

## BAB II

### KAJIAN PUSTAKA

#### A. Deskripsi Teori

##### 1. Keterampilan Sosial

###### a. Pengertian

Sebagai makhluk sosial, individu dituntut untuk mampu mengatasi segala permasalahan yang timbul sebagai hasil dari interaksi dengan lingkungan sosial dan mampu menampilkan diri sesuai dengan aturan atau norma yang berlaku. Oleh karena itu setiap individu dituntut untuk menguasai keterampilan sosial agar dapat menyesuaikan diri terhadap lingkungan sekitarnya (Thalib, 2010:159). Keterampilan sosial memiliki arti penting dalam membentuk hubungan pertemanan yang positif yang harus ditanamkan sejak usia dini. Keterampilan sosial merupakan sebagai bagian dari keterampilan hidup manusia, oleh karenanya pendidikan dan pola asuh yang tepat dapat mengembangkan keterampilan sosial anak.

Istilah keterampilan sosial merupakan terjemahan istilah bahasa Inggris “*social skill*”. Di samping istilah *social skill*, ada beberapa istilah yang memiliki arti yang sama dengan keterampilan sosial yakni *social competence* (kompetensi sosial), *interpersonal intelligence* (kecerdasan antar pribadi), *social development* (perkembangan sosial), dan *social intelligence* (kecerdasan sosial)

(Fauzi, 2013:105). Keterampilan sosial adalah kemampuan untuk berinteraksi dengan orang lain dalam konteks sosial dengan cara-cara tertentu yang dapat diterima atau dihargai secara sosial dan pada saat yang sama secara pribadi saling menguntungkan, atau bermanfaat terutama untuk orang lain.

Menurut Goleman (dalam Fauzi, 2013:106), kecerdasan sosial adalah kemampuan memahami orang lain dan bagaimana bereaksi terhadap berbagai situasi sosial yang berbeda. Goleman menekankan kecerdasan sosial pada kesadaran sosial dan kemampuan sosial pada diri seseorang untuk menjalin hubungan sosial dalam sebuah interaksi.

Perdani (2014: 131) mengemukakan bahwa, keterampilan sosial adalah kemampuan berkomunikasi, bekerja sama, berbagi, berpartisipasi, dan beradaptasi (bentuk simpati, empati, mampu memecahkan masalah serta disiplin sesuai dengan peraturan dan norma yang berlaku).

Keterampilan-keterampilan sosial tersebut meliputi kemampuan berkomunikasi, menjalin hubungan dengan orang lain, menghargai diri sendiri dan orang lain, mendengarkan pendapat atau keluhan dari orang lain, memberi atau menerima *feedback*, memberi atau menerima kritik, bertindak sesuai norma dan aturan yang berlaku, dan lain-lain (Syamsul, 2010:159).

Berdasarkan beberapa pendapat dapat disimpulkan bahwa keterampilan sosial adalah kemampuan seseorang untuk berkomunikasi, mengungkapkan setiap perasaan terhadap orang lain.

#### **b. Aspek-aspek Keterampilan Sosial**

Keterampilan sosial merupakan kompetensi yang sangat penting untuk dimiliki oleh setiap orang termasuk di dalamnya peserta didik, agar dapat memelihara hubungan sosial secara positif dengan keluarga, teman sebaya, masyarakat dan pergaulannya di lingkungan yang lebih luas. Terdapat beberapa macam aspek-aspek keterampilan sosial, menurut Buzan (dalam Fauzi, 2013:113) menyebutkan bahwa keterampilan sosial memiliki aspek-aspek sebagai berikut:

- 1) Tumbuh *social awareness* (kesadaran sosial), yaitu kemampuan individu dalam mengobservasi, melihat, dan mengetahui suatu konteks situasi sosial, sehingga mampu mengelola peristiwa yang terjadi di sekitarnya.
  - 2) Kemampuan *clarity*, yaitu kecakapan ide, efektivitas, dan pengaruh kuat dalam melakukan komunikasi dengan orang lain atau kelompok.
  - 3) Berkembang *emphaty*. Kemampuan individu melakukan hubungan dengan orang lain pada tingkat yang lebih personal.
  - 4) Terampil *interaction style*. Individu memiliki banyak skenario saat berhubungan dengan orang lain, luwes dan adaptif memasuki situasi yang berbeda-beda.
- Sementara Gresham dan Elliott (dalam Diahwati: 2016)

menjelaskan aspek-aspek keterampilan sosial sebagai berikut:

- 1) Kerjasama
  - a) Mendengarkan orang lain berbicara.

- b) Meminta izin sebelum menggunakan barang milik orang lain.
  - c) Menghindari perilaku yang menyebabkan masalah.
  - d) Mengerjakan tugas tepat waktu.
  - e) Membantu pekerjaan orang lain.
- 2) Asersi
- a) Menjalin pertemanan dengan mudah.
  - b) Meminta bantuan ketika membutuhkan.
  - c) Percaya diri dalam berinteraksi.
  - d) Ikut serta dalam kegiatan.
  - e) Suka rela dalam membantu
  - f) Mengungkapkan perasaan dengan tepat.
- 3) Tanggung Jawab
- a) Mengatakan hal yang baik.
  - b) Menunjuk kepedulian terhadap teman.
  - c) Menunggu giliran dalam suatu aktivitas.
  - d) Melaporkan sesuatu dengan tepat.
- 4) Empati
- a) Memahami perasaan orang lain.
  - b) Meminta bantuan atas masalah yang dihadapi.
  - c) Merasa kasihan terhadap hal buruk yang menimpa.
  - d) Mendengarkan teman yang bercerita tentang masalahnya.
  - e) Memberitahukan ketika seseorang melakukan hal baik.
  - f) Membela teman yang diperlakukan tidak adil.
  - g) Mendiskusikan suatu masalah atau pendapat dengan orang lain.
- 5) Kontrol Diri
- a) Mengabaikan godaan atau gangguan.
  - b) Menyatakan tidak setuju dengan tidak marah.
  - c) Menghindari hal-hal yang menyebabkan masalah.
  - d) Dapat menahan diri dari emosi.
  - e) Menolak sesuatu dengan sopan.

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa terdapat beberapa macam aspek dari keterampilan sosial salah satunya yaitu empati. Empati merupakan bagian terpenting dalam keterampilan sosial yang harus dimiliki seseorang, dengan sebuah empati seseorang dapat memahami apa yang sedang dirasakan orang lain seolah-olah dia berada pada posisi tersebut.

## 2. Hakekat Perilaku Empati

### a. Pengertian Perilaku

Perilaku adalah segala perbuatan atau tindakan yang dilakukan makhluk hidup dan pada dasarnya perilaku dapat diamati melalui sikap dan tindakan. Perilaku bersifat potensial yakni dalam bentuk pengetahuan, motivasi, dan persepsi. Sementara itu Notoatmodjo (2012: 131) mengemukakan perilaku adalah tindakan atau aktivitas dari manusia itu sendiri yang mempunyai bentangan sangat luas antara lain: berjalan, berbicara, menangis, tertawa, bekerja, kuliah, menulis, membaca, dan sebagainya. Perilaku merupakan semua kegiatan atau aktivitas manusia, baik yang dapat diamati langsung, maupun yang tidak dapat diamati oleh pihak luar. Perilaku baru terjadi apabila ada sesuatu yang diperlukan untuk menimbulkan reaksi yang disebut rangsangan.

Menurut Skinner (dalam Notoatmodjo, 2012: 131-132) mengemukakan bahwa perilaku manusia merupakan respons atau reaksi seseorang terhadap stimulus (rangsangan dari luar). Perilaku terjadi melalui proses adanya stimulus terhadap organisme, dan kemudian organisme tersebut merespon. Perilaku manusia sebagian besar ialah perilaku yang dibentuk dan dapat dipelajari. Walgito (2003: 34) mengemukakan bahwa perilaku dapat terbentuk melalui beberapa cara, yaitu sebagai berikut:

1. Kebiasaan, salah satu cara pembentukan perilaku yaitu dengan kebiasaan. Seseorang dapat membiasakan diri untuk berperilaku seperti yang diharapkan sehingga terbentuklah sebuah perilaku. Misalnya menggosok gigi sebelum tidur.
2. Pengertian, selain dengan sebuah kebiasaan melalui pengertian ini perilaku seseorang dapat terbentuk. Misalnya bila naik sepeda motor harus memakai helm agar tidak terjadi hal yang tidak diinginkan.
3. Penggunaan model, pembentukan perilaku dapat juga dengan cara penggunaan suatu model. Misalnya seorang anak mempunyai panutan yang dapat dijadikan sebagai contoh berperilaku dengan baik.

Perilaku manusia berbeda antara satu dengan lainnya. Terdapat beberapa hal yang mempengaruhi perilaku seseorang, sebagian terletak dalam diri individu dan sebagian terletak diluar individu. Lawrence (dalam Notoatmodjo, 2007:16) mengemukakan bahwa perilaku dipengaruhi oleh beberapa faktor sebagai berikut:

1. Faktor predisposisi, faktor-faktor ini mencakup tentang pengetahuan dan sikap seseorang terhadap sebuah rangsangan atau stimulus yang didapatkan.
2. Faktor pemungkin, faktor ini mencakup keetersediaan sarana dan prasarana sebagai penunjang terjadinya sebuah perilaku yang terjadi pada seseorang.

3. Faktor penguat, faktor ini meliputi sikap dan perilaku tokoh masyarakat, tokoh agama. Sikap dan perilaku dari seorang tersebut yang membuatnya menirukan apa yang dilakukan oleh panutannya.

Dari beberapa uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa perilaku adalah semua kegiatan atau aktivitas manusia baik yang diamati secara langsung maupun tidak langsung. Seseorang berperilaku karena adanya tujuan tertentu. Dengan adanya kebutuhan dari diri seseorang maka akan muncul stimulus yang menjadikan seseorang melakukan sesuatu.

#### **b. Pengertian Empati**

Asal kata empati dimulai pada tahun 1880-an, ketika psikolog Jerman menciptakan istilah "*einfihlung*" yang berarti perasaan untuk menggambarkan apresiasi emosional terhadap perasaan orang lain. Empati telah lebih jauh digambarkan sebagai proses pemahaman pengalaman subyektif seseorang dengan membagikan secara bergantian (Ioannidou, 2008:119). Secara etimologi berasal dari kata Yunani *empathia*, yang berarti memasuki perasaan orang lain atau ikut merasakan keinginan atau kesedihan seseorang (Howe, 2015:15).

Taufik (2012: 38) berpendapat bahwa empati merupakan suatu aktivitas untuk memahami apa yang sedang dipikirkan dan dirasakan orang lain, serta apa yang dipikirkan dan dirasakan oleh yang bersangkutan terhadap kondisi yang dialami orang lain, tanpa

kehilangan kontrol dirinya. Terlepas dari aktivitas untuk memahami orang lain tersebut setiap individu juga harus tetap mempertimbangkan kontrol dirinya, sehingga individu secara sadar bisa melakukan empati dengan tidak mengikuti dalam suasana orang lain melainkan memahami apa yang dirasakan orang lain.

Empati perlu ditanamkan pada seseorang sejak kecil. Melalui empati, seseorang akan mempunyai keinginan untuk memahami kondisi orang lain seolah dia sedang mengalami apa yang sedang orang lain merasakan. Pernyataan tersebut diperkuat Kohut (dalam Taufik, 2012: 40) mengartikan bahwa empati ialah suatu proses dimana seorang berpikir mengenai kondisi orang lain yang seakan-akan dia berada pada posisi orang lain.

Pernyataan di atas dapat dimaknai bahwa empati melatih seseorang berpikir objektif tentang kehidupan yang dialami orang lain. Empati membuat seseorang menjadi tahu bagaimana kondisipsikologis orang lain, sehingga seseorang dapat memahami apa yang sedang dipikirkan dan dirasakan orang lain. Empati bukan hanya untuk mengetahui apa yang sedang dirasakan orang lain dan merasakan apa yang sedang dirasakan orang lain, tetapi juga harus dapat mengomunikasikan dengan cara sikap yang baik dan pemahaman kita tentang pengalaman emosional orang lain tersebut.

Menurut Baron (dalam Azzet, 2014:68) empati adalah kemampuan seseorang untuk bereaksi terhadap emosi negatif atau positif orang lain seolah-olah emosi itu dialami sendiri. Sementara Davis (dalam Taufik, 2012:175) mengemukakan bahwa empati ialah reaksi-reaksi individu terhadap situasi yang terlihat pada orang lain. Empati ini terdiri atas beberapa dimensi yang berbeda yaitu ada kemampuan kognitif untuk mengambil persepektif orang lain dan kecenderungan untuk memperhatikan orang lain yang dapat menimbulkan empati emosional.

Berdasarkan berbagai uraian di atas, maka dapat di ambil kesimpulan bahwa empati adalah kemampuan seseorang untuk menempatkan diri dalam posisi orang lain, memahami pikiran dan perasaan orang lain, serta mampu melihat situasi atau peristiwa yang terjadi pada orang lain.

### **c. Tahap-tahap Perkembangan Empati**

Pada dasarnya setiap anak sudah memiliki kemampuan berempati. Perilaku empati pada anak sudah muncul sejak dini, dalam perkembangannya terdapat tahap-tahap kemampuan empati seseorang. Hoffman (dalam Borba, 2008:43) mengemukakan tahap-tahap empati sebagai berikut:

#### **1) Empati Umum (bulan-bulan pada awal kelahiran)**

Pada tahap ini, seseorang anak belum mampu membedakan antara diri sendiri dengan peristiwa yang terjadi di lingkungannya. Anak tidak dapat memahami apa yang

dialami orang lain karena menganggap penderitaan orang lain sebagai bagian dalam dirinya.

2) Empati Egosentris (mulai usia 1 tahun)

Pada tahap ini, anak sudah mulai memahami bahwa ketidaknyamanan atau penderitaan orang lain tidak otomatis menjadi penderitanya. Perkembangan kognitif yang belum matang pada tahap ini membuat anak tidak begitu yakin dengan apa yang harus mereka perbuat sehingga menyebabkan kebingungan empatik. Anak-anak seusia ini belum dapat melakukan apa yang seharusnya dilakukan.

3) Empati Emosional (usia 2-6 tahun)

Pada tahap ini, anak mulai mengembangkan kemampuan dalam memerankan orang lain dengan mulai memahami apabila perasaan seseorang mungkin berbeda dengan perasaannya. Anak sudah dapat mengetahui sumber-sumber penderitaan orang lain dengan baik sehingga mulai dapat memberikan bantuan dan menunjukkan dukungannya kepada orang lain dengan cara yang sederhana.

4) Empati Kognitif (usia 6-10 tahun)

Pada tahap ini seorang anak mulai dapat memahami suatu persoalan dari sudut pandang orang lain dan berbuat sesuai dengan hal tersebut. Peningkatan usaha dalam mendukung dan membantu orang lain sudah semakin terlihat.

#### 5) Empati Abstrak (usia 10-12 tahun)

Menjelang berakhirnya masa kanak-kanak, seorang anak mulai memperluas empatinya melampaui hal-hal yang diketahui secara pribadi. Anak mengembangkan empatinya tidak hanya kepada orang yang mereka kenal, tetapi meluas termasuk masyarakat atau orang yang belum pernah mereka jumpai.

Perilaku empati pada seseorang telah terlihat sejak masih anak-anak. Pada saat berusia satu tahun anak sudah mulai mengerti apa yang dirasakan seseorang namun belum dapat melakukan apa yang seharusnya dilakukan. Dalam perkembangannya kemampuan empati seseorang akan meningkat seiring dengan bertambahnya usia.

#### d. Proses Empati

Perilaku empati merupakan sikap yang sangat penting untuk menjalin hubungan dengan orang lain. Sebagai sebuah sikap yang kompleks, pembentukan sikap empati melewati beberapa proses. Menurut Davis (Taufik, 2012: 53) menggolongkan proses empati ke dalam empat tahapan, yaitu *antecedents*, *processes*, *intepersonal outcomes*, dan *intrapersonal outcomes*:

##### 1) *Antecedents*

Yang dimaksud *antecedent*, yaitu kondisi-kondisi yang mendahului sebelum terjadinya empati. Meliputi karakteristik observer (personal), target atau situasi yang terjadi saat itu.

Kemampuan empati yang tinggi, salah satunya dipengaruhi oleh kapasitas intelektual untuk memahami apa yang dipikirkan dan dirasakan oleh orang lain. Riwayat pembelajaran individu sebelumnya termasuk sosialisasi terhadap nilai-nilai yang terkait dengan empati.

## 2) *Processes*

Terdapat tiga jenis proses empati, yaitu *non-cognitive processes*, *simple cognitive processes* dan *advance cognitive processes*. Pertama *non-cognitive processes*, pada proses ini terjadinya empati disebabkan oleh proses-proses non kognitif, artinya tanpa memerlukan pemahaman terhadap situasi yang terjadi. Kedua, *simple cognitive processes*, pada jenis empati hanya membutuhkan sedikit proses kognitif. Misalnya bila seseorang melihat tanda-tanda kurang nyaman pada orang lain atau juga pada saat itu antara observer dan target keduanya sama-sama berada pada situasi yang kurang nyaman akan membuat observer mudah berempati. Ketiga, *advance cognitive processes*, berbeda halnya dengan proses pertama dan kedua, pada proses ini kita dituntut untuk mengerahkan kemampuan kognitif kita.

## 3) *Intrapersonal Outcomes*

Hasil dari proses berempati salah satunya adalah hasil *intrapersonal*, terdiri atas dua macam: *affective outcomes* dan *non affective outcomes*. *Affective outcomes* terdiri atas reaksi-

reaksi emosional yang dialami oleh observer dalam merespons pengalaman-pengalaman target.

*Affective outcomes* dibagi lagi ke dalam dua bentuk, yaitu *parallel* dan *reactive outcomes*. *Parallel outcomes* sering disebut dengan *emotion matching*, yaitu adanya keselarasan antara yang kita rasakan dengan yang dirasakan atau dialami oleh orang lain. *Reactive outcomes* didefinisikan sebagai reaksi-reaksi afektif terhadap pengalaman-pengalaman orang lain yang berbeda. Tidak semua hasil-hasil intrapersonal berupa *affective outcomes*. Dalam beberapa kasus juga berbentuk *non affective outcomes* atau *cognitive outcomes*. Misalnya akurasi empati, empati yang akurat banyak didasarkan pada proses-proses kognitif, karena observer secara cermat menangkap dan menganalisis situasi yang dihadapi.

#### 4) *Interpersonal Outcomes*

*Interpersonal Outcomes* berdampak kepada hubungan antara observer dengan target. Salah satu bentuk dari *interpersonal outcomes* adalah munculnya *helping behavior* (perilaku menolong), selain perilaku menolong empati juga berhubungan negatif dengan perilaku agresif. Semakin baik akurasi empati maka akan semakin kecil terjadinya perilaku agresif.

Dari penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa berempati mempunyai proses untuk saling memahami apa yang dipikirkan

dan dirasakan orang lain. Berempati membuat sikap afektif seseorang meningkat karena berusaha bereaksi terhadap pengalaman orang lain. Apabila seseorang mempunyai perilaku empati yang baik maka akan semakin kecil seseorang berperilaku agresif.

#### e. Manfaat Empati

Empati sangatlah penting dalam diri manusia, kehidupan akan berjalan lebih tenang, tentram, dan damai. Ketika seseorang mampu berempati kepada orang lain, maka ia akan merasakan manfaat empati. Manfaat empati tidak hanya bisa dirasakan diri sendiri, namun juga bisa dirasakan oleh semua orang. Davis dalam Howe (2015: 324) mengemukakan manfaat empati sebagai berikut:

- 1) Individu – individu yang baik dalam pengambilan perspektif, melihat dan mengakui perasaan dari sudut pandang orang lain akan membantu menjauhkan konflik *sosial*.
- 2) Empati cenderung menghasilkan komunikasi yang lebih baik, lebih akurat dan lebih konstruktif.
- 3) Empati membuat orang menjadi lebih baik budi, perhatian, dan cenderung bijaksana.
- 4) Para empatisan yang baik cenderung mengevaluasi hubungan-hubungan mereka secara positif.

Kemampuan empati yang dimiliki setiap orang dapat membuat komunikasi menjadi lebih baik. Berempati menjadikan seseorang menjadi lebih memahami apa yang sedang dirasakan orang lain dan mampu menyelesaikan masalah yang terjadi secara positif. Apabila hubungan seseorang dengan orang lain dibangun dengan sebuah empati, maka akan terjalin hubungan yang hangat,

kompak, mudah menyatukan visi dan misi untuk mencapai sebuah tujuan (Azzet, 2014:68).

#### **f. Faktor Penunjang dan Penghambat Empati**

Empati dapat menjadikan seseorang mudah bersosialisasi dengan orang lain. Tentunya dalam berempati terdapat faktor keberhasilan dan faktor penghambat. Borba (2008:38-39) menjelaskan faktor penunjang dan penghambat empati seperti berikut:

##### 1) Faktor Penunjang

Untuk meningkatkan empati dalam diri seseorang perlu adanya faktor – faktor penunjang yang dapat menyebabkan empati menjadi meningkat. Terdapat sembilan faktor sebagai penunjang empati. Faktor penunjang yang *pertama*, usia yang semakin bertambah maka kemampuan memahami perasaan orang lain akan semakin meningkat sehingga dengan bertambahnya usia anak kemampuan empati anak semakin tinggi. *Kedua gender*, anak akan lebih berempati terhadap teman yang mempunyai persamaan gender karena mereka merasa memiliki banyak persamaan. *Ketiga Intelegensia*, anak yang cerdas biasanya lebih mampu menempatkan diri untuk bersosialisasi dengan orang lain. *Keempat* pemahaman emosional, anak yang pintar mengekspresikan diri akan lebih mampu untuk memahami orang lain. *Kelima* orang tua yang berempati, anak selalu mencontoh perilaku dari orang tua

sehingga orang tua harus menjadi tauladan yang baik sehingga empati dalam diri anak juga dapat meningkat. *Keenam* rasa aman secara emosional akan menjadikan anak mudah menyesuaikan diri dan mudah juga untuk berempati. *Ketujuh* temperamen, anak yang mudah bergaul akan lebih mudah untuk berempati. *Kedelapan* persamaan kondisi, anak akan lebih mudah berempati terhadap orang yang memiliki kondisi yang sama dengannya. *Kesembilan* ikatan, anak lebih mudah berempati kepada orang tua atau temannya yang sudah memiliki hubungan yang dekat.

2) Faktor Penghambat

- a) Kehadiran orang tua secara emosional, banyaknya orang tua yang bekerja membuat mereka tidak mempunyai waktu untuk bermain dengan anaknya membuat .
- b) Ketiadaan keterlibatan ayah, apabila ayah ikut terlibat dalam pengasuhan ketika anak berusia lima tahun, ketika anak tersebut beranjak dewasa, empati mereka akan terlihat berbeda dibanding dengan mereka yang tidak mendapatkan perhatian dari ayahnya.
- c) Kekerasan di media, maraknya media seperti televisi, ponsel, dan permainan yang menunjukkan hal negatif seperti kekerasan, kejahatan dapat mempengaruhi perilaku anak. Anak akan cenderung belajar meniru apa yang dilihatnya. Dalam hal ini pendampingan orang tua sangat

diperlukan karena orangtua dapat mengajak anak untuk mendiskusikan apa yang akan ditirukan.

- d) Ketabuan mengungkapkan perasaan pada anak laki-laki, orang tua lebih mendiskusikan perasaan kepada anak perempuan mereka dibandingkan dengan anak laki-laki. Orang tua mendorong anak perempuan untuk mengungkapkan perasaannya, sementara anak laki-laki diajarkan untuk menyembunyikan perasaan mereka. Dengan melihat kenyataan tersebut, laki-laki mengalami kesulitan berempati dengan orang lain.

Adanya faktor-faktor penghambat dan pendukung empati di atas haruslah dimanfaatkan sebaik-baiknya. Seorang guru harus bijaksana agar faktor penghambat empati dapat dikurangi dan meningkatkan perkembangan empati siswa.

### **3. *Outbound***

#### **a. Pengertian *outbound***

Akhir-akhir ini, kegiatan *outbound* telah mengundang berbagai organisasi, lembaga, dan perusahaan menyelenggarakan kegiatan *outbound*. Bahkan saat ini metode *outbound* sudah banyak dilirik dunia pendidikan dengan dijadikan sebagai sistem pendidikan alternatif berbasis alam, dimana proses pengajaran dilakukan di alam terbuka (Asti, 2009:12). Menurut Susanta (2010: 8) secara teori, *outbound* adalah kegiatan diluar ruangan yang

bertujuan untuk relaks dan santai, dengan melakukan rangkaian petualangan atau permainan yang relatif ringan. Pendapat tersebut juga didukung oleh Asti (2009: 11) *outbound* adalah kegiatan di luar ruangan atau di alam terbuka (*outdoor*) yang menyenangkan dan penuh tantangan. Bentuk kegiatannya berupa simulasi kehidupan melalui permainan-permainan yang kreatif, rekreatif, dan edukatif dengan tujuan pengembangan diri maupun kelompok.

Pengertian di atas dapat dipahami bahwa *outbound* merupakan kegiatan penambah wawasan pengetahuan yang didapatkan dari serangkaian pengalaman permainan dan petualangan di luar ruangan yang menyenangkan sehingga dapat meningkatkan semangat dan kreativitas.

Menurut Susanta (2010: 18-19) *outbound* adalah metode pengembangan diri melalui kombinasi rangkaian kegiatan, ber aspek psikomotorik, kognitif, dan afektif dalam pendekatan pembelajaran melalui pengalaman. Metode *outbound* sudah banyak digunakan dalam dunia pendidikan karena dapat meningkatkan kesuksesan belajar. Senada dengan pernyataan tersebut Ancok (2006: 2) mengemukakan bahwa lembaga pendidikan yang menerapkan metode *outbound* dalam proses pengajaran dinilai dapat memberikan kontribusi positif dalam kesuksesan belajar siswa.

Dari beberapa pengertian di atas maka dapat disimpulkan bahwa *outbound* adalah kegiatan pendidikan yang dilakukan diluar ruangan atau di alam terbuka dengan berbasis petualangan yang menyenangkan dan penuh tantangan. Bentuk kegiatannya berupa permainan yang kreatif, rekreatif, dan edukatif baik secara individu, maupun kelompok.

Menurut As'adi (2010: 29) kegiatan *outbound* dilakukan dengan permainan-permainan yang sesuai dengan mata pelajaran sehingga siswa dapat langsung praktik, tidak hanya diperkenalkan dengan melalui teori-teori belaka.

#### **b. Model Pembelajaran *Outbound***

Kegiatan pembelajaran di alam terbuka sudah dikenal sejak zaman dahulu. Menurut Susanta (2010: 4), ide pendidikan di alam terbuka dengan metode belajar dari pengalaman (*experiential learning*) sudah dikenal oleh filsuf Yunani Aristoteles yang mengatakan bahwa pentingnya belajar dari pengalaman. Kegiatan pembelajaran melalui *outbound* merupakan salah satu proses belajar yang efektif. Sementara itu Asti (2009:12) mengemukakan bahwa metode *outbound* banyak digunakan didunia pendidikan, dimana proses pengajarannya dilakukan di alam terbuka.

Menurut As'adi (2010: 29) kegiatan *outbound* dilakukan dengan permainan-permainan yang sesuai dengan mata pelajaran

sehingga siswa dapat langsung praktik, tidak hanya diperkenalkan dengan melalui teori-teori belaka.

Kegiatan pembelajaran melalui *outbound* merupakan salah satu proses belajar yang efektif. Boyyet dan Boyyet (dalam Ancok, 2003: 6) berpendapat bahwa setiap proses belajar yang efektif memerlukan tahapan sebagai berikut:

1) Pembentukan pengalaman,

Pada tahapan ini peserta dilibatkan dalam suatu kegiatan atau permainan bersama orang lain. Kegiatan ini adalah salah satu bentuk pemberian pengalaman secara langsung pada seseorang. Pengalaman tersebut dijadikan sebagai wahana untuk menimbulkan pengalaman intelektual, pengalaman emosional, dan pengalaman yang bersifat fisik.

2) Perenungan pengalaman

Kegiatan ini bertujuan untuk memproses pengalaman yang diperoleh dari kegiatan yang telah dilakukan. Setiap orang dalam tahapan ini melakukan refleksi tentang pengalaman pribadi yang dirasakan pada saat kegiatan berlangsung.

3) Pembentukan konsep

Pada tahap ini seseorang mencari makna dari pengalaman intelektual, emosional, dan fisik yang diperoleh dari kegiatan sebelumnya. Tahap ini dilakukan sebagai lanjutan dari tahap refleksi.

#### 4) Pengujian konsep

Pada tahap ini peserta *outbound* diajak untuk merenungkan dan mendiskusikan sejauh mana konsep yang telah terbentuk pada tahap sebelumnya dapat diterapkan dalam kehidupan sekitar.

#### c. Jenis-jenis *outbound*

Kegiatan *outbound* dikemas dalam belajar melalui pengalaman langsung. Jenis *outbound* di bagi menjadi dua macam, menurut Susanta (2010: 11) mengemukakan sebagai berikut:

##### 1) *Real outbound*

Merupakan kegiatan dimana peserta memerlukan ketahanan dan tantangan fisik besar untuk menjalani petualangan yang mendebarkan dan penuh tantangan. Kegiatan ini penuh dengan tantangan, seperti *jungle survival*, mendaki gunung, panjat tebing atau kegiatan di arena tali. *Real outbound* memerlukan tempat khusus untuk pelaksanaannya. Selama kegiatan berlangsung harus didampingi instruktur yang ahli karena jenis *outbound* ini termasuk dalam kategori *outbound* yang beresiko tinggi (*high impact*).

##### 2) *Fun outbound*

Merupakan kegiatan di alam terbuka yang hanya melibatkan permainan ringan, menyenangkan, dan beresiko kecil atau sedang. Bentuk permainan yang diberikan bersifat

kreatif, edukatif, dan rekreatif baik secara individual maupun kelompok. Kegiatan ini bermanfaat dalam perkembangan peserta didik khususnya dari segi sosial atau interaksi dengan sesama. As'adi (2009: 59) menyebutkan manfaat *fun outbound* adalah untuk meningkatkan keterampilan sosial seperti membangun karakter, sifat kepemimpinan, dan kemampuan kerja sama kelompok.

#### **d. Manfaat *outbound***

Kegiatan *outbound* tentunya memiliki banyak manfaat untuk individu maupun kelompok. *Outbound* tidak hanya menyajikan permainan dan tujuan-tujuan tertentu, tetapi juga memberikan manfaat yang sangat beragam. As'adi (2009:41) mengatakan manfaat *outbound* yaitu meningkatkan keberanian dalam bertindak maupun berpendapat, membentuk pola pikir yang kreatif, dan meningkatkan kecerdasan emosional dan spiritual dalam berinteraksi. Melalui *outbound* ini akan menambah pengalaman hidup seseorang menuju lebih dewasa. Pengalaman dalam kegiatan *outbound* memberikan masukan yang positif dalam perkembangan hidup seseorang. Menurut Susanta (2010:7-8) menyebutkan manfaat *outbound* sebagai berikut:

- 1) Melatih ketahanan mental dan pengendalian diri.
- 2) Menumbuhkan empati.
- 3) Melahirkan semangat kompetisi yang sehat.
- 4) Meningkatkan jiwa kepemimpinan
- 5) Melihat kelemahan orang lain bukan sebagai kendala
- 6) Meningkatkan kemampuan mengambil keputusan dalam situasi sulit secara cepat dan akurat

- 7) Membangun rasa percaya diri
- 8) Meningkatkan rasa kebutuhan akan pentingnya kerja tim untuk mencapai sasaran secara optimal.
- 9) Mempererat kekompakan antar siswa
- 10) Sikap pantang menyerah dan menumbuhkan rasa percaya diri dalam siswa.
- 11) Mengasah kemampuan bersosialisasi.
- 12) Meningkatkan kemampuan mengenai diri dan orang lain.

Sementara Asti (2009: 22) mengemukakan bahwa manfaat *outbound* yaitu :

- 1) Komunikasi efektif.
- 2) Pengembangan tim
- 3) Pemecahan masalah
- 4) Kepercayaan diri
- 5) Kepemimpinan
- 6) Kerja sama
- 7) Permainan yang menyenangkan
- 8) Melatih konsentrasi
- 9) Melatih kejujuran.

Berdasarkan penjelasan di atas, kegiatan *outbound* mempunyai manfaat yang beragam. Mulai dari menambah pengalaman baru, memacu keberanian, membangun rasa kebersamaan, memahami setiap kelebihan maupun kekurangan diri sendiri maupun orang lain. Manfaat yang diperoleh bukan hanya menguntungkan diri sendiri namun orang-orang disekitarnya juga merasakan manfaatnya.

#### **4. Karakteristik Siswa Hiperaktif ADD (*Attention Deficit Disorder*).**

Dewasa ini banyak kalangan medis yang menyebutkan anak dengan gejala *Attention Deficit Disorder* merupakan anak hiperaktif. Hiperaktif merupakan suatu gejala, bukan merupakan sebuah penyakit. Anak dengan *Attention Deficit Disorder* sementara tidak dianggap sebagai ketidakmampuan belajar, tetapi sewaktu-waktu dapat

mengganggu aktifitas belajar mereka. Gangguan yang sering kali menjadi masalah diantaranya tidak dapat duduk diam, fokus, dan tidak mengikuti instruksi yang diberikan. Banyak istilah atau sebutan nama hiperaktif atau *Attention Deficit Disorder*, antara lain *minimal cerebral dysfunction*, *minimal cerebral palsy*, dan *Attention Deficit Disorder with hyperactivity*.

Anak dengan *Attention Deficit Disorder* selalu mendapat kesulitan sekolah. Mereka sering gagal dalam melakukan hubungan sosial baik dalam kegiatan belajar di dalam kelas maupun di luar kelas. Perilaku anak *Attention Deficit Disorder* yang cenderung seenaknya sendiri seringkali mengalami kesulitan untuk menjalin hubungan *interpersonal* dengan orang lain, baik orang tua, teman sebaya dan lingkungan sekitarnya. Perilaku anak *Attention Deficit Disorder* sebenarnya tidak disadari dan diolah secara benar di otaknya sehingga seringkali mengalami kesulitan saat belajar. Secara garis besar anak *Attention Deficit Disorder* seringkali mengalami gangguan dalam proses pembelajaran dan sosialisasi dengan orang lain karena kurang fokus pada apa yang sedang dilakukannya. Santoso (2010:57) menyebutkan tiga karakteristik utama *Attention Deficit Disorder* sebagai berikut:

- a. Berbicara tanpa berhenti dan tidak bisa duduk diam. Berbeda dengan anak lainnya, anak *Attention Deficit Disorder* akan selalu bergerak dan sulit diam.

- b. Terus-menerus gelisah dan menggeliat.
- c. Pendiam/penghayal, anak dengan *Attention Deficit Disorder* ini terkadang hanya duduk diam dan menatap ke luar angkasa.

Sementara itu *Encyclopedia of Spesial Education* (dalam Suharmini: 29-30) mengemukakan ciri-ciri anak yang tergolong tipe *Attention Deficit Disorder* sebagai berikut:

- a. Mengalami gangguan perkembangan pada kemampuan untuk memusatkan perhatian. Anak akan selalu gagal dalam melakukan aktivitasnya, perilakunya akan kacau, sulit untuk berkonsentrasi.
- b. Anak kesulitan dalam mengorganisasi perilaku, anak juga kesulitan untuk menunggu giliran, berbuat sebelum berpikir, dan sering berpindah dari aktivitas satu ke aktivitas lain.

Anak yang menderita ADD/ADHD baru terasa bermasalah ketika sudah masuk *playgroup*/sekolah. Anak ADD/ADHD mengalami kesulitan dalam memusatkan perhatian sehingga tidak dapat menyelesaikan tugas-tugas yang diberikan kepadanya secara baik. Anak ADD/ADHD juga mengalami kesulitan dalam bermain bersama temannya karena tidak memiliki perhatian yang baik. Anak dengan tanda dan gejala ADD juga cenderung *moody* dan emosional bereaksi berlebihan. Akibatnya, orang yang melihat akan mengira anak tersebut tidak sopan, aneh, dan membutuhkan perhatian.

## 5. Pengembangan Karakter Melalui Kegiatan di Luar Kelas

Pembelajaran adalah suatu kegiatan kreatif dalam mendesain dan mengondisikan lingkungan anak-anak untuk belajar. Guru dalam melakukan pembelajaran harus mampu mendesain dan mengondisikan lingkungan yang sedemikian rupa kreatifnya untuk anak-anak agar dapat dikondisikan untuk melaksanakan kegiatan belajar-mengajar. Lingkungan adalah tempat belajar yang sesungguhnya bagi anak, lingkungan adalah sistem informasi dan ilmu pengetahuan bagi anak. Kurniawan (2017: 69) mengatakan bahwa tugas seorang guru dalam kegiatan pembelajaran adalah mampu mendesain, merekayasa dan mengeksplorasi lingkungan belajar yang menarik bagi anak-anak. Kegiatan di luar kelas mampu menciptakan kondisi lingkungan psikologis dan sosial yang mampu meningkatkan fokus dan motivasi anak-anak untuk belajar. Sementara itu Uno (2011: 137) mengemukakan bahwa belajar dengan menggunakan lingkungan memungkinkan siswa menemukan hubungan yang sangat bermakna antara ide-ide abstrak dan penerapan praktis di dalam konteks dunia nyata. Kegiatan di luar kelas dapat menanamkan berbagai nilai pendidikan berbasis karakter kepada siswa karena anak akan lebih banyak melakukan kegiatan-kegiatan yang secara tidak langsung melibatkan kerjasama antar teman dan kemampuan bersosialisasi.

Pada hakikatnya kegiatan pembelajaran di luar kelas dapat meningkatkan kecerdasan, karakter, dan keterampilan siswa. Kegiatan

di luar kelas yang intensif menjadikan terbentuknya kecerdasan dan karakter anak. Kecerdasan dan karakter anak terbentuk karena melalui serangkaian kegiatan terhadap lingkungan yang mengajak anak untuk berpikir menemukan pola-pola tertentu sehingga kecerdasan anak dapat terlibat secara aktif. Uno (2011: 146-147) mengemukakan kelebihan menggunakan konsep pembelajaran dengan lingkungan sebagai berikut:

- a. Peserta didik dibawa langsung ke dalam dunia yang konkret tentang penanaman konsep pembelajaran, sehingga peserta didik tidak hanya bisa untuk menghayalkan materi.
- b. Lingkungan dapat digunakan setiap saat, kapanpun dan dimanapun sehingga tersedia setiap saat tergantung jenis materi yang diajarkan.
- c. Pembelajaran dengan menggunakan lingkungan tidak membutuhkan biaya karena semua telah tersedia oleh alam lingkungan tergantung jenis materi yang diajarkan.
- d. Mudah dicerna peserta didik karena materi yang disajikan sifatnya konkret.
- e. Motivasi belajar peserta didik akan bertambah karena mengalami suasana belajar yang berbeda.
- f. Suasana yang nyaman memungkinkan peserta didik tidak mengalami kejenuhan selama pembelajaran.

- g. Memudahkan untuk mengontrol kebiasaan buruk dari sebagian peserta didik.
- h. Membuka peluang kepada didik untuk berimajinasi.
- i. Konsep pembelajaran yang dilaksanakan tidak monoton.
- j. Peserta didik akan lebih leluasa dalam berpikir karena materi telah tersaji di depan mata.

Dari beberapa kelebihan di atas, dapat disimpulkan bahwa konsep pembelajaran di luar kelas memberikan peluang yang sangat bagus bagi siswa dalam perkembangan karakter siswa. Lingkungan merupakan sumber belajar yang paling efektif dan efisien dimana memiliki makna dan pengaruh tertentu kepada siswa.

## B. Penelitian yang Relevan.

Beberapa penelitian tentang strategi pengembangan karakter dengan kegiatan *outbound* telah dilakukan oleh peneliti sebelumnya, diantaranya:

1. Hesti Purnamasari. (2012) Upaya Peningkatan Rasa Percaya

Diri Peserta Didik Melalui Aktivitas *Outbound* Di Sekolah Dasar Islam Terpadu Internasional Luqman Hakim Yogyakarta. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat rasa percaya diri siswa dan mengetahui pelaksanaan aktivitas *outbound* di SD IT Internasional Luqman Hakim Yogyakarta. Penelitian ini termasuk penelitian tindakan kelas. Subyek penelitian ini seluruh siswa kelas V yang berjumlah 40 siswa. Hasil penelitian menunjukkan bahwa siswa kelas V SD IT Internasional Luqman Hakim Yogyakarta mempunyai rasa percaya diri tinggi dengan rata-rata 46,60. Pelaksanaan *outbound* dilakukan sekali dalam satu semester dan bersifat wajib bagi para siswa. Permainan yang disajikan dalam kegiatan *outbound* merupakan permainan yang membentuk karakter diri siswa terutama dalam membangun rasa percaya diri.

2. Devi Luttfia, Mardianto dan Duryanti (2015). Pengaruh *Outbound* Terhadap Kecerdasan Moral Anak Sekolah Dasar. 5, (2), 125-135. Menunjukkan bahwa penggunaan metode *outbound* dapat

meningkatkan kecerdasan moral siswa sekolah dasar. Perihal tersebut ditunjukkan dengan meningkatnya nilai mean subjek pada saat pretest 125 dan nilai mean pada post test 143 sehingga perbedaan mean gain score yang diperoleh 18 poin.

3. Maite Garaigordobil. (2009) “A Comparative Analysis of Empathy in Childhood and Adolescence: Gender Differences and Associated Socio-emotional Variables. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*. 9, (2), 217-235 Menunjukkan bahwa perilaku empati pada masa anak-anak dengan masa remaja berbeda. Perihal tersebut dibuktikan bahwa remaja lebih memahami perasaan dan tingkah laku dibandingkan dengan anak-anak. Empati merupakan salah satu faktor penting bagi individu dalam mengembangkan pola pikir serta perilaku yang sesuai dengan norma sosial. Sehingga penting sekali menumbuhkan sikap empati pada anak sejak dini agar nantinya mampu bersosialisasi dengan baik dan mampu memahami apa yang dirasakan orang lain.
4. Rina Diahwati, Hariyono, dan Fattah Hanurawan. (2016). Keterampilan Sosial Siswa Berkebutuhan Khusus di Sekolah Dasar Inklusi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa secara umum keterampilan sosial siswa berkebutuhan khusus berbeda-beda. Pada umumnya siswa ADD memiliki rasa empati yang rendah terhadap orang lain. Siswa ADD cenderung tidak dapat bertahan lama dalam mendengarkan pembicaraan orang lain. Pada waktu tertentu siswa ADD memiliki rasa empati seperti merasa kasihan terhadap orang lain ketika dimarahi dan mau mendengarkan ketika orang

lain berbicara. Siswa ADD memiliki sisi positif yaitu salah satunya ramah dan mudah iba.

Berdasarkan beberapa penelitian di atas, dapat disimpulkan bahwa *outbound* merupakan salah satu kegiatan yang dapat meningkatkan karakter siswa. Persamaan penelitian di atas dengan penelitian yang akan dilaksanakan yaitu keduanya sama-sama membahas tentang perilaku empati. Empati merupakan faktor penting dalam proses pembelajaran maupun sosialisasi dengan sesama. Perilaku empati ini tidak dapat tumbuh dan berkembang dalam diri individu tanpa adanya faktor-faktor dalam diri individu yang mempengaruhi. Perbedaan penelitian terdahulu dengan penelitian ini yaitu mengenai perilaku empati siswa pada kegiatan *outbound*.