



**Tabel 2. Jadwal Penelitian Skripsi**

No	Tanggal	Waktu	Lokasi	Kegiatan
1	30 Des 2011	13.00 – 17.15 WIB	Aula Yayasan Darul Ma'arif Sintang	a. Dilakukan pre-test sebelum kegiatan berlangsung b. Penjelasan program c. <i>Personal Comitment</i> d. Game pembuka e. Materi I
2	31 Des 2011	07.00 – 17.15 WIB	Aula Yayasan Darul Ma'arif Sintang	a. Materi II b. Materi III c. Materi IV
3	1 Jan 2012	07.00 – 17.00 WIB	Area <i>Outbound</i> PonPes Nurul Ma'arif	<i>Outbound</i>
4	16 Jan 2012	Diberikan post-test kepada subyek		

Tabel 3. Desain kegiatan "Out Bound Training for Teacher" Sintang, 30 desember 2011 - 1 januari 2012

Hari/tanggal	Waktu	Kegiatan	Tujuan
Hari ke-1			
		<i>Opening Ceremony</i>	
	13.00 – 13.30	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pembukaan</li> <li>- Menyanyikan Lagu Indonesia Raya</li> <li>- Sambutan penyerahan dari klien</li> <li>- Sambutan penerimaan MOTRAFED</li> <li>- Penutup dan do'a</li> </ul>	
Jumat, 30 Des '11	13.30 – 13.45	Penjelasan program	- Peserta mendapatkan gambaran mengenai konten secara umum selama pelatihan ini berlangsung, sehingga timbul rasa ingin tau dan antusiasme dalam setiap sesi yang akan berlangsung
	13.45 – 14.00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <i>Personal Comitment</i> (Ditampilkan cuplikan video motivasi dilanjut prolog)</li> <li>- Komitmen Bersama</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <i>Personal Comitment</i> bertujuan untuk membangun motivasi di awal pelatihan</li> <li>- Komitmen bersama bertujuan untuk memunculkan beberapa kesepakatan, mengenai tata tertib selama <i>Outbound Training</i> berlangsung, sehingga seluruh rangkaian bisa berjalan sesuai dengan rencana dan</li> </ul>

			harapan bersama
		<i>Game</i> pembuka wacana	- Peserta merasa enjoy dalam mengawali aktivitas <i>outbound training</i> ini
14.00 – 15.15	-	Data base: usia, nama panggilan serta kebiasaan masing-masing	- Mengetahui lebih dekat sesama rekan kerja, sehingga diharapkan meningkatnya harmonisasi dalam institusi tersebut
15.15 – 15.45		Break (ISHOMA)	
15.45 – 17.15		<b>Materi I: Perubahan Jaman “Era pertanian menuju era konseptual”</b>	- Mampu memberikan gambaran bahwa di era sekarang ini, yang hidup sejahtera adalah para konseptor termasuk guru. Sehingga dari materi ini diharapkan para peserta telah terstimulus untuk bangkit dan sadar akan keberadaannya di waktu yang tepat. - Peserta mampu memahami serta menerapkan beberapa kecerdasan di era konseptual
17.15 - .....		<i>Finish go home</i>	
<b>Hari ke-2</b>			
Sabtu,	07.00 - 07.30	Absensi	
31 Des '11	07.30 - 08.00	Pengondisian peserta (sapa & ice breaking)	- Membangun suasana yang kondusif sebelum materi

		akan disampaikan
08.00 - 10.00	<b>Materi II: 4 Elemen Proses Pembelajaran</b>	- Peserta menyadari akan kemampuan dirinya
10.00 - 10.15	Break	
10.15 - 12.00	<b>Materi III: Cara Kerja Pikiran</b>	- Peserta memahami bahwa potensi otak manusia (dahsyatnya otak manusia) itu sangat luar biasa, sehingga diharapkan setelah menerima materi ini peserta mampu melakukan sesuatu hal yang lebih dari biasa dijalannya - Peserta mampu mengaktivasi otak.
12.00 - 13.00	Break (ISHOMA)	
13.00 - 15.15	<b>Materi IV: Konsep Diri</b>	- Peserta mampu mengenal segala kelemahan dan kelebihan dari masing-masing pribadinya - Mampu memberikan <i>Insight</i> (pencerahan) bahwa setiap manusia itu adalah pembelajar, pemenang, unik, berbeda serta tak terbandingkan.
15.15 - 15.45	Break (sholat ashar)	
15.45 - 17.15	<b>Breakfing Outbound Activity</b>	- Pengondisian peserta - Peserta mendapat informasi yang sejelas-jelasnya berkaitan aktivitas <i>outbound</i> , diantaranya: kostum

yang dipakai *outbound*, waktu kegiatan, perlengkapan dan peralatan pribadi pada saat *outbound*

17.15 - ..... *Finish go home*

Hari ke-3

07.00 - 07.30 Absensi

07.30 - 08.30 Pengondisian peserta

- *Stretching*

- *Ice breaking*

a. Berhitung cepat

b. Say buss

c. Tugu pahlawan

d. *Short gun*

- *Stretching*: Pengondisian jasmani untuk meminimalisir cedera fisik ketika aktivitas *outbound*  
 - Membangun suasana lebih fresh dan peserta lebih enjoy melakukan serangkaian aktivitas  
 - Beberapa game dalam *Ice Breaking* mempunyai filosofi:

*Team Building*

08.30 - 10.00

- Pembagian kelompok

- Koordinasi team

- Presentasi team

- Pembentukan tim  
 - Membangun sinergisitas tim  
 - Membangun semangat berkompetisi antar tim

10.00 - 12.00 *Post Game*

- *Flying fox*

- Membangun kekompakan dan harmonisasi tim dalam menyelesaikan beberapa tantangan  
 - Mengatasi rasa takut dalam diri, keberanian

Minggu,  
1 Jan '12

	- <i>Bamboo goal</i>	- Ketenangan dalam menyelesaikan permasalahan dan pengendalian diri
	- Rancang bangun	- Komunikasi efektif
	- <i>Magic hole</i>	- Target dan arti pengorbanan dalam sebuah tim
	- <i>Human trust</i>	- Percaya diri dan kepercayaan dengan anggota yang lain
12.00 - 13.00	ISHOMA	
	<i>Competition Game</i>	- Memicu semangat berkompetisi antar tim untuk menjadi yang terbaik, dalam beberapa tantangan yang dilakukan bersamaan
13.00 - 14.00	- <i>Opposite</i>	- Keselarasan dalam sebuah tim
	- <i>Soccer game</i>	- Dinamika percepatan tim
	- <i>Komunikata (Non Verbal)</i>	- Komunikasi tak terbatas verbal
	- <i>Banzai katana</i>	- Kekompakan
14.00 – 15.15	<i>Big game :</i> - Menara kejayaan	- Meminimalisir ego masing-masing secara pribadi dan mendahulukan kepentingan bersama
15.15 - 15.30	Sholat ashar	
15.30 - 15.45	<i>Debreaf Global</i>	- Peserta mampu memaknai filosofi dari setiap tantangan yang telah dilalui dalam serangkaian



Penelitian ini dilakukan dengan menyebarkan angket pre-test yang diberikan sebelum proses pelatihan berlangsung. Pre-test ini diberikan sebelum proses pelatihan berlangsung, sehingga diharapkan mampu menggambarkan semangat kerja para guru sebelum mendapat perlakuan atau *outbound training*. Selanjutnya peserta atau subyek diberikan pelatihan oleh selama 3 hari. Pada hari pertama (Jumat, 30 Desember 2012) peserta diberikan angket pre-test. Yang dilanjutkan dengan acara pembuka, setelah itu diberikan penjelasan program yang didalamnya peserta mendapatkan gambaran mengenai konten secara umum selama pelatihan ini berlangsung, yang kemudian dilanjutkan dengan *personal commitment* serta komitmen bersama yang didalamnya peserta diberikan motivasi pada awal pelatihan serta membuat suatu kesepakatan-kesepakatan selama dalam proses pelatihan berlangsung.

Sebelum materi diberikan, peserta mendapatkan *game* pembuka, dalam *game* pembuka wacana ini diharapkan terbangunnya suasana pelatihan yang nyaman dan penuh dengan keakraban selama pelatihan berlangsung. Selanjutnya diberikan materi satu tentang “perubahan jaman, era pertanian menuju era konseptual”. Dalam materi ini menggambarkan tentang era sekarang, yang memiliki hidup sejahtera adalah para konseptor termasuk guru, sehingga diharapkan peserta terstimulus untuk bangkit dan sadar akan keberadaannya diwaktu yang tepat.

Pada hari kedua (sabtu, 31 Desember 2011), pelatihan dimulai pada pukul 07.00 WIB. Sebelum diberikan materi selanjutnya, dilakukan *ice breaking* untuk membangun suasana yang kondusif sebelum materi disampaikan. Selanjutnya materi II diberikan yakni “elemen proses pembelajaran” dalam materi ini bertujuan peserta menyadari akan kemampuan dirinya. Dan kemudian dilanjutkan materi III yakni “cara kerja pikiran” yang bertujuan agar peserta dapat memahami bahwa potensi otak manusia sangatlah luarbiasa, sehingga diharapkan peserta mampu melakukan sesuatu hal yang lebih dari biasa dijalani. Selain itu, peserta mampu mengaktivasi otak.

Selanjutnya materi IV yakni “konsep diri” dalam materi ini bertujuan agar peserta mampu mengenal segala kelemahan dan kelebihan dari masing-masing pribadinya. Serta mampu memberikan pencerahan bahwa setiap manusia adalah pembelajar, pemenang, unik, berbeda serta tak terbandingi. Kemudian dilanjutkan dengan member informasi yang berkaitan dengan aktivitas *outbound* untuk esok hari.

Pada hari selanjutnya, (minggu, 1 Januari 2012) peserta melakukan *outbound*, yang didalamnya peserta diberikan beberapa permainan. Yang masing-masing memiliki tujuan yang berbeda-beda. Yang diantaranya; (a) *stretching* dan *ice breaking*, dalam sesi ini peserta diajak melakukan pemanasan agar kondisi fisik selama *outbound* berlangsung mampu mengeliminir cedera-cedera serta terbangunnya suasana yang menyenangkan dan ada makna-makna

yang bersifat individu; meminimalisir egois, kecepatan, ketanggapan, ketepatan. (b) *team building*, melakukan proses pembagian kelompok dengan metode berhitung 1-4, lalu peserta disuruh berkumpul sesuai nomer yang diterima sehingga peserta telah terbagi merata dan terbentuk kelompok dengan imbang, setelah terbentuk masing-masing tim dapat tugas untuk memilih ketua kelompok, nama tim, logo tim, yel pendek, yel panjang, setelah selesai semua kemudian masing-masing kelompok mempresentasikan hasil dari diskusi kelompok tersebut sehingga muncul suasana penuh kompetisi antar tim (c) *post game* (membangun kekompakan dan harmonisasi tim dalam menyelesaikan beberapa tantangan), 1) *flying fox* (keberanian), peserta meluncur dari ketinggian tertentu hingga finish, 2) *bamboo goal* (ketenangan dalam menyelesaikan permasalahan dan pengendalian diri), peserta mampu mentransfer media berupa tongkat dengan hanya menggunakan tali pramuka melalui rintangan beberapa lingkaran dengan diameter  $\pm 15$  sentimeter dan ketinggian 1 meter, 3) rancang bangun (komunikasi yang efektif), tim terbagi dalam tiga peran yakni; si buta, si normal dan si bisu dengan misi mentransfer rangkain berupa beberapa balok, 4) *magic hole* (untuk mendapat target dan arti pengorbanan dalam sebuah tim), peserta berpindah dari sisi start menuju sisi finish melalui rintangan berupa kain hitam yang terdapat beberapa lubang yang masing-masing lubang memiliki potensi masing-masing, 5) *human trust* (untuk percaya diri dan kepercayaan

dengan anggota yang lain), tiap peserta menjatuhkan diri dari ketinggian tertentu lalu ditangkap dengan anggota tim yang lain menggunakan media berupa jarring webeng, (d) *competition game* (membangun kompetisi antar tim), dalam sesi ini seluruh tim menghadapi *game* yang sama pada saat yang bersamaan, *opposite*; keselaran dalam sebuah tim, *soccer game*; percepatan dalam tim, komunikasi; komunikasi efektif, *banzai katana*; kekompakan, (e) *big game* dalam sesi ini merupakan aktivitas puncak dari *outbound* seluruh peserta melebur menjadi satu yakni keluarga besar Al-Ma'arif untuk menyelesaikan *game project* “menara kejayaan” disinilah seluruh peserta benar-benar harus membuang ego masing-masing demi kepentingan sebuah tim besar, (f) *Debrief Global* dengan arahan *trainer* peserta mampu memaknai filosofi dari setiap tantangan yang telah dilalui dalam serangkaian aktivitas *outbound* berlangsung serta mampu menginspirasi seluruh peserta sehingga benar-benar mampu diimplementasikan dalam dunia kerja yang sesungguhnya, (g) *heart moment*, dalam aktivitas ini memupuk kebersamaan dan keharmonisan hubungan baik sesama rekan kerja maupun antara atasan dan bawahan serta memahami arti penting setiap keberadaan personal dalam institusi tersebut melalui surat sahabat.

Kegiatan *outbound training* pada hari pertama dan kedua dilaksanakan di aula pertemuan Ponpes Darul Ma'arif Sintang. Aula tersebut bisa dikatakan representatif dalam pelaksanaan sebuah

kegiatan pelatihan karena cukup luas, sirkulasi udara yang cukup dan dibantu kipas angin agar lebih sejuk. Pada hari pertama dan kedua ini memang merupakan aktivitas *indoor* yang dimana, aktivitas ini sebagai kegiatan penguat sebelum *outbound* dilaksanakan. Dalam kegiatan *indoor* ini lebih kepada beberapa simulasi sederhana dan materi-materi yang dimana dalam penyampaiannya didukung oleh perangkat audio (sound system) dan visual (lcd).

Untuk lebih mendukung kegiatan *outbound* (pada hari ketiga), pemilihan lokasi pun menjadi hal yang sangat penting berkaitan maksimalnya agenda *outbound* itu sendiri. Dalam hal ini area *outbound* Ponpes Nurul Ma'arif menjadi pilihan dalam pelaksanaannya meski jaraknya cukup jauh yakni  $\pm 15$  km dengan lokasi kegiatan *indoor* berlangsung. Di area tersebut memang sangat memungkinkan dalam pelaksanaan *outbound* karena ada beberapa lapangan dan area perkebunan dan hutan karet yang cukup banyak alternatif tempat yang bisa eksplor. Dimana dalam pelaksanaannya lapangan dipergunakan untuk kegiatan pembukaan, *ice breaking*, dan *big game*. Untuk aktivitas *post game* dan *competition game* bisa memanfaatkan area perkebunan dan hutan karet yang masih dalam batas wilayah Ponpes Nurul Ma'arif. Selama aktivitas *outbound* area perkebunan dan hutan karet menjadi tempat yang dominan, karena dalam area ini cukup teduh dan rindang serta beberapa pohon yang memang sebagai sarana penunjang pemasangan media *outbound*.



Kemudian peneliti menyebarkan angket kembali kepada subyek 2 minggu sesudah pelatihan berlangsung. Diharapkan dalam dua minggu ini menjadi rentang waktu yang cukup untuk menyebarkan angket post-test, karena meski rentang waktu 2 minggu subjek (guru) telah masuk kerja  $\pm$  9 hari waktu efektif dalam dunia belajar mengajar. Sehingga angket tersebut mampu menggambarkan efek pasca *outbound* diberikan. Hal ini merujuk pada penelitian yang berjudul efektivitas metode taghona terhadap peningkatan kemampuan membaca Al Qur'an pada anak TK. Peneliti mengajukan beberapa item sebelum memberikan *treatment* pada subyeknya yang disebut pre-test. Yang kemudian subyek diberikan *treatment* dalam waktu 2 minggu. Selanjutnya, peneliti memberikan beberapa item kembali kepada subyek yang disebut dengan post-test (2011).

Setelah semua kuesioner telah diisi, maka peneliti mulai melakukan penskoringan yang diolah dengan menggunakan bantuan computer melalui program SPSS versi 16. Setelah proses penskoringan, peneliti menyusun hasil penelitian dan membuat laporan hasil penelitian untuk kemudian dilanjutkan dengan pengambilan kesimpulan.

## 2. Subyek Penelitian

Subyek penelitian dalam penelitian ini adalah para peserta pelatihan yakni, guru dari Yayasan Pondok Pesantren Agropolitan Nurul Ma'arif. Yang tepatnya berada di jalan Sintang-Pontianak KM

10, desa Nenak, kecamatan Sui.Tebelian, kabupaten Sintang-Kalimantan Barat.

Subyek sebanyak 55 orang yang terdiri dari guru SMP dan SMK Nurul Ma'arif, dan MTs dan MA Darul Ma'arif. Yang semuanya masih dalam lingkup Yayasan Pondok Pesantren.

Peneliti memiliki alasan yang kuat dalam menentukan populasi, yakni populasi (yayasan) ini adalah sebuah lembaga yang bergerak didunia pendidikan dan sedang dalam proses berkembang. Namun musibah datang ke sekolah (yayasan) tersebut. Beberapa bulan yang lalu lembaga ini mengalami peristiwa kebakaran hebat sehingga mengakibatkan terbakarnya aset-aset yayasan yang ketika ditotal berada dikisaran 3 milyar rupiah, dimana sebelumnya aset-aset tersebut telah dikumpulkan selama bertahun-tahun.

Pada saat ini yayasan tersebut-pun juga sedang dalam proses pembangunan infrastruktur yang telah mengalami kebakaran. Disaat kebutuhan dana yang cukup luar biasa buat pembiayaan pembangunan infrastruktur, ternyata ada kebijakan lain dari salah satu petinggi yayasan sehingga memancing peneliti tergerak untuk melaksanakan penelitian di yayasan tersebut, yakni kebijakan lain yang dimaksud adalah mengadakan kegiatan *outbound* dimana kegiatan ini juga akan memakan biaya yang cukup fantastis, salah satunya sebab besarnya *outbound* ini adalah dikarenakan mendatangkan tim Training Organizer MOTRAFED Surabaya, tim yang kantornya berada di













dengan menggunakan teknik analisis Paired Samples T-test. Dari pengujian hipotesis tersebut diketahui bahwa metode *outbound* efektif dalam meningkatkan semangat kerja.

Hasil yang diperoleh dari pengujian hipotesis tersebut ditunjukkan dengan nilai signifikansi ( $0,000 < 0,05$ ) yang artinya metode *outbound* efektif dalam meningkatkan semangat kerja. Selain itu, dalam pengujian hipotesis juga dapat ditunjukkan dengan membandingkan  $t$  tabel dan  $t$  hitung, yang menghasilkan nilai ( $-87,290 > 2,000$ ).

Dengan hasil tersebut, dapat diseduaikan dengan teori dari semangat kerja. Menurut Siswanto (dalam Hani, 2000: 12) menyebutkan bahwa semangat kerja adalah suatu kondisi rohaniah atau perilaku individu dan kelompok-kelompok yang menimbulkan kesenangan yang mendalam pada diri karyawan untuk bekerja dengan giat dan konsekuen dalam mencapai tujuan yang ditetapkan oleh perusahaan. Dalam hal ini bahwasanya, *outbound* sangatlah dibutuhkan untuk kondisi rohaniah dalam meningkatkan semangat kerja. Yang dapat menimbulkan suatu kesenangan pada diri karyawan, yang akhirnya dapat mendorong karyawan untuk bekerja lebih giat dalam mencapai tujuan yang ditetapkan oleh perusahaan.

Selain itu, menurut Nitisemito (1992) menyebutkan beberapa cara untuk meningkatkan semangat kerja karyawan, yang didalamnya bersifat materi dan non materi, antara lain: (a) gaji yang sesuai dengan pekerjaan, (b) memperhatikan kebutuhan rohani, (c) sesekali perlu menciptakan

suasana kerja yang santai yang dapat mengurangi beban kerja, (d) harga diri karyawan perlu mendapatkan perhatian, (e) tempatkan para karyawan pada posisi yang tepat, (f) memberikan kesempatan pada mereka yang berprestasi, (g) perasaan aman dalam menghadapi masa depan perlu diperhatikann, (h) usahakan para karyawan memiliki loyalitas dan keperdulian terhadap organisasi, (i) sesekali para karyawan perlu diajak berunding untuk membahas kepentingan bersama, (j) pemberian insentif yang terarah dalam aturan yang jelas, (k) fasilitas kerja yang menyenangkan yang dapat membangkitkan gairah kerja.

Dalam cara untuk meningkatkan semangat kerja karyawan diatas, salah satunya adalah memperhatikan kebutuhan rohani dan sesekali menciptakan suasana kerja yang santai yang dapat mengurangi beban kerja karyawan. Dalam hal ini, dengan memberikan metode *outbound* karyawan dapat menerima kebutuhan rohani dengan beberapa materi yang disampaikan dalam pelatihan yang diikuti oleh karyawan. Dan dalam permainan yang diberikan pada pelatihan, dapat menciptakan suasana yang santai yang dapat mengurangi beban kerja karyawan.

Sedangkan, menurut Ancok (2002), kegiatan *outbund* merupakan rangkaian kegiatan yang dirancang sebagai kegiatan yang dikenal sebagai kegiatan yang menyenangkan, karena didalmnya terdapat konsep permainan yang bertujuan membangun kebersamaan, *team building* dan rasa percaya diri pada peserta. *Outbound* merupakan pelatihan manajemen diri (*selg management*) yang memadukan olah pikir, rasa, dan

raga. *Outbound* biasanya dilakukan di alam terbuka dan dikondisikan diluar kebiasaan sehingga dapat memberikan suasana baru yang menyenangkan bagi peserta yang mengikutinya. Selain itu, menurut Kirana (2010) *outbound* memiliki beberapa manfaat yang diantaranya; (a) mempertebal rasa kepercayaan diri, (b) menumbuhkan rasa keberanian mengambil resiko, (c) meningkatkan kemampuan beradaptasi dengan lingkungan, (d) membangkitkan kepekaan dan saling pengertian antar kelompok, (e) menumbuhkan motivasi dan berperan aktif, (f) mengembangkan rasa keyakinan untuk mengubah sesuatu yang dianggap “tidak mungkin” menjadi “mungkin”, (g) melahirkan semangat baru yang nantinya menjadi energi baru.

Dalam pengertian serta manfaat dari *outbound* yang telah dikemukakan diatas. Dalam pengertian *outbound* itu sendiri, diungkapkan bahwa *outbound* dirancang sebagai kegiatan yang menyenangkan, yang dilakukan di alam terbuka dan dikondisikan diluar kebiasaan sehingga dapat menimbulkan suasana baru. Hal ini sesuai dengan beberapa cara dalam meningkatkan semangat kerja, yakni dapat meningkatkan suasana yang baru sehingga dapat mengurangi beban kerja karyawan. Sehingga karyawan mampu bekerja maksimal sesuai dengan tujuan yang telah ditetapkan oleh perusahaan.

Sama halnya dengan manfaat *outbound* yakni terlihat beberapa manfaat yang dapat meningkatkan semangat kerja. Yang diantaranya adalah menumbuhkan motivasi dan berperan aktif, mengembangkan rasa

keyakinan untuk mengubah sesuatu yang dianggap “tidak mungkin” menjadi “mungkin”, dan melahirkan semangat baru yang nantinya menjadi energi baru. Hal ini sesuai dengan pengertian semangat kerja menurut Siswanto (dalam Hani, 2000: 12) yakni, “..... menimbulkan kesenangan yang mendalam pada diri karyawan untuk bekerja dengan giat dan konsekuen dalam mencapai tujuan yang ditetapkan oleh perusahaan”. Dengan adanya *outbound* diharapkan dapat menimbulkan kesenangan agar karyawan dapat mencapai tujuan maksimal yang telah ditetapkan oleh perusahaan.