

Pengaruh Metode Pembelajaran Interaktif Berbasis Outdoor Learning Terhadap Minat Belajar Siswa Pada Mata Pelajaran PJOK di SMA Negeri 1 Namorambe

Palma Juanta 1*, Julfianti Aginta S 2, Rahel Magdalena S 3, Genzo Limandjaya 4, Hendrik Utama 5

¹²³⁴⁵ Universitas Prima Indonesia

INFO ARTIKEL

Sejarah artikel:

Diterima 28-07-2026
Disetujui 04-08-2026
Diterbitkan 05-08-2026

Penulis Korespondensi*:

Julfianti Aginta S
Universitas Prima Indonesia,
Indonesia

julfiantisinuhaji1@gmail.com



©2025 Penulis. Diterbitkan oleh PT. Good Novelty Group. Ini adalah artikel akses terbuka di bawah lisensi CC BY SA (<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>)

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh metode pembelajaran interaktif berbasis *outdoor learning* terhadap minat belajar siswa pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) di SMA Negeri 1 Namorambe. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain One Group Pretest–Posttest Design. Sampel penelitian berjumlah 28 siswa yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Pengumpulan data dilakukan menggunakan angket minat belajar yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Analisis data meliputi uji normalitas Shapiro–Wilk dan uji hipotesis menggunakan Wilcoxon Signed Rank Test karena data tidak berdistribusi normal. Hasil penelitian menunjukkan nilai $Z = -4,663$ dengan Asymp. Sig. (2-tailed) = 0,001, sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima. Dengan demikian, metode pembelajaran interaktif berbasis *outdoor learning* berpengaruh signifikan terhadap peningkatan minat belajar siswa pada mata pelajaran PJOK di SMA Negeri 1 Namorambe.

KATA KUNCI

Outdoor Learning, Minat Belajar, Pendidikan Jasmani, Pembelajaran Interaktif, SMA.

PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan salah satu aspek penting dalam meningkatkan kualitas sumber daya manusia. Melalui pendidikan, peserta didik tidak hanya memperoleh pengetahuan, tetapi juga mengembangkan keterampilan, sikap, dan karakter yang diperlukan dalam kehidupan. Salah satu mata pelajaran yang berperan dalam mendukung perkembangan peserta didik secara menyeluruh adalah Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK). Mata pelajaran PJOK tidak hanya bertujuan meningkatkan kebugaran jasmani, tetapi juga mengembangkan kemampuan motorik, keterampilan sosial, serta membentuk karakter melalui aktivitas fisik yang terencana.

Keberhasilan proses pembelajaran PJOK dipengaruhi oleh berbagai faktor, salah satunya adalah minat belajar siswa. Minat belajar merupakan kecenderungan individu untuk memberikan perhatian, rasa senang, dan keterlibatan aktif dalam mengikuti proses pembelajaran. Siswa yang memiliki minat belajar tinggi cenderung lebih antusias mengikuti kegiatan pembelajaran, aktif berpartisipasi, serta memiliki motivasi yang lebih baik dalam mencapai tujuan pembelajaran. Sebaliknya, rendahnya minat belajar dapat menyebabkan kurangnya partisipasi siswa sehingga hasil pembelajaran menjadi kurang optimal.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan di SMA Negeri 1 Namorambe, proses pembelajaran PJOK masih didominasi oleh metode pembelajaran konvensional yang berpusat pada

guru. Kondisi tersebut menyebabkan sebagian siswa kurang aktif dalam mengikuti pembelajaran, cepat merasa bosan, dan menunjukkan minat belajar yang rendah. Oleh karena itu, diperlukan inovasi pembelajaran yang mampu menciptakan suasana belajar yang lebih menarik, interaktif, dan melibatkan siswa secara aktif dalam proses pembelajaran.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan di SMA Negeri 1 Namorambe, proses pembelajaran PJOK masih didominasi oleh metode pembelajaran konvensional yang berpusat pada guru. Kondisi tersebut menyebabkan sebagian siswa kurang aktif dalam mengikuti pembelajaran, cepat merasa bosan, dan menunjukkan minat belajar yang rendah. Oleh karena itu, diperlukan inovasi pembelajaran yang mampu menciptakan suasana belajar yang lebih menarik, interaktif, dan melibatkan siswa secara aktif dalam proses pembelajaran.

Beberapa penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa penerapan metode *Outdoor Learning* memberikan dampak positif terhadap proses pembelajaran. Penelitian yang dilakukan oleh Santi Marni dkk. (2025) menyatakan bahwa metode *Outdoor Learning* mampu meningkatkan minat belajar siswa melalui pengalaman belajar yang lebih bermakna. Selain itu, penelitian Ganis Alzidan Dwi Laksono dan Agus Wiyanto (2024) menunjukkan bahwa pembelajaran PJOK yang dilaksanakan di luar kelas dapat meningkatkan partisipasi aktif serta keterlibatan siswa selama proses pembelajaran.

Meskipun demikian, penelitian mengenai penerapan metode pembelajaran interaktif berbasis *Outdoor Learning* terhadap minat belajar siswa pada mata pelajaran PJOK di SMA Negeri 1 Namorambe masih terbatas. Sebagian besar penelitian sebelumnya lebih banyak membahas pengaruh *Outdoor Learning* terhadap hasil belajar atau motivasi belajar pada jenjang dan lokasi yang berbeda. Oleh karena itu, penelitian ini difokuskan untuk menganalisis pengaruh metode pembelajaran interaktif berbasis *Outdoor Learning* terhadap minat belajar siswa pada mata pelajaran PJOK di SMA Negeri 1 Namorambe.

Berdasarkan uraian tersebut, tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh metode pembelajaran interaktif berbasis *Outdoor Learning* terhadap minat belajar siswa pada mata pelajaran PJOK di SMA Negeri 1 Namorambe. Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi guru dalam memilih metode pembelajaran yang inovatif serta menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya mengenai penerapan *Outdoor Learning* dalam meningkatkan kualitas pembelajaran PJOK.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan **kuantitatif** dengan metode **eksperimen**. Desain penelitian yang digunakan adalah **One Group Pretest-Posttest Design**, yaitu desain penelitian yang melibatkan satu kelompok subjek yang diberikan pengukuran sebelum perlakuan (*pretest*), kemudian diberikan perlakuan (*treatment*), dan selanjutnya dilakukan pengukuran kembali (*posttest*) untuk mengetahui perubahan yang terjadi setelah perlakuan diberikan.

Penelitian dilaksanakan di **SMA Negeri 1 Namorambe** pada semester genap Tahun Ajaran 2025/2026. Populasi penelitian adalah seluruh siswa kelas X SMA Negeri 1 Namorambe. Sampel penelitian berjumlah **28 siswa** yang dipilih menggunakan teknik **purposive sampling**, yaitu teknik penentuan sampel berdasarkan kriteria tertentu yang sesuai dengan tujuan penelitian.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

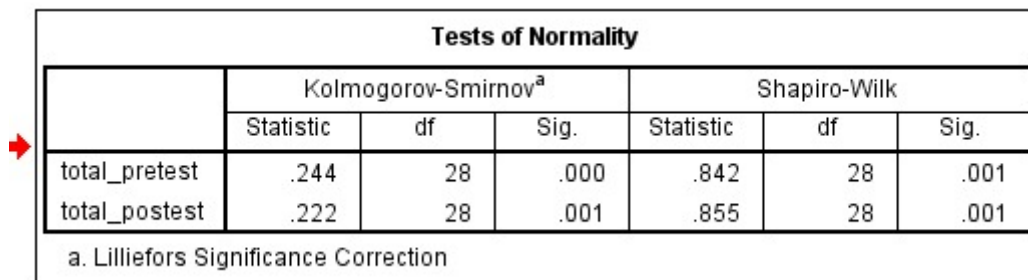
A. Hasil Uji Normalitas

Sebelum dilakukan pengujian hipotesis, data pretest dan posttest terlebih dahulu diuji normalitas menggunakan uji Shapiro-Wilk. Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui apakah data penelitian berdistribusi normal atau tidak. Berdasarkan hasil pengujian diperoleh bahwa nilai signifikansi pada data pretest maupun posttest kurang dari 0,05, sehingga data dinyatakan tidak berdistribusi normal. Oleh karena itu, pengujian hipotesis tidak dapat menggunakan uji parametrik, melainkan menggunakan uji nonparametrik yaitu Wilcoxon Signed Rank Test.

Tabel 1. Hasil Uji Normalitas (Shapiro-Wilk)

Variable	Statistik	Sig.	Keterangan
Total Pretest	0,842	0,001	Tidak Normal
Total Posttest	0,855	0,001	Tidak Normal

Berdasarkan Tabel 1, hasil uji normalitas menggunakan metode Shapiro-Wilk menunjukkan bahwa nilai statistik pada data pretest sebesar 0,842 dengan nilai signifikansi 0,001, sedangkan pada data posttest diperoleh nilai statistik sebesar 0,855 dengan nilai signifikansi 0,001. Karena nilai signifikansi pada kedua data lebih kecil dari 0,05 ($0,001 < 0,05$), maka data pretest dan posttest tidak berdistribusi normal. Oleh karena itu, pengujian hipotesis dilanjutkan menggunakan Wilcoxon Signed Rank Test.



Tests of Normality						
	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
total_pretest	.244	28	.000	.842	28	.001
total_posttest	.222	28	.001	.855	28	.001

a. Lilliefors Significance Correction

Gambar 1. Output Uji Normalitas Shapiro-Wilk Menggunakan IBM SPSS

Hasil uji normalitas menunjukkan bahwa data penelitian tidak memenuhi asumsi distribusi normal. Kondisi tersebut mengharuskan peneliti menggunakan uji Wilcoxon Signed Rank Test sebagai alternatif untuk mengetahui perbedaan minat belajar siswa sebelum dan sesudah diberikan perlakuan berupa metode pembelajaran interaktif berbasis Outdoor Learning.

B. Hasil Uji Wilcoxon Signed Rank Test

Pengujian hipotesis dilakukan menggunakan Wilcoxon Signed Rank Test karena data penelitian tidak berdistribusi normal. Hasil analisis menunjukkan nilai Z sebesar -4,663 dengan Asymp. Sig. (2-tailed) sebesar 0,001. Nilai signifikansi tersebut lebih kecil dari 0,05 sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima. Dengan demikian terdapat pengaruh yang signifikan dari penerapan metode pembelajaran interaktif berbasis Outdoor Learning terhadap minat belajar siswa pada mata pelajaran PJOK di SMA Negeri 1 Namorambe.

Selain itu diperoleh nilai Negative Ranks = 0, Mean Rank = 14,50, dan Sum of Ranks = 406,00. Hasil tersebut menunjukkan bahwa tidak terdapat siswa yang mengalami penurunan minat belajar setelah diberikan perlakuan. Sebaliknya, sebagian besar siswa mengalami peningkatan minat belajar setelah mengikuti pembelajaran menggunakan metode pembelajaran interaktif berbasis Outdoor Learning.

Tabel 2. Hasil Uji Wilcoxon Signed Rank Test

Komponen	Nilai
----------	-------

Negative Ranks	0
Mean Rank	14,50
Sum Of Ranks	406,00
Z	-4,663
Assy.Sig.(2-Tailed)	0,001

Berdasarkan Tabel 2, hasil uji Wilcoxon Signed Rank Test menunjukkan nilai Z sebesar -4,663 dengan Asymp. Sig. (2-tailed) sebesar 0,001. Nilai signifikansi tersebut lebih kecil dari taraf signifikansi 0,05 ($0,001 < 0,05$), sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima. Dengan demikian, terdapat pengaruh yang signifikan dari penerapan metode pembelajaran interaktif berbasis Outdoor Learning terhadap minat belajar siswa pada mata pelajaran PJOK di SMA Negeri 1 Namorambe.

Selain itu, nilai Negative Ranks = 0 menunjukkan bahwa tidak terdapat siswa yang mengalami penurunan minat belajar setelah diberikan perlakuan. Nilai Mean Rank sebesar 14,50 dan Sum of Ranks sebesar 406,00 mengindikasikan bahwa perubahan yang terjadi lebih dominan mengarah pada peningkatan minat belajar siswa setelah mengikuti pembelajaran menggunakan metode pembelajaran interaktif berbasis Outdoor Learning.

Wilcoxon Signed Ranks Test

		Ranks		
		N	Mean Rank	Sum of Ranks
total_posttest - total_pretest	Negative Ranks	0 ^a	.00	.00
	Positive Ranks	28 ^b	14.50	406.00
	Ties	0 ^c		
	Total	28		

a. total_posttest < total_pretest

b. total_posttest > total_pretest

c. total_posttest = total_pretest

Test Statistics^a

	total_posttest - total_pretest
Z	-4.633 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on negative ranks.

Gambar 2. Output Uji Wilcoxon Signed Rank Tests Menggunakan IBM SPSS

Berdasarkan hasil uji Wilcoxon diketahui bahwa nilai Asymp. Sig. (2-tailed) sebesar 0,001 lebih kecil dari taraf signifikansi 0,05. Hal ini membuktikan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara minat belajar siswa sebelum dan sesudah penerapan metode pembelajaran interaktif berbasis Outdoor Learning. Dengan demikian metode tersebut terbukti efektif dalam meningkatkan minat belajar siswa pada mata pelajaran PJOK.

Pembahasan

A. Pengaruh Metode Pembelajaran Interaktif Berbasis Outdoor Learning terhadap Minat Belajar Siswa

Hasil penelitian menunjukkan bahwa metode pembelajaran interaktif berbasis Outdoor Learning memberikan pengaruh yang signifikan terhadap minat belajar siswa. Hal ini dibuktikan melalui hasil uji Wilcoxon Signed Rank Test yang memperoleh nilai Asymp. Sig. (2-tailed) sebesar 0,001 atau lebih kecil dari 0,05. Dengan demikian hipotesis penelitian diterima, yang berarti terdapat peningkatan minat belajar siswa setelah diberikan perlakuan.

Metode Outdoor Learning memberikan kesempatan kepada siswa untuk belajar melalui pengalaman secara langsung. Pembelajaran tidak hanya berlangsung di dalam kelas, tetapi juga memanfaatkan lingkungan sekitar sebagai sumber belajar. Kondisi tersebut membuat siswa lebih aktif, antusias, dan termotivasi dalam mengikuti proses pembelajaran PJOK. Aktivitas belajar yang dilakukan di luar kelas juga memberikan pengalaman yang lebih nyata sehingga siswa lebih mudah memahami materi yang disampaikan oleh guru.

Peningkatan minat belajar siswa juga terlihat dari tidak adanya **Negative Ranks** pada hasil uji Wilcoxon. Artinya tidak ada siswa yang mengalami penurunan minat belajar setelah mengikuti pembelajaran. Nilai **Mean Rank sebesar 14,50** dan **Sum of Ranks sebesar 406,00** menunjukkan bahwa perubahan yang terjadi cenderung mengarah pada peningkatan minat belajar siswa.

a) Keterkaitan Hasil Penelitian dengan Penelitian Terdahulu

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Santi Marni dkk. (2025) yang menyatakan bahwa penerapan metode Outdoor Learning mampu meningkatkan minat belajar siswa karena memberikan pengalaman belajar yang lebih bermakna dan menyenangkan. Melalui kegiatan belajar di luar kelas, siswa menjadi lebih aktif berpartisipasi, memiliki rasa ingin tahu yang lebih tinggi, serta lebih mudah memahami materi yang dipelajari.

Selain itu, hasil penelitian ini juga didukung oleh penelitian Ganis Alzidan Dwi Laksono dan Agus Wiyanto (2024) yang menunjukkan bahwa pembelajaran PJOK berbasis Outdoor Learning dapat meningkatkan keaktifan, keterlibatan, dan motivasi siswa selama proses pembelajaran. Persamaan penelitian tersebut dengan penelitian ini terletak pada penggunaan lingkungan luar kelas sebagai media pembelajaran yang mampu meningkatkan kualitas proses belajar peserta didik.

Berdasarkan hasil penelitian dan didukung oleh penelitian terdahulu, dapat dinyatakan bahwa metode pembelajaran interaktif berbasis Outdoor Learning merupakan salah satu alternatif pembelajaran yang efektif diterapkan pada mata pelajaran PJOK. Metode ini tidak hanya meningkatkan minat belajar siswa, tetapi juga mendorong siswa untuk lebih aktif, percaya diri, bekerja sama, dan memiliki pengalaman belajar yang lebih bermakna. Oleh karena itu, guru PJOK disarankan untuk memanfaatkan lingkungan sekitar sekolah sebagai sumber belajar sehingga proses pembelajaran menjadi lebih inovatif, menarik, dan mampu meningkatkan kualitas pembelajaran secara berkelanjutan.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai pengaruh metode pembelajaran interaktif berbasis Outdoor Learning terhadap minat belajar siswa pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) di SMA Negeri 1 Namorambe, dapat disimpulkan bahwa penerapan metode pembelajaran interaktif berbasis Outdoor Learning memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan minat belajar siswa. Hal tersebut dibuktikan berdasarkan hasil uji Wilcoxon Signed Rank Test yang menunjukkan nilai Z sebesar -4,663 dengan Asymp. Sig. (2-tailed) sebesar 0,001, sehingga nilai signifikansi lebih kecil dari taraf signifikansi 0,05. Dengan demikian, H_0 ditolak dan H_a diterima, yang berarti terdapat perbedaan yang signifikan antara minat belajar siswa sebelum dan sesudah penerapan metode pembelajaran interaktif berbasis Outdoor Learning. Metode ini mampu menciptakan suasana pembelajaran yang lebih aktif, menarik, menyenangkan, dan berpusat pada peserta didik sehingga dapat meningkatkan partisipasi serta minat belajar siswa pada mata pelajaran PJOK. Oleh karena itu, metode pembelajaran interaktif berbasis Outdoor Learning dapat dijadikan sebagai salah satu alternatif strategi pembelajaran yang efektif untuk meningkatkan minat belajar siswa di sekolah.

REFERENCES

- Arikunto, S. (2021). *Prosedur penelitian: Suatu pendekatan praktik* (Edisi Revisi). Rineka Cipta.
- Dimiyati, & Mudjiono. (2018). *Belajar dan pembelajaran*. Rineka Cipta.
- Hamalik, O. (2020). *Proses belajar mengajar*. Bumi Aksara.
- Laksono, G. A. D., & Wiyanto, A. (2025). Kesesuaian model pembelajaran PJOK sebagai kunci peningkatan minat belajar siswa. *Jurnal Olahraga dan Kesehatan Indonesia*, 6(4). <https://doi.org/10.55081/joki.v6i4.5272>
- Jurnal STOK Bina Guna
- Prastyo, D., Iftitah, S. L., Kumalasari, T., Sulaiman, A. A., & Firdausi, L. (2025). Implementasi model pembelajaran outdoor dalam meningkatkan minat belajar anak. *Journal Ashil: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(1). <https://doi.org/10.33367/piaud.v6i1.8999>
- eJournal
- ratama, A. N., Zainuddin, F., & Satrianingsih, B. (2026). Implementasi model pembelajaran outdoor education dalam meningkatkan minat belajar PJOK siswa SDN 08 Pagi Jakarta. *Jurnal Pendidikan Tematik Dikdas*, 11(1). <https://doi.org/10.22437/jptd.v11i1.53273>
- Jurnal Online Universitas Jambi
- Putra, P. M. D. W., Lesmana, K. Y. P., & Mashuri, H. (2024). Implementasi outdoor education terhadap hasil belajar PJOK materi kebugaran jasmani peserta didik kelas VII SMP. *Jurnal Ilmu Keolahragaan Undiksha*, 12(2), 140–144. <https://doi.org/10.23887/jiku.v12i2.83308>
- E-Journal Undiksha
- Sardiman. (2021). *Interaksi dan motivasi belajar mengajar*. Rajawali Pers.
- Slameto. (2020). *Belajar dan faktor-faktor yang memengaruhinya*. Rineka Cipta.
- Sugiyono. (2022). *Metode penelitian kuantitatif*. Alfabeta.
- Susanto, A. (2022). *Teori belajar dan pembelajaran di sekolah dasar*. Prenadamedia Group.
- Taqwaddin, Sumarjo, & Muhammad. (2025). Pengaruh pembelajaran berbasis outdoor terhadap keterlibatan siswa dalam mata pelajaran PJOK di SMA Negeri 1 Indrajaya. *Sport Health Education: Jurnal Pendidikan Olahraga, Jasmani dan Rekreasi*.
- Journal Universitas Jabal Ghafu
- Uno, H. B. (2021). *Teori motivasi dan pengukurannya*. Bumi Aksara.
- Widoyoko, E. P. (2021). *Teknik penyusunan instrumen penelitian*. Pustaka Pelajar.
- Yusuf, A. M. (2020). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan penelitian gabungan*. Kencana.