasi, dan dinamika kelompok. Keberhasilan pelaksanaannya sangat dipengaruhi oleh kemampuan fasilitator dalam mengelola permainan, memberikan instruksi yang jelas, dan menciptakan suasana yang aman serta menyenangkan bagi seluruh peserta. Aktivitas yang dirancang dengan baik dapat memberikan pengalaman belajar yang positif dan meningkatkan keterlibatan peserta dalam kegiatan *outbound* (Mutz & Müller, 2020).

8.3 Jenis-Jenis *Game Ice Breaking* dalam *Outbound*

Game ice breaking dalam kegiatan *outbound* memiliki berbagai bentuk dan tujuan yang disesuaikan dengan kebutuhan peserta serta tujuan kegiatan. Secara umum, permainan *ice breaking* digunakan untuk membantu peserta beradaptasi dengan lingkungan baru, meningkatkan interaksi sosial, membangun kerja sama, dan menciptakan suasana yang lebih menyenangkan. Menurut Dressel (2020), *ice breaker* yang dirancang dengan baik dapat meningkatkan kenyamanan peserta, memperkuat hubungan interpersonal, serta mendukung terciptanya pengalaman belajar yang lebih efektif dalam kegiatan kelompok.

8.3.1 Ice Breaking Perkenalan (*Getting Acquainted*)

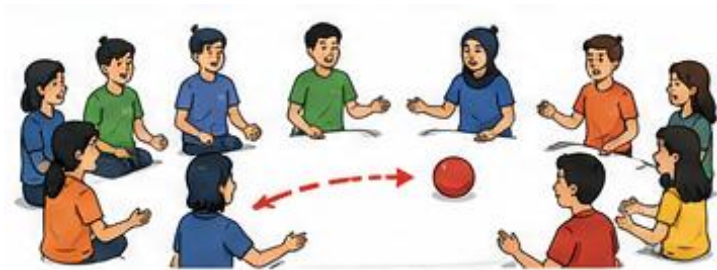
Ice breaking perkenalan bertujuan untuk membantu peserta saling mengenal, terutama ketika mereka berasal dari latar belakang yang berbeda dan belum pernah berinteraksi sebelumnya. Melalui permainan ini, peserta diperkenalkan pada nama, asal, minat, atau informasi sederhana lainnya sehingga tercipta suasana yang lebih akrab. Menurut Kaushik & Zinjarde (2020), aktivitas perkenalan yang bersifat interaktif mampu mempercepat proses pembentukan hubungan sosial dan meningkatkan rasa kebersamaan dalam kelompok. Berikut beberapa *ice breaking* perkenalan (*getting acquainted*):

1. Nama Permainan : Bola Nama (*Name Toss*)
 Tujuan : Saling mengenal, mengurangi canggung, melatih konsentrasi, dan membangun komunikasi, serta menyenangkan.
 Fasilitas : 1 buah bola plastik lunak, bola kain, atau bola karet ringan yang aman.
 Langkah- Langkah pelaksanaan:
 - a. Fasilitator meminta seluruh peserta berdiri membentuk lingkaran besar sehingga semua peserta dapat saling melihat dengan jelas.
 - b. Fasilitator memperkenalkan diri terlebih dahulu. Setelah itu fasilitator menunjuk salah satu peserta sambil menyebutkan namanya dan melempar bola kepada peserta tersebut.
 - c. Peserta yang menerima bola melakukan hal yang sama. Contoh: "Nama saya Andi." Kemudian Andi melempar bola kepada peserta lain sambil menyebutkan nama peserta yang dituju. Contoh: "Untuk Siti!" Siti menangkap bola lalu memperkenalkan diri. Proses ini

berlangsung hingga seluruh peserta mendapatkan giliran.

- d. Dilanjutkan dengan putaran kedua. Setelah semua peserta memperkenalkan diri, permainan dilanjutkan. Peserta yang memegang bola harus: menyebutkan nama yang akan menerima dan melempar bola kepada orang tersebut. Contoh: "Bola untuk Rina!" Jika salah menyebut nama, peserta diberi kesempatan memperbaiki atau dibantu kelompok.

Evaluasi: Fasilitator meminta beberapa peserta menyebutkan nama teman yang baru dikenalnya selama permainan.



Gambar 8. 1 Permainan Bola Nama

Sumber: Dokpri/Illustrasi Penulis

2. Nama Permainan : Cari Teman yang Sama (*Find Someone Who*)

Tujuan : Membantu peserta saling mengenal, meningkatkan interaksi, dan membangun komunikasi, serta menemukan kesamaan minat atau pengalaman.

Fasilitas : Lembar kerja berisi daftar kriteria dan Pulpen atau pensil.

Langkah-Langkah Pelaksanaan:

- a. Fasilitator membagikan lembar kerja kepada setiap peserta.
- b. Jelaskan bahwa peserta harus mencari orang yang sesuai dengan setiap kriteria
- c. Peserta berjalan mengelilingi area kegiatan.
- d. Peserta mewawancarai peserta lain. Contoh: "Apakah Anda pernah naik gunung?"
- e. Jika sesuai dengan kriteria, peserta tersebut menuliskan nama orang tersebut pada kolom yang tersedia.
- f. Setiap nama hanya boleh digunakan satu kali agar peserta berinteraksi dengan banyak orang.
- g. Permainan berakhir ketika waktu habis atau ada peserta yang berhasil mengisi seluruh kolom.

Evaluasi: Peserta diminta memperkenalkan salah satu teman baru yang dikenalnya selama permainan.



Gambar 8. 2 Permainan Cari Teman yang Sama

Sumber: Dokpri/Illustrasi Penulis

3. Nama Permainan : Perkenalan Berantai

Tujuan : Menghafal nama peserta, melatih daya ingat, dan meningkatkan konsentrasi, serta membangun keakraban kelompok.

Fasilitas : Lapangan atau tempat yang luas

Langkah-Langkah Pelaksanaan:

- a. Peserta berdiri atau duduk membentuk lingkaran.
- b. Fasilitator menjelaskan aturan permainan.
- c. Peserta pertama memperkenalkan diri. Contoh: "Nama saya Budi."
- d. Peserta kedua harus menyebutkan nama peserta pertama kemudian memperkenalkan dirinya. Contoh: "Ini Budi, saya Andi."
- e. Peserta ketiga harus menyebutkan dua nama sebelumnya. Contoh: "Ini Budi, ini Andi, saya Siti."
- f. Permainan berlanjut hingga seluruh peserta mendapat giliran.
- g. Peserta terakhir harus menyebutkan seluruh nama peserta sebelumnya.

Evaluasi: Fasilitator memberikan apresiasi kepada peserta yang mampu mengingat nama paling banyak.



Gambar 8.3 Permainan Perkenalan Berantai

Sumber: Dokpri/Illustrasi Penulis

4. Nama Permainan : Dua Fakta dan Satu Kebohongan
(*Two Truths and a Lie*)

Tujuan : Mengetahui karakter peserta, meningkatkan komunikasi, membangun suasana, serta melatih keberanian.

Fasilitas : Lapangan atau tempat yang nyaman

Langkah-Langkah Pelaksanaan:

- Peserta duduk membentuk lingkaran.
- Fasilitator menjelaskan aturan permainan.
- Setiap peserta menyiapkan tiga pernyataan tentang dirinya: Dua pernyataan benar dan satu pernyataan salah.
- Peserta membacakan ketiga pernyataan tersebut.
- Peserta lain diberi kesempatan menebak pernyataan yang merupakan kebohongan.
- Setelah semua peserta memberikan tebakan, pemain mengungkapkan jawaban yang benar.
- Permainan dilanjutkan hingga seluruh peserta mendapat giliran.

Evaluasi: Keberhasilan permainan dilihat dari tingkat partisipasi peserta, banyaknya interaksi yang terjadi dan suasana kelompok yang lebih akrab setelah permainan berlangsung.



Gambar 8. 4 Permainan Dua Fakta dan Satu Kebohongan

Sumber: Dokpri/Illustrasi Penulis

8.3.2 Ice Breaking Pemecah Kebekuan Suasana

Jenis permainan ini bertujuan untuk menghilangkan rasa canggung, gugup, atau tegang yang biasanya muncul pada awal kegiatan. Permainan dirancang dalam suasana santai, lucu, dan menghibur sehingga peserta merasa lebih rileks. Mutz & Müller (2020) menjelaskan bahwa aktivitas yang menyenangkan pada tahap awal kegiatan dapat meningkatkan kenyamanan psikologis dan keterlibatan peserta dalam proses pembelajaran berbasis pengalaman. Berikut beberapa ice breaking pemecah kebekuan suasana:

1. Nama Permainan : *Simon Says*

Tujuan : Menegal karakter peserta, meningkatkan komunikasi kelompok, dan membangun suasana yang menyenangkan, serta melatih keberanian berbicara di depan kelompok.

Fasilitas : Lapangan atau tempat yang nyaman

Langkah-Langkah Pelaksanaan:

- a. Fasilitator mengumpulkan peserta di area yang cukup luas.
- b. Peserta berdiri dengan posisi yang memungkinkan mereka melihat fasilitator dengan jelas.
- c. Fasilitator menjelaskan aturan permainan.
- d. Aturan permainan:
 - Peserta hanya boleh mengikuti perintah yang diawali kalimat: "Simon Says..."
 - Jika fasilitator memberikan instruksi tanpa mengucapkan "Simon Says", peserta tidak boleh mengikuti instruksi tersebut.
 - Peserta yang salah dapat diberikan hukuman ringan yang menyenangkan,

seperti menyanyi atau memperkenalkan diri.

- e. Contoh fasilitator berkata: "Simon Says, angkat tangan kanan!" Peserta mengikuti.
- f. Kemudian fasilitator berkata: "Pegang kepala!" Peserta tidak boleh mengikuti karena tidak diawali "Simon Says".

Evaluasi: Fasilitator mengajak peserta merefleksikan pentingnya mendengarkan instruksi dengan baik sebelum bertindak.



Gambar 8. 5 Permainan *Simon Says*

Sumber: Dokpri/Illustrasi Penulis

- 2. Nama Permainan : Tepuk Variasi
Tujuan : Melatih konsentrasi dan koordinasi, meningkatkan energi kelompok, membangun kekompakan, serta menciptakan suasana yang aktif dan menyenangkan.
Fasilitas : Lapangan dan tempat yang nyaman
Langkah-Langkah Pelaksanaan:
 - a. Peserta berdiri membentuk setengah lingkaran atau barisan.
 - b. Fasilitator menjelaskan pola tepukan yang akan digunakan.

- c. Putaran 1 (Mudah): Fasilitator memberi contoh: Tepuk 1 kali = "Prok". Peserta menirukan.
- d. Putaran 2: Fasilitator: Tepuk 2 kali = "Prok-Prok". Peserta menirukan.
- e. Putaran 3: Fasilitator membuat kombinasi: Tepuk 3 kali = "Tepuk-Tepuk-Jeduk". Peserta harus mengikuti urutan yang benar.

Evaluasi: Fasilitator menanyakan kesulitan yang dialami peserta saat mengikuti pola yang berubah-ubah.



Gambar 8.6 Permainan Tepuk Variasi

Sumber: Dokpri/Illustrasi Penulis

3. Nama Permainan : Ikuti Gerak Pemimpin (*Follow The Leader*)

Tujuan : Melatih koordinasi gerak, meningkatkan konsentrasi, dan mengembangkan kemampuan observasi, serta membangun kekompakan kelompok.

Fasilitas : Lapangan atau tempat yang nyaman

Langkah-Langkah Pelaksanaan:

- a. Peserta berdiri membentuk lingkaran.
- b. Fasilitator menunjuk satu orang sebagai pemimpin gerakan.

- c. Pemimpin melakukan gerakan sederhana.
Contohnya:
 - Tepuk tangan.
 - Mengangkat tangan.
 - Melompat kecil.
 - Memutar badan.
- d. Semua peserta harus menirukan gerakan tersebut.
- e. Setelah beberapa saat pemimpin mengganti gerakan.
- f. Permainan terus berlangsung dengan variasi gerakan yang berbeda.

Evaluasi: Fasilitator mendiskusikan pentingnya memperhatikan, mengamati, dan bekerja sama dalam kelompok.



Gambar 8. 7 Permainan Ikuti Gerak Pemimpin

Sumber: Dokpri/Illustrasi Penulis

4. Nama Permainan : Patung Bergerak (*Freeze game*)
Tujuan : Melatih konsentrasi, mengembangkan refleks dan kontrol diri, meningkatkan energi, serta menciptakan suasana yang menyenangkan.
Fasilitas : *Speakear* atau musik pengiring (opsional)
Langkah-Langkah Pelaksanaan:
 - a. Siapkan area yang cukup luas.

- b. Peserta berdiri dengan jarak aman satu sama lain.
- c. Fasilitator menjelaskan aturan permainan.
- d. Musik diputar atau fasilitator memberi aba-aba bergerak.
- e. Peserta bebas melakukan aktivitas seperti berjalan, menari, melompat atau bergerak mengikuti irama.
- f. Ketika musik dihentikan atau fasilitator berteriak: "Freeze!" Seluruh peserta harus diam seperti patung.
- g. Peserta yang masih bergerak dianggap melakukan kesalahan.
- h. Permainan diulang beberapa kali dengan tempo yang berbeda.

Evaluasi: Fasilitator mengajak peserta merefleksikan pentingnya fokus, kesiapan, dan kemampuan mengendalikan diri dalam situasi yang berubah dengan cepat.



Gambar 8. 8 Permainan Patung Bergerak

Sumber: Dokpri/Illustrasi Penulis

8.3.3 Ice Breaking Konsentrasi

Ice breaking konsentrasi bertujuan untuk melatih fokus, ketelitian, dan kemampuan peserta dalam memperhatikan instruksi. Permainan ini sangat bermanfaat sebelum peserta mengikuti kegiatan outbound yang membutuhkan koordinasi dan

pengambilan keputusan yang cepat. Menurut Wurdinger dan Carlson (2019), aktivitas yang menuntut perhatian dan respons cepat dapat membantu meningkatkan kesiapan mental peserta dalam menghadapi tantangan pembelajaran berbasis pengalaman. Berikut beberapa ice breaking konsentrasi:

1. Nama Permainan : Hitam Hijau

Tujuan : Melatih konsentrasi, kecepatan berpikir, kemampuan merespons instruksi dengan tepat, meningkatkan focus, menciptakan suasana yang aktif dan menyenangkan.

Fasilitas : Tempat yang nyaman

Langkah-Langkah Pelaksanaan:

- a. Peserta berdiri berjajar atau membentuk setengah lingkaran.
- b. Fasilitator menjelaskan aturan permainan.
- c. Tentukan dua kata kunci: Hitam = maju satu langkah. Hijau = mundur satu langkah.

Evaluasi: Fasilitator mengajak peserta berdiskusi mengenai pentingnya fokus sebelum bertindak.



Gambar 8. 9 Permainan Hitam Hijau

Sumber: Dokpri/Illustrasi Penulis

2. Nama Permainan : Tepuk Konsentrasi.

Tujuan : Melatih focus, daya ingat, koordinasi gerak dan pendengaran, serta meningkatkan kekompakan.

Fasilitas : Tempat yang nyaman

Langkah-Langkah Pelaksanaan:

- a. Peserta berdiri membentuk lingkaran atau barisan.
- b. Fasilitator menjelaskan pola tepukan
- c. Tahap pelaksanaan dasar:

Fasilitator memberikan kode: Satu = tepuk satu kali, dua = tepuk dua kali dan tiga = tepuk tiga kali. Peserta mengikuti instruksi.

Fasilitator mengubah aturan: Satu = tepuk tiga kali, Dua = tepuk satu kali dan tiga = tepuk dua kali. Peserta harus mengingat aturan baru.

Evaluasi: Diskusikan pentingnya mendengarkan dan memahami instruksi sebelum merespons.



Gambar 8. 10 Permainan Tepuk Konsentrasi

Sumber: Dokpri/Illustrasi Penulis

3. Nama Permainan : Angka Berantai

Tujuan : Melatih daya ingat, meningkatkan konsentrasi, dan mengembangkan kemampuan mendengarkan, serta membangun kerjasama.

Fasilitas : Tempat yang nyaman

Langkah-Langkah Pelaksanaan:

- a. Peserta membentuk lingkaran.
- b. Fasilitator menjelaskan aturan permainan.
- c. Peserta pertama menyebut angka: "Satu"
- d. Peserta kedua melanjutkan: "Dua"
- e. Peserta ketiga: "Tiga"
- f. Peserta berikutnya melanjutkan urutan angka yang telah disebutkan.

Evaluasi: Fasilitator menjelaskan pentingnya fokus dan memori dalam kerja tim.



Gambar 8. 11 Permainan Angka Berantai

Sumber: Dokpri/Illustrasi Penulis

4. Nama Permainan : Fokus Warna dan Gerakan
Tujuan : Melatih kemampuan memproses informasi, koordinasi gerak, meningkatkan fokus dan refleks, serta mengembangkan kemampuan mengikuti instruksi.

Fasilitas : Kartu, kertas atau bendera warna.

Langkah-Langkah Pelaksanaan:

- a. Peserta berdiri dengan jarak aman.
- b. Fasilitator menjelaskan arti setiap warna.
 - Merah = Jongkok.
 - Kuning = Tepuk Tangan
 - Hijau = Lompat
 - Biru = Putar Badan

- c. Fasilitator menunjukkan kartu warna.
- d. Peserta melakukan gerakan sesuai warna yang ditunjukkan.

Evaluasi: Fasilitator mengajak peserta merefleksikan bagaimana mereka tetap fokus ketika aturan berubah secara tiba-tiba.



Gambar 8. 12 Permainan Fokus Warna dan Gerakan

Sumber: Dokpri/Illustrasi Penulis

8.3.4 Ice Breaking Komunikasi dan Kerjasama

Permainan komunikasi dan kerjasama bertujuan untuk mengembangkan kemampuan peserta dalam berinteraksi, menyampaikan informasi, mendengarkan, dan bekerja sama dalam menyelesaikan tugas kelompok. Robinson *et al.* (2021) menyatakan bahwa aktivitas kelompok yang menekankan komunikasi dan kolaborasi dapat meningkatkan keterampilan sosial, rasa percaya, dan efektivitas kerja tim. Berikut beberapa ice breaking komunikasi dan kerjasama:

1. Nama Permainan : Simpul Manusia (*Human Knot*)
 Tujuan : Meningkatkan komunikasi, membangun rasa percaya diri, melatih kerjasama dan pemecahan masalah, serta mengembangkan kemampuan berpikir strategis.

Fasilitas : Tempat yang nyaman

Langkah-Langkah Pelaksanaan:

- a. Peserta berdiri membentuk lingkaran rapat.
- b. Semua peserta diminta menghadap ke tengah lingkaran.
- c. Fasilitator menjelaskan tujuan dan aturan permainan.
- d. Setiap peserta mengulurkan tangan kanan dan memegang tangan peserta lain secara acak yang berada di seberang lingkaran.
- e. Kemudian peserta mengulurkan tangan kiri dan memegang tangan peserta lain yang berbeda.
- f. Setelah semua tangan saling terhubung, akan terbentuk "simpul manusia" yang rumit.
- g. Tantangan utama: Peserta harus mengurai simpul tersebut hingga kembali membentuk lingkaran tanpa melepaskan pegangan tangan.
- h. Aturan permainan:
 - Tidak boleh melepaskan tangan.
 - Peserta boleh bergerak ke bawah, memutar badan, atau melangkah melewati teman.
 - Komunikasi antar peserta sangat dianjurkan.
- i. Tahap penyelesaian:
 - Kembali membentuk lingkaran utuh.
 - Tidak ada tangan yang terlepas.

Refleksi: Fasilitator bertanya: Strategi apa yang digunakan? Siapa yang mengambil peran kepemimpinan? Bagaimana komunikasi membantu menyelesaikan masalah.



Gambar 8. 13 Permainan Simpul Manusia

Sumber: Dokpri/Illustrasi Penulis

2. Nama Permainan : Estafet Pesan.

Tujuan : Melatih kemampuan komunikasi, meningkatkan ketelitian dalam menyampaikan informasi, dan membangun kerjasama

Fasilitas : Kalimat tertulis, gambar sederhana atau instruksi khusus.

Langkah-Langkah Pelaksanaan:

- a. Peserta dibagi menjadi beberapa kelompok.
- b. Setiap kelompok membentuk barisan memanjang.
- c. Peserta menghadap ke depan.
- d. Fasilitator memberikan pesan kepada peserta paling belakang. Contohnya: "Besok pagi kita akan melakukan senam bersama di lapangan sekolah."
- e. Peserta pertama membisikkan pesan kepada peserta di depannya.
- f. Pesan diteruskan hingga peserta paling depan.
- g. Peserta paling depan mengucapkan pesan yang diterimanya dengan suara keras.
- h. Kelompok yang paling tepat menyampaikan pesan menjadi pemenang.

Refleksi: Fasilitator menghubungkan permainan dengan pentingnya komunikasi yang jelas dalam organisasi dan kehidupan sehari-hari.



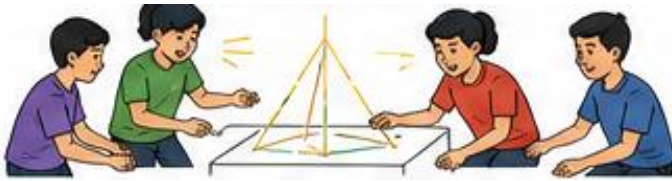
Gambar 8. 14 Permainan Estafet Pesan

Sumber: Dokpri/Illustrasi Penulis

3. Nama Permainan : Menara Sedotan
Tujuan : Melatih kreativitas, inovasi, perencanaan, pembagian tugas, mengembangkan kemampuan kerjasama dan memecahkan masalah.
Fasilitas : Setiap kelompok mendapatkan 30–50 sedotan, lakban atau selotip, gunting (opsional), dan penggaris (opsional).
Langkah-Langkah Pelaksanaan:
 - a. Peserta dibagi menjadi beberapa kelompok.
 - b. Setiap kelompok menerima perlengkapan yang sama.
 - c. Fasilitator menjelaskan tujuan permainan.
 - d. Tantangan: Kelompok diminta membangun menara setinggi mungkin hanya menggunakan bahan yang telah diberikan.
 - e. Tahap perencanaan:
 - Kelompok diberi waktu 3–5 menit untuk berdiskusi.
 - Menentukan desain menara.
 - Membagi tugas anggota tim.
 - f. Tahap Pembangunan:

- Peserta mulai menyusun sedotan.
- Menara harus dapat berdiri sendiri tanpa bantuan tangan.
- Kelompok boleh memodifikasi desain selama waktu masih tersedia.

Penilaian: Tinggi dan kestabilan Menara, kreativitas desain, dan kerjasama kelompok.



Gambar 8. 15 Permainan Menara Sedotan

Sumber: Dokpri/Illustrasi Penulis

4. Nama Permainan : Pindah Bola Kelompok

Tujuan : Melatih koordinasi, mengembangkan strategi bersama, meningkatkan kerjasama dan komunikasi.

Fasilitas : Setiap kelompok mendapatkan 1 bola plastik atau bola tenis, pipa paralon kecil, talang mini, karton lipat, atau potongan bambu (sesuai kebutuhan permainan).

Langkah-Langkah Pelaksanaan:

- Peserta dibagi menjadi beberapa kelompok.
- Setiap anggota mendapatkan satu potongan talang atau pipa.
- Tentukan titik awal dan titik tujuan.
- Bola ditempatkan pada talang peserta pertama.
- Bola harus dipindahkan dari titik awal menuju titik akhir.

- f. Bola bergerak melalui sambungan talang yang dipegang oleh seluruh anggota kelompok.
- g. Tantangan:
 - Bola tidak boleh disentuh tangan.
 - Bola tidak boleh jatuh.
 - Jika jatuh, kelompok harus mengulang dari titik awal.

Penilaian: Kelompok yang berhasil memindahkan bola tercepat dengan kesalahan paling sedikit menjadi pemenang.



Gambar 8. 16 Permainan Pindah Bola Kelompok

Sumber: Dokpri/Illustrasi Penulis

8.3.5 Ice Breaking Energizer

Ice breaking energizer digunakan untuk meningkatkan semangat, energi, dan antusiasme peserta, terutama ketika mereka mulai merasa lelah atau kehilangan fokus. Permainan ini biasanya melibatkan gerakan fisik sederhana yang dilakukan secara cepat dan menyenangkan. Menurut Priest & Gass (2018), aktivitas *energizer* mampu meningkatkan motivasi, keterlibatan peserta, serta menjaga dinamika kelompok agar tetap aktif selama kegiatan berlangsung. Berikut beberapa *ice breaking energizer*:

1. Nama Permainan : *Chicken Dance*
Tujuan : Meningkatkan semangat, energi, partisipasi kelompok, menghilangkan rasa malu dan

canggung, serta menciptakan suasana yang menyenangkan.

Fasilitas : *Speaker* dan musik *chicken dance* (opsional).

Langkah-Langkah Pelaksanaan:

- a. Peserta berdiri dengan posisi yang cukup longgar.
- b. Fasilitator berada di depan sebagai pemimpin gerakan.
- c. Gerakan 1: Paruh ayam. Kedua tangan membentuk paruh dan buka dan tutup empat kali.
- d. Gerakan 2: Sayap ayam. Kedua tangan ditekuk di samping badan dan kepakkan seperti sayap sebanyak empat kali.
- e. Gerakan 3: Ekor ayam. Letakkan kedua tangan dipinggul dan goyangkan pinggul ke kanan dan kiri empat kali.
- f. Gerakan 4: Tepuk tangan empat kali.

Evaluasi: Fasilitator menanyakan bagaimana peserta merasa lebih rileks dan berani tampil setelah mengikuti permainan.



Gambar 8. 17 Permainan *Chicken Dance*

Sumber: Dokpri/Illustrasi Penulis

2. Nama Permainan : Gerak dan Lagu

Tujuan : Melatih koordinasi gerak dan irama, meningkatkan konsentrasi, mengembangkan kreativitas, serta menumbuhkan rasa percaya diri.

Fasilitas : Speaker dan musik yang sesuai.

Langkah-Langkah Pelaksanaan:

- Peserta berdiri dengan jarak aman.
- Fasilitator memilih lagu yang mudah diikuti.
- Gerakan disesuaikan dengan lirik lagu.
- Fasilitator memperagakan gerakan. Contoh lagu: "Kepala, pundak, lutut, kaki" Peserta mengikuti gerakan secara bersama-sama sambil memegang bagian tubuh sesuai lagu.
- Lagu dinyanyikan dengan tempo normal.
- Tempo dipercepat secara bertahap.

Evaluasi: Fasilitator mengajak peserta merefleksikan pentingnya koordinasi, kekompakan, dan keberanian dalam mengikuti aktivitas kelompok.



Gambar 8. 18 Permainan Gerak dan Lagu

Sumber: Dokpri/Illustrasi Penulis

3. Nama Permainan : Zip Zap Zop

Tujuan : Melatih konsentrasi dan focus, meningkatkan kecepatan berpikir dan merespons,

membangun interaksi kelompok, menciptakan suasana yang energik dan menyenangkan.

Fasilitas : Tempat yang nyaman

Langkah-Langkah Pelaksanaan:

- a. Peserta berdiri membentuk lingkaran.
- b. Fasilitator menjelaskan arti setiap kata:
 - Zip = mengirim energi ke peserta lain. Zap = meneruskan energi. Zop = mengembalikan atau mengalihkan energi.
- c. Fasilitator memberikan contoh terlebih dahulu.
- d. Fasilitator menunjuk salah satu peserta sambil mengarahkan tangan dan berkata: "Zip"
- e. Peserta yang ditunjuk langsung mengarahkan tangannya kepada peserta lain dan berkata: "Zap"
- f. Peserta berikutnya mengarahkan kepada peserta lain sambil berkata: "Zop"
- g. Permainan terus berlangsung dengan urutan: Zip → Zap → Zop → Zip → Zap → Zop

Evaluasi: Fasilitator mengajak peserta merefleksikan pentingnya fokus dan komunikasi nonverbal dalam kelompok.



Gambar 8. 19 Permainan Zip Zap Zop

Sumber: Dokpri/Illustrasi Penulis

8.4 Teknik Pelaksanaan *Game Ice Breaking*

Persiapan dan perencanaan merupakan tahapan penting yang menjadi dasar keberhasilan pelaksanaan game ice breaking dalam kegiatan outbound. Sebelum kegiatan dimulai, fasilitator perlu menentukan tujuan yang ingin dicapai, memahami karakteristik peserta, memperkirakan jumlah peserta, serta menyesuaikan permainan dengan kondisi lingkungan yang tersedia. Pemilihan jenis permainan yang tepat akan membantu menciptakan suasana yang menyenangkan sekaligus mendukung pencapaian tujuan pembelajaran dan pembentukan dinamika kelompok. Selain itu, fasilitator memiliki peran sentral dalam mengarahkan jalannya permainan, memberikan instruksi yang jelas, membangun semangat peserta, serta menciptakan suasana yang kondusif agar seluruh peserta dapat terlibat secara aktif dalam kegiatan. Perencanaan yang baik dan kepemimpinan fasilitator yang efektif akan meningkatkan kualitas pengalaman yang diperoleh peserta selama mengikuti ice breaking (Priest & Gass, 2018).

Selain perencanaan dan peran fasilitator, pengelolaan waktu, keterlibatan peserta, keamanan, serta evaluasi kegiatan juga menjadi faktor yang menentukan keberhasilan pelaksanaan ice breaking. Durasi permainan perlu diatur secara proporsional agar mampu membangun interaksi kelompok tanpa mengurangi efektivitas agenda utama. Fasilitator juga harus memastikan seluruh peserta memperoleh kesempatan yang sama untuk berpartisipasi serta merasa nyaman selama kegiatan berlangsung. Di samping itu, aspek keamanan harus menjadi prioritas melalui pemilihan lokasi dan penggunaan peralatan yang aman. Setelah kegiatan selesai, evaluasi dan refleksi perlu dilakukan untuk mengetahui tingkat keberhasilan permainan serta mengidentifikasi hal-hal yang dapat diperbaiki pada pelaksanaan berikutnya. Proses evaluasi tersebut membantu peserta memahami pengalaman yang diperoleh sekaligus

mendukung peningkatan kualitas program outbound secara berkelanjutan (Mutz & Müller, 2020).

8.5 Optimalisasi *Ice Breaking* untuk Membangun Dinamika Kelompok

Ice breaking merupakan salah satu komponen penting dalam kegiatan *outbound* yang bertujuan menciptakan suasana yang nyaman, menyenangkan, dan mendukung terbentuknya interaksi positif antar peserta. Melalui berbagai permainan seperti pengenalan, konsentrasi, komunikasi, dan energizer, peserta dapat lebih mudah menyesuaikan diri dengan lingkungan baru serta membangun hubungan yang baik dengan anggota kelompok lainnya. Menurut Priest & Gass (2018), aktivitas pembuka yang dirancang secara tepat mampu meningkatkan keterlibatan peserta dan mempersiapkan mereka untuk mengikuti kegiatan yang lebih menantang. Selain berfungsi sebagai sarana hiburan, *ice breaking* juga berperan dalam membangun kepercayaan diri, mengurangi kecanggungan, serta menciptakan kondisi yang mendukung keberhasilan proses pembelajaran dan kerja sama kelompok.

Dampak positif *ice breaking* dapat terlihat dari meningkatnya kualitas interaksi sosial, komunikasi, dan kekompakan di dalam kelompok. Peserta memperoleh kesempatan untuk saling mengenal, memahami karakter satu sama lain, serta mengembangkan kemampuan bekerja sama melalui aktivitas yang melibatkan partisipasi aktif. Agar manfaat tersebut dapat diperoleh secara optimal, fasilitator perlu merancang permainan yang sesuai dengan tujuan kegiatan, karakteristik peserta, serta kondisi pelaksanaan di lapangan. Perencanaan yang baik, variasi permainan, pengelolaan waktu yang efektif, dan evaluasi kegiatan merupakan faktor yang mendukung keberhasilan pelaksanaan *ice breaking*. Dengan penerapan yang tepat, *ice*

breaking dapat menjadi sarana yang efektif untuk membangun dinamika kelompok yang positif dan mendukung keberhasilan keseluruhan program *outbound* (Wurdinger & Carlson, 2019).

DAFTAR PUSTAKA

- Beni, S., Fletcher, T. and Ní Chróinín, D. (2017) 'Meaningful Experiences in Physical Education and Youth Sport: A Review of the Literature', *Quest*, 69(3), pp. 291–312.
- Dressel, D.P. (2020) 'Breaking the Ice to Build Relationships: Using Icebreakers to Create New Relationships, Promote Emotional Safety, and Incorporate Social and Emotional Learning', *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 91(5), pp. 51–54.
- Hoye, R., Misener, K., Naraine, M.L. and Ordway, C. (2022) *Sport Management: Principles and Applications*. 6th ed. London: Routledge.
- Kaushik, K. and Zinjarde, S. (2020) 'An Interactive, Accessible, and Affordable Science-and Art-Based Activity to Foster Team Building among New Students', *Journal of Microbiology & Biology Education*, 21(2).
- Mutz, M. and Müller, J. (2020) 'From Experiences to Outcomes: Conditions and Mechanisms of Effective Outdoor and Adventure Education Camps for Youths', *Zeitschrift für Erziehungswissenschaft*, 23, pp. 847–868.
- Priest, S. and Gass, M.A. (2018) *Effective Leadership in Adventure Programming*. 3rd ed. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Robinson, D.B., Barrett, J., Robinson, I.M. and Fletcher, T. (2021) 'Fostering Positive Group Dynamics through Physical Activity-Based Programs', *Physical Education and Sport Pedagogy*, 26(5), pp. 509–522.
- Wurdinger, S.D. and Carlson, J.A. (2019) *Teaching for Experiential Learning: Five Approaches That Work*. Lanham: Rowman & Littlefield.

BAB 9

BERBAGAI PERMAINAN *OUTBOUND* DALAM KELOMPOK

Oleh Fizi Alafad

Pendidikan pada abad ke-21 menuntut peserta didik tidak hanya memiliki kemampuan akademik, tetapi juga keterampilan sosial, kemampuan berkomunikasi, kreativitas, kerja sama, kepemimpinan, serta kemampuan memecahkan masalah. Perubahan paradigma pendidikan dari teacher centered menuju student centered menuntut adanya model pembelajaran yang mampu memberikan pengalaman belajar secara langsung kepada peserta didik. Salah satu pendekatan pembelajaran yang dinilai efektif untuk memenuhi kebutuhan tersebut adalah melalui permainan outbound. Outbound merupakan suatu bentuk kegiatan pembelajaran yang dilakukan di alam terbuka melalui berbagai permainan edukatif, tantangan, simulasi, maupun aktivitas kelompok yang dirancang untuk mengembangkan aspek fisik, kognitif, afektif, dan sosial peserta. Kegiatan outbound mengintegrasikan konsep belajar sambil bermain (*learning by playing*) dan belajar melalui pengalaman langsung (*experiential learning*). Melalui kegiatan tersebut peserta tidak hanya memperoleh pengetahuan secara teoritis, tetapi juga mengalami secara langsung proses pembelajaran yang bermakna.

Dalam dunia pendidikan, permainan outbound semakin banyak digunakan sebagai alternatif strategi pembelajaran karena mampu menciptakan suasana belajar yang menyenangkan dan menantang. Aktivitas outbound memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk berinteraksi dengan lingkungan sekitar, bekerja sama dalam kelompok, serta mengembangkan kemampuan berpikir kritis dalam menyelesaikan berbagai tantangan yang diberikan. Dengan demikian, outbound tidak hanya berfungsi sebagai kegiatan rekreasi, tetapi juga sebagai sarana pendidikan yang efektif. Menurut penelitian Purwastuti (2022), outbound merupakan media pembelajaran karakter yang memanfaatkan prinsip bermain sambil belajar dan experiential learning sehingga sesuai dengan kebutuhan perkembangan peserta didik. Kegiatan outbound mampu menumbuhkan berbagai nilai karakter seperti disiplin, tanggung jawab, kerja sama, kejujuran, dan kepedulian sosial. Perkembangan teknologi digital yang semakin pesat turut memengaruhi pola aktivitas anak dan remaja. Banyak peserta didik menghabiskan waktu dengan perangkat elektronik sehingga aktivitas fisik menjadi berkurang. Kondisi ini berdampak pada menurunnya kemampuan motorik, keterampilan sosial, dan interaksi langsung dengan lingkungan. Oleh karena itu, kegiatan outbound menjadi salah satu solusi yang dapat digunakan untuk meningkatkan aktivitas fisik sekaligus mengembangkan keterampilan sosial peserta didik melalui pengalaman nyata di luar ruangan. Kegiatan outbound juga relevan dengan implementasi Kurikulum Merdeka yang menekankan pembelajaran kontekstual, kolaboratif, dan berpusat pada peserta didik. Melalui berbagai permainan kelompok, peserta didik dapat belajar menghargai perbedaan, membangun komunikasi yang efektif, serta mengembangkan kemampuan kepemimpinan. Pengalaman belajar yang diperoleh melalui outbound cenderung lebih mudah diingat karena melibatkan aspek emosional dan pengalaman langsung.

Selain itu, outbound memiliki keterkaitan erat dengan teori experiential learning yang dikembangkan oleh David Kolb. Teori ini menjelaskan bahwa pembelajaran yang efektif terjadi ketika individu memperoleh pengalaman konkret, melakukan refleksi terhadap pengalaman tersebut, membangun konsep baru, dan menerapkannya dalam situasi nyata. Permainan outbound menyediakan seluruh tahapan tersebut sehingga mampu meningkatkan kualitas proses pembelajaran secara menyeluruh.

Dalam konteks pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan (PJOK), outbound juga menjadi salah satu bentuk aktivitas yang dapat mengembangkan kebugaran jasmani serta karakter peserta didik. Penelitian Rahmawati dan Yuliastrid menunjukkan bahwa outbound sebagai bentuk experiential learning berkontribusi terhadap penguatan pendidikan karakter melalui aktivitas petualangan dan permainan kelompok. Berbagai penelitian terbaru menunjukkan bahwa permainan outbound memberikan dampak positif terhadap perkembangan peserta didik. Syafdaningsih dkk. (2023) menemukan bahwa kegiatan outbound mampu menstimulasi perkembangan kognitif anak usia dini melalui aktivitas eksplorasi, pemecahan masalah, dan pengambilan keputusan selama permainan berlangsung. Sementara itu, penelitian Pangestu dkk. (2024) menunjukkan bahwa permainan outbound efektif meningkatkan kemampuan motorik kasar dan keberanian anak usia 5–6 tahun. Berdasarkan uraian tersebut, dapat dipahami bahwa permainan outbound merupakan salah satu inovasi pembelajaran yang memiliki peran penting dalam mendukung perkembangan peserta didik secara holistik. Oleh karena itu, kajian mengenai permainan outbound dan manfaatnya perlu dilakukan untuk memberikan pemahaman yang lebih komprehensif mengenai implementasi serta kontribusinya dalam dunia pendidikan. Permainan outbound merupakan serangkaian aktivitas pembelajaran yang

dilakukan di luar ruangan dengan memanfaatkan permainan, simulasi, tantangan kelompok, dan aktivitas petualangan sebagai media pembelajaran. Istilah outbound berasal dari kata "outward bound" yang berarti bergerak ke luar batas kemampuan yang dimiliki seseorang untuk mencapai potensi yang lebih optimal. Secara umum, kegiatan outbound dirancang untuk memberikan pengalaman belajar yang menyenangkan melalui berbagai bentuk permainan yang menuntut kerja sama, komunikasi, konsentrasi, keberanian, serta kemampuan memecahkan masalah. Dalam pelaksanaannya, outbound dapat dilakukan oleh berbagai kelompok usia mulai dari anak usia dini, siswa sekolah dasar, mahasiswa, hingga kalangan profesional. Permainan outbound biasanya dibedakan menjadi dua kategori utama, yaitu low impact games dan high impact games. Low impact games merupakan permainan sederhana yang lebih menekankan pada kerja sama dan komunikasi kelompok, sedangkan high impact games melibatkan tantangan fisik yang lebih kompleks dan membutuhkan keberanian serta keterampilan tertentu. Salah satu manfaat utama outbound adalah meningkatkan kemampuan kerja sama peserta didik. Sebagian besar permainan outbound dirancang untuk diselesaikan secara kelompok sehingga setiap anggota harus saling berkoordinasi dan bekerja sama untuk mencapai tujuan bersama. Melalui aktivitas tersebut, peserta belajar menghargai pendapat orang lain, berbagi tugas, dan membangun rasa tanggung jawab bersama. Penelitian mengenai kontribusi outbound terhadap soft skills menunjukkan bahwa kegiatan outbound mampu meningkatkan kemampuan interpersonal, komunikasi, dan kolaborasi dalam kelompok. Outbound juga berperan dalam penguatan pendidikan karakter. Berbagai nilai seperti disiplin, tanggung jawab, sportivitas, kejujuran, kepemimpinan, dan kepedulian sosial dapat ditanamkan melalui permainan yang dirancang secara sistematis. Kajian literatur yang dilakukan Darmansyah dan Susanti (2024)

menunjukkan bahwa kegiatan outbound memiliki hubungan positif dengan pembentukan karakter sportivitas siswa sekolah dasar. Selain itu, model permainan berbasis outbound juga terbukti mampu menanamkan karakter jujur dan tanggung jawab pada peserta didik. Permainan outbound melibatkan berbagai aktivitas fisik seperti berjalan, berlari, melompat, memanjat, maupun aktivitas keseimbangan tubuh. Aktivitas tersebut berkontribusi terhadap peningkatan kemampuan motorik kasar dan kebugaran jasmani peserta didik. Penelitian terbaru menunjukkan bahwa outbound efektif meningkatkan kemampuan motorik kasar dan keberanian anak melalui aktivitas fisik yang menantang namun menyenangkan. Dalam kegiatan outbound peserta didik dituntut untuk berinteraksi dengan teman sebaya serta berkomunikasi secara efektif dalam menyelesaikan tugas kelompok. Kondisi tersebut membantu peserta mengembangkan kemampuan sosial, empati, toleransi, dan keterampilan komunikasi interpersonal. Penelitian Pelawi dkk. (2025) menunjukkan bahwa outbound memberikan pengaruh positif terhadap perkembangan keterampilan sosial anak, termasuk kemampuan bekerja sama, berkomunikasi, dan menunjukkan empati kepada teman sebaya. Permainan outbound sering kali menghadirkan tantangan yang membutuhkan strategi, analisis situasi, dan pengambilan keputusan. Oleh karena itu, peserta didik dilatih untuk berpikir kritis dan kreatif dalam menyelesaikan berbagai permasalahan. Hasil penelitian Syafdaningsih dkk. (2023) menunjukkan bahwa kegiatan outbound mampu menstimulasi perkembangan kognitif anak melalui aktivitas eksploratif dan pemecahan masalah yang terjadi selama permainan berlangsung. Outbound memberikan kesempatan kepada peserta untuk menghadapi tantangan yang berada di luar zona nyaman mereka. Ketika peserta berhasil menyelesaikan tantangan tersebut, rasa percaya diri akan meningkat. Selain itu, aktivitas kelompok juga memungkinkan peserta untuk belajar mengambil keputusan

dan memimpin anggota kelompok lainnya. Kemampuan kepemimpinan yang berkembang melalui outbound sangat penting dalam membentuk karakter peserta didik yang mandiri, bertanggung jawab, dan mampu beradaptasi dengan berbagai situasi. Permainan outbound merupakan serangkaian aktivitas edukatif yang dilakukan di alam terbuka dengan tujuan mengembangkan aspek fisik, mental, sosial, emosional, dan keterampilan kerja sama peserta. Menurut konsep *experiential learning* yang dikembangkan oleh David A. Kolb, peserta memperoleh pengetahuan dan keterampilan melalui pengalaman langsung yang kemudian direfleksikan menjadi pembelajaran bermakna. Menurut Ancok (2002), outbound adalah metode pelatihan yang menggunakan aktivitas di alam terbuka sebagai sarana pengembangan diri, pembentukan karakter, kepemimpinan, komunikasi, dan kerja sama kelompok.

9.1 Jenis-Jenis Permainan dalam *Outbound*

Ice breaking bertujuan mencairkan suasana, menghilangkan rasa canggung, dan meningkatkan interaksi antar peserta. Contoh permainan Tepuk Nama, Bola Berantai, Sambung Kata, Mencari Teman. Manfaat Meningkatkan konsentrasi, Menumbuhkan rasa percaya diri, Membangun komunikasi awal. Menurut Priyanto (2017), permainan ice breaking dapat meningkatkan motivasi belajar dan kesiapan peserta dalam mengikuti kegiatan kelompok.

Permainan team building games dirancang untuk meningkatkan kerja sama tim, komunikasi, dan kemampuan memecahkan masalah. Contoh permainan ini, Peserta harus mengalirkan air menggunakan pipa yang berlubang hingga mencapai tujuan. Manfaat Kerja sama, Komunikasi efektif, Strategi kelompok. Estafet Bola, Peserta memindahkan bola menggunakan alat tertentu tanpa menyentuh langsung. Manfaat, Koordinasi kelompok, Konsentrasi, Ketelitian.

Jembatan Manusia, Anggota kelompok bekerja sama membentuk jalur bagi anggota lain. Manfaat Solidaritas, Kepemimpinan, Kepercayaan antar anggota.

Permainan problem solving games yang menuntut peserta berpikir kritis dalam menyelesaikan tantangan. Contoh Spider Web, Peserta harus melewati lubang-lubang tali tanpa menyentuh tali. Manfaat, Berpikir strategis, Kerja sama, Kreativitas. Peserta menyeberangi area tertentu menggunakan alat bantu terbatas. Manfaat, Pengambilan keputusan, Manajemen risiko. Kepemimpinan menurut Johnson dan Johnson (2014), aktivitas pemecahan masalah kelompok dapat meningkatkan kemampuan berpikir kritis dan keterampilan sosial peserta.

Permainan trust building games yang berfokus pada pembangunan kepercayaan antar anggota kelompok. Contoh, Trust Fall Peserta menjatuhkan diri ke belakang dan ditangkap oleh kelompok. Manfaat Meningkatkan rasa percaya, Mengurangi kecemasan, Memperkuat hubungan sosial. Blind Walk, Peserta berjalan dengan mata tertutup dipandu oleh anggota lain. Manfaat Komunikasi, Kepercayaan, Kepemimpinan. Menurut Priest dan Gass (2018), permainan berbasis kepercayaan merupakan salah satu metode efektif dalam pengembangan karakter dan kepemimpinan melalui pembelajaran petualangan (*adventure education*).

Permainan high rope games yang dilakukan pada ketinggian tertentu dengan perlengkapan keamanan. Contoh Flying Fox, Burma Bridge, Two Line Bridge, Cargo Net. Manfaat, Keberanian, Pengendalian diri, Kepercayaan diri, Ketangguhan mental. Menurut Martin dan Wagstaff (2012), aktivitas tantangan tinggi (*high challenge activities*) mampu meningkatkan self-efficacy dan keberanian peserta dalam menghadapi situasi baru.

Permainan low rope games yang dilakukan dekat dengan permukaan tanah. Contoh All Aboard, Mohawk Walk, Nitro Crossing, Balance Beam. Manfaat Keseimbangan, Kerja sama, Konsentrasi. Permainan ini lebih aman digunakan untuk anak sekolah dasar maupun mahasiswa dibandingkan high rope activities. Permainan outbound juga dapat digunakan untuk meningkatkan keterampilan motorik kasar dan motorik halus. Contoh Estafet Rintangan Peserta berlari, melompat, merangkak, dan menyeimbangkan tubuh. Mengembangkan Kelincahan, Koordinasi, Keseimbangan. Tangkap Bola Berpasangan Mengembangkan Koordinasi mata dan tangan, Reaksi gerak, Ketepatan Relay Race, Mengembangkan Kecepatan, Daya tahan, Kerja sama tim. Menurut Gallahue dan Ozmun (2019), aktivitas fisik yang melibatkan gerak lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif berperan penting dalam perkembangan keterampilan motorik peserta didik.

9.2 Outbound Kelompok (Permainan)

Permainan kelompok (*group games*) merupakan salah satu komponen utama dalam kegiatan outbound yang dirancang untuk mengembangkan kemampuan kerja sama, komunikasi, kepemimpinan, kreativitas, kepercayaan diri, serta kemampuan pemecahan masalah peserta. Berbeda dengan permainan individu, permainan kelompok menuntut peserta untuk saling berinteraksi, berkolaborasi, dan berkoordinasi dalam mencapai tujuan bersama.

Dalam dunia pendidikan, permainan kelompok dalam outbound telah banyak digunakan untuk meningkatkan kemampuan sosial, keterampilan komunikasi, konsentrasi belajar, kepemimpinan, dan keterampilan motorik peserta didik. Melalui aktivitas yang menyenangkan dan menantang, peserta tidak hanya belajar secara kognitif tetapi juga memperoleh pengalaman afektif dan psikomotorik yang

mendukung perkembangan secara menyeluruh. Permainan kelompok merupakan aktivitas yang dilakukan secara bersama-sama oleh beberapa orang yang tergabung dalam satu tim dengan tujuan menyelesaikan suatu tantangan atau mencapai target tertentu. Menurut Ancok (2002), permainan kelompok dalam outbound dirancang untuk:

1. Membangun kerja sama tim.
2. Melatih komunikasi efektif.
3. Mengembangkan kepemimpinan.
4. Menumbuhkan rasa tanggung jawab.
5. Melatih kemampuan memecahkan masalah.
6. Meningkatkan rasa percaya diri.
7. Menumbuhkan solidaritas kelompok.

Dalam pelaksanaannya, permainan kelompok menempatkan seluruh peserta sebagai bagian dari sistem yang saling bergantung satu sama lain sehingga keberhasilan kelompok ditentukan oleh kontribusi seluruh anggota.

Permainan kelompok memiliki beberapa karakteristik utama, yaitu:

1. Bersifat Kooperatif

Setiap anggota kelompok harus bekerja sama untuk mencapai tujuan yang telah ditentukan.

2. Menuntut Komunikasi

Peserta harus saling bertukar informasi, memberikan instruksi, dan menyampaikan ide selama permainan berlangsung.

3. Memiliki Tantangan

Setiap permainan dirancang untuk memberikan tantangan fisik maupun mental sehingga peserta terdorong untuk berpikir kreatif.

4. Mengandung Unsur Refleksi

Setelah permainan selesai, fasilitator melakukan refleksi untuk menghubungkan pengalaman permainan dengan kehidupan sehari-hari.

5. Menyenangkan

Permainan dilakukan dalam suasana santai sehingga peserta dapat belajar tanpa tekanan.

Permainan kelompok memiliki berbagai tujuan, antara lain:

1. Mengembangkan Teamwork

Peserta belajar bahwa keberhasilan kelompok bergantung pada kerja sama seluruh anggota.

2. Meningkatkan Komunikasi

Melalui permainan, peserta belajar menyampaikan pendapat secara jelas dan mendengarkan orang lain.

3. Mengembangkan Kepemimpinan

Setiap peserta memiliki kesempatan untuk menjadi pemimpin maupun anggota tim.

4. Meningkatkan Kepercayaan Diri

Keberhasilan menyelesaikan tantangan dapat meningkatkan keyakinan terhadap kemampuan diri.

5. Melatih Konsentrasi

Peserta dituntut fokus terhadap tugas yang diberikan.

6. Mengembangkan Keterampilan Motorik

Permainan outbound melibatkan aktivitas gerak yang dapat meningkatkan koordinasi, keseimbangan, dan kelincahan. Permainan kelompok dalam outbound merupakan metode pembelajaran berbasis pengalaman yang efektif untuk mengembangkan aspek kognitif, afektif, dan psikomotor peserta. Berbagai permainan seperti ice breaking, bola berantai, pipa bocor, spider web, blind walk, crossing river, dan nitro crossing memberikan kesempatan kepada peserta untuk belajar bekerja sama, berkomunikasi, memimpin, serta memecahkan masalah secara kreatif. Selain itu, permainan kelompok juga berkontribusi dalam meningkatkan konsentrasi belajar, keterampilan sosial, dan keterampilan motorik sehingga sangat relevan diterapkan pada berbagai jenjang pendidikan maupun pelatihan organisasi.

DAFTAR PUSTAKA

- Ancok, D. (2002). *Outbound Management Training: Aplikasi Ilmu Perilaku dalam Pengembangan Sumber Daya Manusia*. Yogyakarta: UII Press.
- Gallahue, D. L., Ozmun, J. C., & Goodway, J. D. (2019). *Understanding Motor Development: Infants, Children, Adolescents, Adults* (8th ed.). New York: McGraw-Hill.
- Johnson, D. W., & Johnson, R. T. (2014). *Joining Together: Group Theory and Group Skills* (11th ed.). Boston: Pearson.
- Kolb, D. A. (2015). *Experiential Learning: Experience as the Source of Learning and Development* (2nd ed.). New Jersey: Pearson Education.
- Martin, B., & Wagstaff, M. (2012). *Contemporary Adventure Education*. Illinois: Human Kinetics.
- Priest, S., & Gass, M. A. (2018). *Effective Leadership in Adventure Programming* (3rd ed.). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Priyanto, A. (2017). Pengaruh Ice Breaking terhadap Motivasi Belajar Peserta Didik. *Jurnal Pendidikan*, 18(2), 112–120.

INDEKS

B

Briefing, 57

D

Debrief, 60

Disiplin, 108

E

Evaluasi Kegiatan, 124

Event Outbound, ii, v, 58

Experience, iii, 66, 68, 69, 70, 71, 72, 75, 76, 79, 88, 90, 145, 188

Experiential Learning, 16, 17, 18, 51, 90, 146, 175, 188, 197

F

Fasel, 55, 60

Fasilitator, iii, 55, 63, 121, 128, 130, 140, 141, 144, 145, 150, 151, 152, 153, 154, 155,
156, 157, 158, 159, 160, 161, 162, 163, 164, 165, 166, 169, 170, 171, 172

Form Concept, iii, 66, 68, 78, 88

Fun Games, 52

I

Ice Breaking, iii, iv, 59, 147, 148, 149, 150, 155, 159, 163, 168, 172, 173, 188

K

Kepemimpinan, iii, 17, 35, 99, 100, 103, 105, 106, 107, 108, 183, 186

Kepercayaan Diri, 146, 186

Kreativitas, 183

M

Master Games, 55, 58, 60

O

Observasi, 62, 139

Outbound, i, ii, iii, iv, v, 1, 4, 7, 10, 13, 16, 17, 18, 19, 21, 22, 23, 24, 26, 27, 29, 30, 33, 34, 35, 37, 38, 40, 41, 45, 48, 49, 51, 52, 53, 54, 55, 56, 57, 58, 59, 60, 61, 62, 63, 65, 68, 71, 90, 91, 92, 93, 94, 98, 99, 100, 102, 103, 106, 107, 108, 113, 114, 115, 116, 117, 119, 121, 122, 125, 127, 129, 135, 140, 141, 142, 143, 144, 145, 146, 147, 149, 177, 180, 182, 184, 188, 197

Outdoor Education, 17

Outdoor Learning, 17, 145

P

Pasca Outbound, ii, 52, 53, 61

Pendidikan Karakter, iii, 17, 92, 141, 144

Pra Outbound, ii, 52, 53

Problem Solving, 60, 99

Project Leader, 54, 57, 58

R

Reflect, iii, 66, 68, 73, 74, 88

Refleksi, ii, iii, 13, 68, 70, 73, 74, 75, 77, 121, 127, 139, 164, 166, 186

S

Safety, 125, 126, 127, 175

Solidaritas Kelompok, 98

Sosial, 17, 48, 71, 100, 112, 115, 146, 198

Sportivitas, 16

Standar Operasional Prosedur (SOP), 138

T

Tanggung Jawab, 97, 108

Team Building, iii, 26, 41, 46, 93, 96, 98, 175

Test Concept, iii, 66, 68, 84, 88

GLOSARIUM

A

Achievement Motivation Training (AMT): Program pelatihan yang bertujuan meningkatkan motivasi berprestasi, kepercayaan diri, dan pengembangan potensi individu.

Adventure Activity: Aktivitas petualangan yang dirancang untuk memberikan tantangan fisik dan mental sebagai sarana pembelajaran.

Adventure Games: Permainan yang mengandung unsur tantangan dan petualangan.

Adventure Learning: Pendekatan pembelajaran melalui aktivitas petualangan untuk mengembangkan kemampuan individu dan kelompok.

Analitis: Sifat atau kemampuan seseorang dalam memecahkan masalah secara logis dan sistematis dengan memecah informasi kompleks menjadi bagian-bagian yang lebih kecil.

Angka Berantai: Permainan menyebut angka secara berurutan untuk melatih fokus dan daya ingat.

Aktivitas Fisik: Setiap gerakan tubuh yang dihasilkan oleh otot rangka yang membutuhkan pengeluaran tenaga atau pembakaran energi.

B

Briefing: Pengarahan sebelum kegiatan dimulai.

C

Capacity Building: Proses meningkatkan kapasitas individu atau organisasi melalui pelatihan, pembelajaran, dan pengembangan kompetensi.

D

Debriefing: Proses diskusi dan refleksi setelah kegiatan outbound untuk mengidentifikasi pengalaman, pembelajaran, dan makna yang diperoleh peserta.

Desain Konsep Outbound: Perencanaan sistematis kegiatan outbound agar tujuan pembelajaran dapat tercapai.

Dinamika Kelompok: Interaksi antaranggota kelompok yang memengaruhi kerja sama, komunikasi, dan pencapaian tujuan bersama.

Disiplin: Sikap patuh terhadap aturan dan ketentuan.

E

Employee Development: Upaya sistematis dalam meningkatkan kompetensi, keterampilan, dan kinerja karyawan melalui berbagai program pengembangan.

Employee Gathering: Kegiatan yang mempertemukan karyawan dalam suasana nonformal untuk mempererat hubungan, meningkatkan motivasi, dan membangun kebersamaan.

Energizer: Aktivitas singkat untuk meningkatkan energi, semangat, dan motivasi peserta.

Estafet Pesan: Permainan menyampaikan pesan secara berantai antar peserta.

Evaluasi Kegiatan: Proses penilaian terhadap pelaksanaan dan hasil kegiatan.

Evaluator: Pihak yang menilai proses dan hasil kegiatan.

Experiential Learning: Model atau metode pembelajaran yang menekankan pengalaman langsung sebagai sumber utama dalam memperoleh pengetahuan, keterampilan, dan perubahan perilaku.

F

Fasilitator: Orang yang memandu dan mengarahkan jalannya kegiatan pembelajaran atau pelatihan.

Fasel (Fasilitator Experiential Learning): Profesi fasilitator experiential learning yang bertugas mendampingi peserta, memberikan instruksi permainan, serta membantu peserta menggali makna dari aktivitas outbound.

Find Someone Who: Permainan mencari peserta lain berdasarkan kriteria tertentu.

Freeze Game: Permainan berhenti bergerak saat aba-aba tertentu diberikan.

Fun Games: Permainan ringan yang bersifat menyenangkan.

G

Getting Acquainted: Aktivitas untuk membantu peserta saling mengenal satu sama lain.

H

Harness: Sabuk pengaman yang digunakan untuk aktivitas outbound tertentu.

Helm Keselamatan: Alat pelindung kepala yang digunakan untuk menjaga keselamatan peserta selama kegiatan.

Human Knot: Permainan kerja sama untuk mengurai posisi tangan tanpa melepaskan pegangan.

Human Potential: Potensi kemampuan yang dimiliki setiap individu untuk berkembang secara optimal melalui proses pembelajaran dan pengalaman.

I

Ice Breaking: Aktivitas atau permainan pembuka untuk mencairkan suasana dan membangun kenyamanan dalam kelompok.

Identitas Sosial: Jati diri seseorang yang terbentuk dalam lingkungan sosial.

Interaksi Sosial: Hubungan timbal balik yang dinamis antarindividu, antara individu dengan kelompok, atau antarkelompok.

K

Kepemimpinan (Leadership): Kemampuan atau proses seseorang dalam memengaruhi, memotivasi, mengarahkan, dan menggerakkan individu atau kelompok untuk bekerja sama mencapai tujuan bersama secara efektif dan efisien.

Kerja Sama Tim: Kemampuan bekerja bersama untuk mencapai tujuan kelompok.

Ketahanan Mental: Kondisi kesejahteraan emosional, psikologis, dan sosial yang mendukung kemampuan individu dalam menghadapi tekanan, tantangan, dan situasi kehidupan.

Keterampilan Sosial: Kemampuan berinteraksi dan bekerja sama secara efektif dengan orang lain.

Komunikasi: Proses penyampaian pesan, ide, informasi, atau perasaan dari pengirim (komunikator) kepada penerima (komunikan) agar terjadi kesamaan makna.

Komunikasi Interpersonal: Kemampuan berkomunikasi secara efektif antara individu.

Kreativitas: Kemampuan menghasilkan ide atau solusi baru dan bernilai.

Kurt Hahn: Tokoh pendidikan asal Jerman yang dikenal sebagai pelopor pendidikan karakter berbasis pengalaman dan salah satu tokoh utama dalam pendirian konsep Outward Bound.

L

Leadership: Kemampuan memimpin, mengarahkan, memengaruhi, dan memotivasi individu atau kelompok untuk mencapai tujuan bersama.

Learning by Experience: Proses belajar melalui pengalaman nyata.

Local Wisdom: Nilai-nilai kearifan lokal yang berkembang dan menjadi pedoman dalam kehidupan masyarakat setempat.

Lingkungan Belajar: Lingkungan tempat berlangsungnya proses pembelajaran yang melibatkan peserta didik, pendidik, aktivitas, serta sumber belajar.

M

Manajemen Risiko: Upaya sistematis untuk mengidentifikasi, menilai, mengendalikan, dan mengurangi risiko dalam suatu kegiatan.

Mediator: Pihak yang berperan sebagai penghubung dalam menciptakan komunikasi dan hubungan yang baik antara individu atau kelompok.

Motivator: Pihak yang memberikan dorongan, semangat, dan motivasi kepada peserta.

N

Nasionalisme: Sikap cinta, bangga, dan memiliki rasa tanggung jawab terhadap bangsa dan negara.

Name Toss: Permainan melempar bola sambil menyebut nama peserta lain.

O

Outdoor Activity: Aktivitas yang dilakukan di luar ruangan, khususnya yang melibatkan lingkungan alam atau ruang terbuka.

Outdoor Education: Pendekatan pendidikan yang memanfaatkan lingkungan alam sebagai media untuk mengembangkan pengetahuan, keterampilan, karakter, dan kepedulian terhadap lingkungan.

Outdoor Learning: Pembelajaran yang memanfaatkan pengalaman langsung di luar ruangan sebagai sumber belajar.

Outbound: Metode atau kegiatan pembelajaran luar ruang berbasis pengalaman dan permainan yang bertujuan mengembangkan karakter, kepemimpinan, kerja sama, dan keterampilan hidup.

Outward Bound: Organisasi pendidikan luar ruang yang didirikan pada tahun 1941 di Aberdovey, Wales, Inggris, yang menjadi salah satu cikal bakal perkembangan pendidikan petualangan dan outbound modern.

P

Partisipatif: Keterlibatan peserta secara aktif dan langsung dalam suatu kegiatan.

Pembelajaran: Proses interaksi antara peserta didik, pendidik, dan sumber belajar dalam suatu lingkungan tertentu untuk mencapai tujuan pembelajaran.

Pembelajaran Aktif: Pembelajaran yang melibatkan peserta secara langsung dalam proses belajar melalui aktivitas, diskusi, praktik, dan pengalaman.

Pembelajaran Bermakna: Pembelajaran yang memberikan pemahaman mendalam sehingga pengetahuan atau pengalaman dapat dikaitkan dengan kehidupan nyata.

Pembelajaran Berbasis Pengalaman: Pendekatan pembelajaran yang memberikan pengalaman nyata kepada peserta sebagai dasar proses belajar dan refleksi.

Pembelajaran Inovatif: Pembelajaran yang menggunakan pendekatan, metode, atau strategi kreatif dan baru untuk meningkatkan efektivitas proses belajar.

Pendidikan Karakter: Proses pembentukan nilai, sikap, kebiasaan, dan perilaku positif pada peserta didik.

Pengelolaan Kelompok: Kemampuan mengatur,

mengarahkan, dan mengoordinasikan kelompok agar dapat bekerja secara efektif untuk mencapai tujuan bersama.

Pelatihan Kepemimpinan (Leadership Training):

Program pelatihan yang dirancang untuk mengembangkan kemampuan memimpin, mengambil keputusan, berkomunikasi, dan bekerja sama.

Pemahaman Teoritis: Penguasaan dan kemampuan seseorang dalam menjelaskan, menganalisis, serta menafsirkan suatu fenomena atau informasi secara objektif berdasarkan konsep, prinsip, dan hukum yang berlaku.

Pembentukan Konsep: Proses kognitif dalam mengelompokkan objek, peristiwa, atau ide menjadi kategori tertentu berdasarkan karakteristik atau sifat yang sama.

Peserta: Individu yang mengikuti suatu kegiatan atau pelatihan.

Pola Perilaku: Serangkaian tindakan atau respons berulang yang dilakukan individu atau kelompok terhadap stimulus, lingkungan, maupun situasi tertentu.

Pertolongan Pertama (P3K): Penanganan awal terhadap kecelakaan, cedera, atau kondisi darurat sebelum mendapatkan penanganan medis lebih lanjut.

Problem Solving: Kemampuan mengidentifikasi, menganalisis, dan menyelesaikan suatu permasalahan secara efektif melalui proses berpikir kritis dan sistematis.

Prinsip: Asas, dasar, atau kebenaran fundamental yang dijadikan pedoman utama dalam berpikir, mengambil keputusan, dan bertindak.

Proses: Serangkaian tindakan, langkah, atau kejadian yang saling terkait untuk mencapai tujuan tertentu.

R

Refleksi: Proses meninjau kembali, mengevaluasi, dan

memaknai pengalaman yang telah dialami untuk memperoleh pembelajaran yang dapat diterapkan dalam kehidupan.

S

Safety: Prinsip dan upaya keselamatan yang diterapkan untuk mencegah atau mengurangi risiko kecelakaan dalam kegiatan outbound.

Simon Says: Permainan mengikuti instruksi hanya apabila instruksi tersebut diawali dengan perintah tertentu.

Simulasi: Kegiatan tiruan yang dirancang untuk melatih keterampilan, pengambilan keputusan, atau menghadapi situasi tertentu.

Soft Skills: Kemampuan nonteknis yang berkaitan dengan komunikasi, kerja sama, kepemimpinan, etika, kreativitas, pengelolaan diri, dan kemampuan berinteraksi dengan orang lain.

SOP (Standard Operating Procedure): Pedoman atau prosedur standar pelaksanaan kegiatan agar berjalan aman, teratur, konsisten, dan sesuai ketentuan.

Solidaritas: Rasa kebersamaan, kepedulian, dan saling mendukung dalam kelompok.

Sportivitas: Sikap jujur, adil, menghargai aturan, dan menghormati peserta lain dalam suatu kegiatan.

Strategi: Rencana komprehensif atau seni penggunaan seluruh sumber daya yang disusun secara cermat untuk mencapai tujuan jangka panjang.

T

Tanggung Jawab: Kesadaran untuk melaksanakan tugas, kewajiban, dan konsekuensi atas tindakan yang dilakukan.

Team Building: Serangkaian kegiatan yang dirancang untuk meningkatkan kekompakan, komunikasi, kepercayaan, kerja

sama, dan efektivitas sebuah tim.

Tepuk Konsentrasi: Permainan tepuk tangan yang bertujuan melatih fokus, konsentrasi, dan perhatian peserta.

Trust Building: Proses membangun rasa saling percaya antaranggota kelompok melalui aktivitas yang menuntut kerja sama, komunikasi, dan tanggung jawab.

Two Truths and a Lie: Permainan pengenalan dengan menyampaikan dua fakta dan satu kebohongan tentang diri sendiri untuk ditebak oleh peserta lain.

V

Nilai: Standar, ukuran, atau keyakinan mendasar yang dianut oleh seseorang atau kelompok mengenai apa yang dianggap baik, penting, indah, atau benar.

W

Wisata Edukatif: Kegiatan wisata yang memadukan unsur rekreasi dengan pengalaman belajar untuk meningkatkan pengetahuan, keterampilan, dan karakter peserta.

Z

Zip Zap Zop: Permainan komunikasi cepat dengan menyebutkan kata secara bergantian untuk melatih konsentrasi, kecepatan respons, dan interaksi kelompok.

BIODATA PENULIS



Dr. Sandra Arhesa, S.Si., M.Pd.

Dosen Program Studi Pendidikan Jasmani

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas
Majalengka

Penulis lahir di Tasikmalaya tanggal 19 November 1988. Ia menyelesaikan studi Sarjana Sains (2012), Magister Pendidikan (2015), dan Doktor Pendidikan Olahraga (2025) di Universitas Pendidikan Indonesia. Bidang keahliannya meliputi kepelatihan olahraga, ilmu keolahragaan, dan kesehatan olahraga. Beliau telah menghasilkan banyak karya tulis, termasuk 19 buku (seperti Buku Jago Renang, Anatomi Olahraga, Kepelatihan Sepak Bola, Anatomi Fisiologi Dasar, Rahasia *Open Water Swimming* dan *Freediving*, Suku Bajo dan Olahraga Air dalam Harmoni Lingkungan, Metodologi Latihan Olahraga Pendakian Gunung, dan Cabang Olahraga), artikel media massa Nasional, serta artikel penelitian terakreditasi Nasional dan Internasional. Arhesa juga aktif di kepengurusan olahraga, sebagai Owner, Ketua Umum dan Pelatih Kepala Arhesa Swimming Club, Owner Arhesa Aquatic Club, Sekretaris Umum Akuatik Indonesia Kabupaten

Bandung (2017-2021), Bidang Litbang Akuatik Indonesia Kabupaten Bandung (2025-sekarang), Ketua Yayasan Arhesa Pratami, Pengprov Bidang Pemasalan dan Pembudayaan Olahraga FMSI Jawa Barat (2024-sekarang), dan Ketua Umum FPMSI Kabupaten Bandung (2025-sekarang). Beliau dapat dihubungi melalui email: arhesa.reza@gmail.com.

BIODATA PENULIS



Baharuddin Hasan, S.Pd., M.Pd., AIFMO-P

Dosen Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga

Fakultas Ilmu Keolahragaan

Universitas Cenderawasih

Penulis lahir di Bade, Kabupaten Mappi tanggal 20 Desember 1994. Penulis adalah dosen tetap pada Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Universitas Cenderawasih dan Juga Dosen Luar Biasa (DLB) di Program Pendidikan Jasmani dan Kesehatan Universitas Papua Madani Jayapura. Menyelesaikan pendidikan S1 pada Jurusan Penjaskesrek FKIP UNCEN dan melanjutkan S2 pada program Pascasarjana Magister Pendidikan Olahraga di Universitas Cenderawasih. Pada masa kuliah penulis aktif dalam bidang organisasi kemahasiswaan baik di organisasi intra kampus maupun ekstra kampus. Penulis juga aktif dalam mengikuti pelatihan dan sertifikasi baik di tingkat Nasional maupun Internasional.

Selain itu, pada saat kuliah penulis aktif dalam berorganisasi baik intra kampus maupun ekstra kampus.

Penulis juga aktif mengikuti pelatihan dan sertifikasi untuk pengembangan diri. Pelatihan yang pernah diikuti

antara lain Pelatihan *Doping Control Officer* (DCO) Lembaga Anti Doping Indonesia tingkat Asia dan bertugas pada Asian Games dan Asian Para games. Pelatihan Ahli Ilmu Faal Massage Olahraga (AIFMO) dan Pelatihan Pelatih Fisik Level I Nasional.

BIODATA PENULIS



Hasbi Asyhari, S.Pd., M.Pd.

Dosen Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan
Rekreasi
Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan
Universitas Negeri Makassar

Penulis lahir di Sinjai tanggal 15 januari 1989. Penulis adalah dosen tetap pada Program Studi Pendidikan Jasmani kesehatan dan Rekreasi fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Makassar. Penulis menyelesaikan pendidikan S1 pada Program Studi Pendidikan Jasmani kesehatan dan Rekreasi dan melanjutkan S2 pada Program Pasca Sarjana Pendidikan jasmani dan Olahraga Universitas Negeri Makassar. Penulis menekuni bidang pertumbuhan dan perkembangan fisik anak usia sekolah serta aktif dalam penelitian tes komponen fisik atlet Sulawesi Selatan. Selain itu penulis aktif menjadi pengurus organisasi olahraga Propinsi Sulawesi Selatan antara lain: IPF (Indonesia Pickleball Federation) Propinsi Sulawesi Selatan dan PSI (Persatuan Squash Indonesia) Propinsi Sulawesi Selatan.

BIODATA PENULIS



I Gde Dhika Widarnandana, S.Psi., M.Psi., Psikolog

Dosen Program Studi Psikologi

Fakultas Kesehatan dan Sains, Universitas Dhyana Pura

Penulis Menempuh pendidikan dari Sekolah Dasar hingga Sekolah Menengah Atas di Mataram. Dhika kemudian melanjutkan pendidikan nya di S1 Program Studi Psikologi Universitas Udayana pada tahun 2010 dan S2 Magister Psikologi Profesi Universitas Gadjah Mada pada tahun 2015. Saat ini Gde Dhika merupakan Dosen mengambil peminatan di Bidang Psikologi Industri dan Organisasi. Dosen muda ini memiliki ketertarikan di dalam topik Desain dan Teknik Pelatihan khususnya di dalam pelatihan luar ruangan, atau yang biasa disebut dengan *Outbound*. Dhika memadukan antara metode permainan dengan konsep belajar dari pengalaman (*Experiential Learning*). Dhika juga aktif sebagai ahli di Lembaga AGET Development yang bergerak di bidang Psikologi dan Pengembangan Sumber Daya Manusia. Selain itu Dhika juga tergabung sebagai Anggota Bidang Diklat (Pendidikan dan Latihan) di Asosiasi Experiential Learning Bali. Dhika juga telah menerbitkan beberapa *book chapter*

yang berjudul Psikologi Sosial, Macam-Macam Psikologi, Psikologi Industri dan Organisasi, Manajemen Sumber Daya Manusia, Perilaku Organisasi, serta di tahun 2023 juga menerbitkan buku yang berjudul Merancang Pelatihan dengan Metode Outbound.

BIODATA PENULIS**Hartman Nugraha, S.Pd, M.Pd**

Dosen Program Studi Olahraga Rekreasi
Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan
Universitas Negeri Jakarta

Penulis lahir di Jakarta, 9 September 1974 dan merupakan dosen pada Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan UNJ sejak 2003. Penulis menyelesaikan Pendidikan S1 dan S2 pada jurusan Pendidikan Jasmani di almamaternya di Universitas Negeri Jakarta. Saat ini penulis sedang melanjutkan program doctoral di perguruan tinggi yang sama. Selain mengajar, penulis juga aktif di berbagai organisasi olahraga maupun komunitas, diantaranya ; sebagai anggota bidang binpres pada BAPOPSI DKI Jakarta, anggota litbang BAPOMI DKI Jakarta, anggota Asosiasi Pemandu Gunung Indonesia (APGI) dan Komite Olahraga Tradisional dan Permainan Rakyat Indonesia (KOTI). Selama berakarier sebagai akademisi, penulis juga menghasilkan beberapa karya diantaranya berupa buku ajar dan buku yang terkait dengan kegiatan outdoor activity. Selain itu, penulis juga telah menghasilkan beberapa karya ilmiah berupa jurnal nasional dan internasional bereputasi, serta menghasilkan HKI.

BIODATA PENULIS



Sucahyo Mas'an Al Wahid, S.Pd., M.Pd.

Dosen Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Borneo Tarakan. Penulis lahir di Samarinda tanggal 27 Maret 1990. Penulis adalah dosen tetap pada Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Borneo Tarakan. Menyelesaikan pendidikan S1 pada Jurusan Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi dan melanjutkan S2 pada Jurusan Pendidikan Olahraga. Beberapa karya buku yang telah dihasilkan sebagai berikut: Konsep Olahraga, Metodologi Penelitian Pendidikan, Paradigma Baru Pendidikan Tinggi, Strategi Pembelajaran di Era Kurikulum Merdeka, Pendidikan Kecakapan Hidup Sehat, dan Teknologi Olahraga. Penulis juga memiliki pengalaman menjadi konsultan Pendidikan Tahun 2022 dan 2023 mendampingi Balai Penjaminan Mutu Pendidikan (BPMP) Provinsi Kalimantan Utara dengan tema Transformasi pendidikan Kurikulum Merdeka, kemudian menjadi Enumerator Tahun 2017 Program INOVASI Indonesia-Australia dengan tema Mewujudkan Literasi Pendidikan Sekolah Dasar di Provinsi Kalimantan Utara.

BIODATA PENULIS



Ewan Irawan, S.Pd., M.Pd.

Dosen Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan
Rekreasi STKIP Taman Siswa Bima

Penulis lahir di Bima pada tanggal 08 Mei 1992. Penulis adalah dosen tetap pada Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi, STKIP Taman Siswa Bima. Menyelesaikan pendidikan S1 pada Jurusan Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi di Kampus STKIP Taman Siswa Bima dan melanjutkan S2 pada Jurusan Pendidikan Jasmani dan Olahraga di Kampus Universitas Negeri Makassar . Penulis menekuni bidang Menulis serta tugas tri dharma perguruan tinggi sejak aktif menjadi dosen tetap di STKIP Taman Siswa Bima tahun 2019. Penulis juga aktif di kepengurusan organisasi olahraga meliputi, Pengurus ASKAB PSSI Kabupaten Bima, Pengurus FOPI Kota Bima. Penulis berharap tulisan ini dapat memberikan kontribusi positif bagi seluruh masyarakat yang membaca tulisan ini.

BIODATA PENULIS



Hilman Yusup Juliaman, S. Pd

Mahasiswa Pendidikan Profesi Guru Studi Pendidikan
Jasmani

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas
Siliwangi

Penulis lahir di Tasikmalaya, tanggal 27 Juli 2002. Penulis menyelesaikan studi Sarjana Pendidikan Jasmani (2025) di Universitas Siliwangi. Memiliki minat yang besar pada pengembangan pembelajaran yang aktif, kreatif, dan menyenangkan melalui permainan edukatif, aktivitas luar ruang serta pendidikan karakter. Saat ini penulis terus mengembangkan kompetensi sebagai pendidik melalui Program Pendidikan Profesi Guru (PPG) Pra-Jabatan di Universitas Siliwangi. Penulis juga telah menyelesaikan Kurus Mahir Dasar Pembina Pramuka, yang menjadi bekal dalam membina peserta didik melalui kegiatan kepramukaan yang menanamkan nilai kepemimpinan, disiplin, tanggung jawab, gotong royong, dan kemandirian. Penulis dapat dihubungi melalui email: hilmanyusupjuliaman27@gmail.com

BIODATA PENULIS



Fizi Alafad

Mahasiswa Pendidikan Guru Sekolah Dasar Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Borneo Tarakan. Penulis lahir di Mansalong tanggal 25 Oktober 2002. Penulis adalah mahasiswa pada Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Borneo Tarakan. Menyelesaikan Pendidikan Sekolah Dasar Negeri 001 Lumbis, kemudian Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Lumbis, dan Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Lumbis. Penulis sedang menyelesaikan tugas akhir Skripsi sambil mengisi waktu luang untuk menulis buku. Semoga dapat bermanfaat dan sebagai bentuk luapan berpikir kritis dan pengalaman penulis sebagai mahasiswa yang dituangkan ke dalam bentuk tulisan buku.