

**PENERAPAN PENDEKATAN GROWTH MINDSET UNTUK MENINGKATKAN
KEBERANIAN BERKOMUNIKASI MURID DALAM PEMBELAJARAN PJOK
KELAS V SD NEGERI 2 LOKTABAT SELATAN**

Prima Wijaya¹, Rahmadi², Fakhruddin³, Fani Arifin⁴, Sujarwoko⁵
PPG FKIP Universitas Lambung Mangkurat¹,
FKIP Universitas Lambung Mangkurat²,
SD Negeri 2 Loktabat Selatan^{3,4,5}

primawijaya32@gmail.com¹, rahmadi@ulm.ac.id², fakhruddin3031@gmail.com³,
faniarifin22@gmail.com⁴, sujarwoko33@guru.sd.belajar.id⁵.

ABSTRACT

This study was prompted by the inadequate communication confidence of fifth-grade students at SD Negeri 2 Loktabat Selatan during Physical Education instruction. Preliminary observations indicated that merely 32% of pupils engaged in classroom discourse. This study sought to enhance students' communicative boldness by employing a growth mindset approach along with deep learning and Problem-Based Learning (PBL). The study employed collaborative Classroom Action Research executed in two cycles. The participants comprised 28 students from class Vc during the 2025/2026 school year. Data were gathered by observation, performance assessments, and recording, thereafter analysed employing comparative descriptive methods. The findings indicated a notable enhancement in students' communication confidence, rising from 32% in the pre-cycle to 54% in cycle I, and achieving 79% in cycle II. The findings suggest that the growth mindset approach effectively enhances students' communicative boldness in Physical Education. The learning process evolved to be more active, collaborative, and interactive.

Keywords: *Growth Mindset, Communication Courage, Physical Education, Deep Learning, Classroom Action Research*

ABSTRAK

Rendahnya keberanian berkomunikasi murid kelas V SD Negeri 2 Loktabat Selatan dalam pembelajaran PJOK menjadi latar belakang penelitian ini, di mana observasi

awal menunjukkan hanya 32% murid yang berani berpartisipasi aktif. Studi ini bertujuan meningkatkan keberanian berkomunikasi tersebut melalui penerapan pendekatan growth mindset yang diintegrasikan dengan deep learning dan model Problem Based Learning (PBL). Menggunakan metode Penelitian Tindakan Kelas (PTK) kolaboratif dalam dua siklus, riset ini melibatkan 28 murid kelas Vc semester genap tahun pelajaran 2025/2026 sebagai subjek penelitian. Data yang dihimpun melalui observasi, tes kinerja, dan dokumentasi dianalisis menggunakan teknik deskriptif komparatif. Hasil penelitian menunjukkan adanya eskalasi keberanian berkomunikasi murid secara signifikan, yaitu dari 32% pada pra-siklus, naik menjadi 54% pada siklus I, dan mencapai 79% pada siklus II. Temuan ini membuktikan bahwa internalisasi pendekatan growth mindset efektif meningkatkan keberanian berkomunikasi murid dalam PJOK, sekaligus mentransformasi suasana pembelajaran menjadi lebih aktif, kolaboratif, dan partisipatif.

Kata Kunci: Growth Mindset, Keberanian Berkomunikasi, PJOK, Deep Learning, PTK.

A. Pendahuluan

Akselerasi dinamika perubahan global pada abad ke-21 melahirkan tuntutan baru bagi dunia pendidikan untuk mencetak generasi yang piawai dalam menalar secara kritis melalui *Higher Order Thinking Skills* (HOTS), mampu bersinergi dalam tim, serta cakap bertukar gagasan secara artikulatif. Fullan (2019, 2024) menegaskan bahwa realitas ini menuntut adanya rekonstruksi radikal pada paradigma edukasi, yang semula terjebak pada pola konvensional berorientasi luaran jangka pendek, bergeser menuju

proses pemaknaan kognitif yang substansial atau yang dikenal dengan pembelajaran mendalam. Dalam koridor instruksional, kerangka *deep learning* dinilai sangat kontekstual sebagai solusi pedagogis kontemporer karena menitikberatkan pada penguasaan konsep yang esensial, stimulasi kesadaran kontekstual, serta kapasitas siswa dalam mengontekstualisasikan khazanah teoritis ke dalam realitas kehidupan sehari-hari.

Urgensi implementasi strategi pembelajaran mendalam ini juga menempati posisi sentral dalam ranah

Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK). Sebagaimana diuraikan oleh Turmuzi (2025), penjasorkes tidak boleh sekadar reduksionis sebagai media transfer kecakapan motorik semata, melainkan harus diposisikan sebagai instrumen strategis dalam mengonstruksi kepribadian, menumbuhkan heroisme refleksi diri, serta menginternalisasikan etika sosial dan nilai-nilai sportivitas. Selaras dengan pandangan tersebut, kompilasi riset empiris oleh Angga (2025). Membuktikan bahwa intervensi pedagogi *deep learning* berkontribusi linear terhadap penajaman nalar analitis, penguatan kesadaran reflektif, hingga pengeskalasi gairah belajar yang bersumber dari motivasi intrinsik siswa. Oleh sebab itu, efektivitas pengajaran PJOK modern tidak hanya bersandar pada ketangkasan ragawi, tetapi juga menuntut stimulasi kecakapan sosial dan komunikasi, yang meliputi aspek heroisme mental murid untuk berinteraksi, mengartikulasikan gagasan, mengajukan pertanyaan kritis, hingga menyikapi materi secara analitis sebagaimana diidentifikasi oleh Rahmawati (2024).

Eksistensi keberanian berkomunikasi memegang peranan yang sangat determinan dalam membangun atmosfer kelas PJOK yang interaktif, kolaboratif, dan padat partisipasi. Kendati demikian, modalitas verbal ini tidak dapat terwujud secara instan tanpa adanya jangkar psikologis berupa pola pikir yang adaptif. Salah satu faktor utama yang memasung potensi artikulatif siswa adalah kungkungan *fixed mindset*, sebuah doktrin mental yang memandang kapasitas diri bersifat statis sehingga memicu kecemasan akan kegagalan dan kecenderungan menghindari tantangan, sebagaimana dianalisis dalam teori Dweck (2006). Premis tersebut berbanding terbalik dengan karakteristik *growth mindset* yang meyakini bahwa bakat dan kecerdasan dapat terus dipupuk melalui kerja keras, keteguhan hati, serta pemaknaan positif terhadap sebuah kegagalan. Pendapat ini turut diperkuat oleh Dweck (2006) serta Mulyanti (2025) yang menemukan bahwa kelompok siswa dengan pola pikir berkembang memiliki indikator efikasi diri yang lebih solid, bersikap proaktif, dan memiliki regulasi diri yang berani untuk menjajaki

pengalaman baru sepanjang proses edukasi.

Internalisasi paradigma pola pikir bertumbuh ini juga mendapatkan legitimasi yang kuat dalam kebijakan makro pendidikan nasional. Dokumen resmi Kemendikbud (2020) mengonfirmasi secara gamblang bahwa salah satu pilar utama dari visi Merdeka Belajar adalah menanamkan *growth mindset* pada sanubari siswa, memacu hasrat bernalar, serta membentuk mentalitas anak yang tangguh dalam bereksperimen, berkreasi, dan menyikapi kegagalan sebagai batu loncatan akademis. Merujuk pada pemikiran Theo (2020) upaya mengeskalasi keberanian verbal siswa melalui pendekatan pola pikir berkembang ini merupakan manifestasi konkret dari implementasi filosofi Merdeka Belajar pada level operasional kelas. Argumen ini dipertegas oleh Wijayanti (2024) yang menyatakan bahwa pendidik yang mengadopsi pola pikir berkembang akan mampu mendesain iklim belajar yang rekreatif sekaligus mengonversi heterogenitas potensi siswa menjadi stimulus untuk bertumbuh secara kolektif.

Namun, potret empiris yang terekam melalui pengamatan awal di kelas V SD Negeri 2 Loktabat Selatan justru menyingkap fakta yang paradoks, di mana heroisme komunikasi siswa didapati masih sangat memprihatinkan. Dari total populasi sebanyak 28 anak, kuantitas siswa yang memiliki regulasi diri untuk berani mengajukan pertanyaan, merespons stimulus verbal, atau menyuarakan isi kepala hanya menyentuh angka 9 orang (32%), sedangkan mayoritas subjek sebanyak 19 anak (68%) terjebak dalam pasivitas belajar. Anomali ini mengindikasikan adanya jurang pemisah yang lebar antara ekspektasi teoretis dari pembelajaran berbasis *deep learning* dengan realitas instruksional di lapangan. Berangkat dari akumulasi problematika tersebut, penelitian tindakan ini diinisiasi dengan target utama untuk mendongkrak keberanian berkomunikasi siswa melalui integrasi taktik *growth mindset* yang disublimasikan dalam struktur pengajaran PJOK di kelas V SD Negeri 2 Loktabat Selatan.

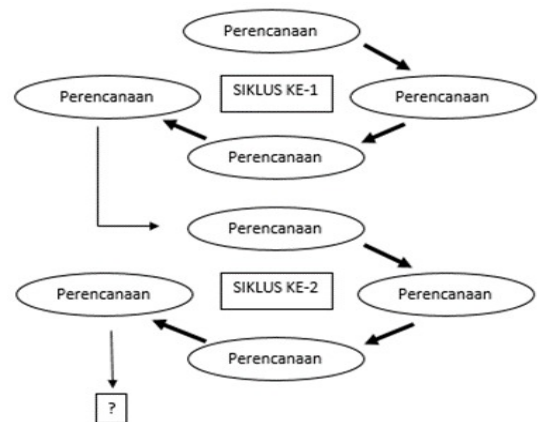
B. Metode Penelitian

Studi ini dirancang dengan mengadopsi metode Penelitian

Tindakan Kelas (PTK) yang mengedepankan pendekatan kemitraan kolaboratif serta pelibatan partisipatif secara aktif. Lokasi yang dipilih sebagai tempat pelaksanaan intervensi ini adalah SD Negeri 2 Loktabat Selatan, dengan lini masa eksekusi lapangan yang berlangsung dari bulan April sampai Mei tahun 2026. Fokus subjek dalam investigasi ilmiah ini diarahkan pada peserta didik kelas Vc pada semester genap tahun ajaran 2025/2026 dengan total populasi sebanyak 28 orang, yang secara demografis memuat komposisi 16 siswa laki-laki dan 12 siswa perempuan.

Operasionalisasi penelitian ini dirancang secara sistematis dalam komparasi dua siklus yang berkesinambungan. Merujuk pada kerangka teoretis yang dikembangkan oleh Kemmis (2014), masing-masing siklus diartikulasikan ke dalam empat tahapan prosedural yang baku, yang meliputi fase formulasi perencanaan, fase implementasi atau eksekusi tindakan, fase pemantauan (observasi), serta fase analisis reflektif. Representasi visual mengenai bagan alur dan tata langkah pelaksanaan riset aksi ini dipaparkan

secara terperinci dalam Gambar 1 di bawah ini.



Gambar 1. Alur Siklus PTK Model (Kemmis, 2014)

Fase formulasi perencanaan diawali oleh peneliti dengan mengonstruksi modul ajar PJOK yang diintegrasikan dengan nilai-nilai *growth mindset*, menyusun lembar pemantauan aktivitas, serta memantapkan rubrik instrumen penilaian. Melangkah pada fase eksekusi tindakan, pendidik mengaktualisasikan strategi pengajaran penjasorkes berbasis pola pikir berkembang tersebut melalui stimulasi interaktif seperti forum dialektika kelompok, pemaparan presentasi, aktivitas permainan tim, serta pemberian afirmasi berupa umpan balik yang konstruktif kepada anak didik.

Bersamaan dengan itu, fase pemantauan atau observasi

diselenggarakan secara langsung sepanjang dinamika instruksional guna merekam indikator heroisme verbal siswa, yang diukur lewat keberanian mengajukan pertanyaan, merespons stimulus pertanyaan, menyuarakan ide, serta kedinamisan terlibat dalam kelompok diskusi. Selanjutnya, muatan data yang diperoleh dibedah dalam fase analisis reflektif demi mengukur efektivitas intervensi sekaligus merumuskan draf perbaikan struktural untuk siklus berikutnya.

Adapun teknik penggalian data di lapangan bersandar pada triangulasi instrumen yang meliputi pengamatan langsung, uji performa (tes kinerja), serta perekaman bukti fisik (dokumentasi). Seluruh himpunan data yang telah terkumpul kemudian dikalkulasi menggunakan metode deskriptif komparatif guna membandingkan secara berkala grafik eskalasi keberanian berkomunikasi siswa, mulai dari fase pra-tindakan, siklus pertama, hingga pencapaian akhir pada siklus kedua.

C. Hasil dan Pembahasan

Hasil Penelitian

Analisis data dalam penelitian tindakan kelas ini menggunakan

teknik statistik deskriptif kuantitatif untuk mengukur tingkat keberanian berkomunikasi siswa pada setiap siklusnya. Indikator keberhasilan ditentukan melalui perhitungan Persentase Ketuntasan Kategori dihitung menggunakan rumus $P = \frac{f}{n} \times 100\%$, dengan f sebagai frekuensi siswa yang memenuhi kriteria dan n sebagai jumlah keseluruhan siswa (Aqib, 2018), sebagai berikut:

$$P = \frac{f}{n} \times 100\%$$

Rumus tersebut adalah rumus dasar untuk menghitung persentase atau frekuensi relatif dalam statistika.

Berikut adalah keterangan komponennya:

- **P** : Persentase yang dicari.
- **F** : (*frequency*): Jumlah nilai atau frekuensi tertentu yang sedang dihitung.
- **N** (*number*): Total seluruh jumlah frekuensi atau sampel.
- **(100%**: Faktor pengali untuk mengubah bentuk desimal menjadi persen

Untuk menunjukkan adanya Besaran peningkatan antarsiklus dalam PTK

ditentukan dari selisih akhir dikurangi persentase awal, Peningkatan = $P_{akhir} - P_{awal}$ (Arikunto, 2021), sebagai berikut.

Rumus:

$$Peningkatan = P_{akhir} - P_{awal}$$

Keterangan:

- **Peningkatan** = selisih kenaikan persentase
- **P_{akhir}** = persentase akhir (misalnya Siklus II)
- **P_{awal}** = persentase awal (misalnya Pra-Siklus atau Siklus I)

Pra-Siklus

Data yang dihimpun dari fase penjajakan awal mengonfirmasi bahwa kapasitas artikulasi dan heroisme komunikasi siswa masih berada pada level yang kurang memuaskan. Dari keseluruhan populasi yang berjumlah 28 subjek didik, kuantitas siswa yang berhasil menembus ambang batas kriteria ketuntasan hanya menyentuh angka 9 orang (32%), sedangkan mayoritas siswa sebanyak 19 orang (68%) diidentifikasi belum mampu mencapai standar ketuntasan tersebut. Representasi makro di lapangan memperlihatkan bahwa sebagian besar anak didik masih terjebak dalam pasivitas belajar serta mengalami defisit rasa percaya diri yang

signifikan sepanjang proses instruksional PJOK berlangsung.

Tabel 4.1 Hasil Pra-Siklus

No	Kriteria	Jumlah Siswa	Persentase
1	Tuntas	9 Siswa	32%
2	Belum Tuntas	19 Siswa	68%
	Jumlah	28 Siswa	100%

Siklus I

Pasca-integrasi pendekatan pola pikir bertumbuh (*growth mindset*) sepanjang siklus pertama, mulai terdeteksi adanya tren penguatan pada aspek heroisme komunikasi anak didik. Subjek didik secara bertahap mulai mengonfirmasi impresi positif berupa keberanian untuk mengajukan interogasi akademis, merespons stimulus pertanyaan, serta terlibat aktif dalam forum dialektika kelompok. Berdasarkan rekaman data lembar pemantauan, kuantitas siswa yang berhasil menggapai kualifikasi tuntas mengalami eskalasi hingga menyentuh angka 15 orang (54%), sementara sisa subjek sebanyak 13 anak (46%) terekam masih berada di bawah ambang batas ketuntasan.

Tabel 4.2 Hasil Siklus 1

No	Kriteria	Jumlah Siswa	Persentase
1	Tuntas	15 Siswa	54%
2	Belum Tuntas	13 Siswa	46%
	Jumlah	28 Siswa	100%

Siklus II

Menginjak tahapan siklus kedua, instruktur mengintensifkan langkah korektif melalui pemberian stimulasi motivasi yang lebih mendalam, merekonstruksi tata kelola forum dialektika kelompok, serta memformulasikan retribusi peluang artikulasi secara proporsional kepada setiap anak didik. Intervensi yang terukur ini memicu lonjakan performa yang sangat impresif pada lembar pemantauan akhir, di mana kuantitas siswa yang berhasil menembus kategori tuntas melonjak drastis hingga mencapai 22 orang (79%), sehingga menyisakan 6 subjek didik (21%) saja yang masih berada dalam kualifikasi belum tuntas.

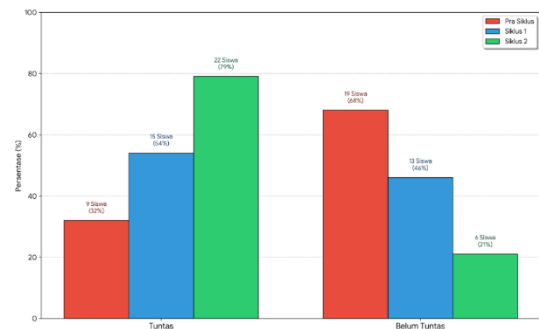
Tabel 4.3 Hasil Siklus 2

No	Kriteria	Jumlah Siswa	Persentase
1	Tuntas	22 Siswa	79%
2	Belum Tuntas	6 Siswa	21%
	Jumlah	28 Siswa	100%

Hasil pra-siklus, siklus 1, dan siklus 2

Rekapitulasi Ketuntasan Keberanian Berkomunikasi Siswa Antarsiklus.

Grafik 4.4. Hasil Pra-Siklus, Siklus 1, Dan Siklus 2



Representasi data yang terekam pada Grafik 4.3 mengonfirmasi adanya eskalasi performa akademis yang sangat meyakinkan melalui kalkulasi statistik deskriptif. Pada fase ini, kelompok siswa yang sukses menembus kriteria "Tuntas" tampil sebagai mayoritas tunggal dengan capaian persentase sebesar 79% (22 siswa), sedangkan proporsi anak didik dalam kategori "Belum Tuntas" berhasil direduksi secara masif hingga hanya menyisakan 21% (6 siswa). Secara pedagogis, perolehan angka 79% ini menjadi bukti empiris bahwa kelas secara kolektif telah melampaui parameter ambang batas Ketuntasan Klasikal.

Ditinjau dari perspektif instruksional, penyusutan drastis pada diagram kelompok yang belum tuntas mengondisikan sebuah kesimpulan bahwa langkah rekonstruksi modul ajar, pemutakhiran media pengajaran,

serta pengondisian strategi yang inklusif-akomodatif—melalui sinergi pembelajaran berdiferensiasi dan metode tutor sebaya—teruji andal dalam memangkas disparitas pemahaman kognitif antarpeserta didik. Pertumbuhan hasil belajar yang konsisten dan stabil di setiap tahapan intervensi ini memberikan pijakan teoretis yang solid bagi peneliti untuk menetapkan bahwa siklus tindakan yang diselenggarakan telah berhasil mencapai target perbaikan mutu pembelajaran secara komprehensif, sehingga pelaksanaan tindakan pembelajaran dinyatakan berhasil dan dihentikan pada Siklus 2.

C. Pembahasan

Temuan empiris dalam riset aksi ini mengonfirmasi bahwa internalisasi pendekatan pola pikir bertumbuh (*growth mindset*) memiliki kapabilitas yang signifikan dalam memacu keberanian berkomunikasi siswa pada domain pembelajaran PJOK. Kurva pertumbuhan kompetensi verbal tersebut terekam secara konkret melalui eskalasi persentase ketuntasan klasikal subjek didik yang menanjak secara berkala, bermula dari fase pra-tindakan yang hanya sebesar 32%, terdongkrak

menjadi 54% pada siklus pertama, hingga mencapai puncaknya di angka 79% pada penutupan siklus kedua. Fenomena ini berkelindan erat dengan cetak biru rekonstruksi paradigma instruksional kontemporer; sebagaimana diuraikan oleh Turmuzi (2025), implementasi kurikulum berbasis *deep learning* dalam PJOK menuntut sebuah proses edukasi yang tidak sekadar mereduksi esensi pembelajaran pada penguasaan ketangkasan motorik semata, melainkan wajib memfasilitasi kapasitas murid untuk menginternalisasi makna aktivitas ragawi, meregulasi kestabilan emosi, membangun sinergi sosial, serta terlibat aktif dalam rekonstruksi pengalaman belajar yang kontekstual dengan realitas kehidupan mereka.

Akselerasi kapabilitas artikulasi siswa di lapangan dipicu oleh karakteristik intervensi *growth mindset* yang andal dalam merombak doktrin mental siswa, sehingga mereka tidak lagi dihantui kecemasan akan kegagalan dan memiliki efikasi diri yang lebih solid sepanjang aktivitas instruksional. Transformasi psikologis ini menstimulasi murid untuk berani mengajukan interogasi ilmiah,

merespons stimulus pertanyaan pendidik, serta menyuarakan isi kepala secara asertif dalam forum dialektika kelompok maupun sesi pemaparan presentasi. Indikator perubahan perilaku tersebut memperkuat tesis dasar Dweck (2006) yang menegaskan bahwa pengondisian pola pikir berkembang merupakan instrumen krusial untuk mengonstruksi keyakinan individu bahwa kapasitas intelektual dan bakat dapat terus ditumbuhkan melalui kerja keras dan latihan yang terstruktur. Landasan teoretis ini juga dipertegas oleh studi Wahidah (2021) yang menyoroti korelasi positif antara kesadaran *growth mindset* dengan peningkatan aspek kepercayaan diri siswa dalam ruang akademis.

Menginjak fase siklus kedua, optimalisasi heroisme komunikasi anak didik tercapai secara lebih komprehensif akibat langkah taktis guru yang memformulasikan retribusi peluang berbicara secara proporsional kepada seluruh siswa, sekaligus mengintensifkan suntikan afirmasi berupa umpan balik positif secara konsisten. Kondisi tersebut sukses menstimulasi iklim kelas menjadi lingkungan belajar yang jauh

lebih dinamis, rekreatif, dan padat partisipasi. Melalui serangkaian bukti ilmiah tersebut, dapat ditarik sebuah konklusi bahwa pendekatan *growth mindset* teruji sah dan efektif sebagai strategi instruksional demi mendongkrak keberanian verbal siswa dalam pembelajaran PJOK. Terlebih lagi, sebagaimana diidentifikasi oleh Saputra (2022, 2026), aplikasi taktik ini tidak hanya berhenti pada penguatan aspek artikulasi interpersonal semata, melainkan turut memberikan pengaruh pengiring (*nurturant effects*) terhadap pengokohan karakter esensial siswa, termasuk nilai gotong royong dan akuntabilitas moral yang menjadi pilar utama dalam filosofi pendidikan jasmani

D. Kesimpulan

Keberhasilan penelitian ini semakin menegaskan relevansi pendekatan *growth mindset* dalam konteks pendidikan masa kini. dinyatakan bahwa, tujuan Merdeka Belajar antara lain: menumbuhkan *growth mindset* pada siswa; berkembangnya kemandirian dan kebebasan siswa untuk berpikir; serta berkembangnya keberanian anak untuk berani mencoba, berani salah,

dan berani berkreasi. (Theo, (2020).) maka penelitian ini hadir sebagai bukti empiris bahwa tujuan tersebut dapat diwujudkan secara konkret melalui penerapan yang tepat di kelas PJOK. Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa penerapan pendekatan *growth mindset* efektif dalam meningkatkan keberanian berkomunikasi siswa kelas V SD Negeri 2 Loktabat Selatan pada pembelajaran PJOK. Persentase ketuntasan siswa meningkat dari 32% pada tahap pra-siklus menjadi 54% pada siklus I dan mencapai 79% pada siklus II.

Pembelajaran yang bermakna adalah pembelajaran yang mengaktifkan tiga ranah utama peserta didik: berpikir kritis, berkolaborasi, dan berkreasi. Desain pembelajaran tidak bisa melepaskan dari pemahaman yang kuat terhadap karakteristik peserta didik dan konteks sosial-budaya tempat pembelajaran berlangsung." (Herlina L. N., 2025) Penelitian ini bertujuan untuk mendasarkan kerancuan teoritis konstruk *deep learning* dalam pendidikan bahasa dan membuktikan rasionalitas laten dari perpaduan konsep *deep learning* dengan teori-teori pembelajaran, dengan harapan

memberikan wawasan baru bagi pengembangan teoritis dan empiris *deep learning* dalam pendidikan." (Jiang, 2022)

Penerapan *deep learning* dalam PJOK tidak hanya berfungsi sebagai strategi pedagogis, tetapi juga sebagai kerangka pengembangan kompetensi jangka panjang yang menumbuhkan kesadaran gerak, kebugaran fisik, literasi teknologi, serta karakter sosial murid. (Turmuzi, 2025).

Penerapan *growth mindset* dalam pembelajaran menjadi kunci penting untuk memotivasi siswa, dengan menekankan usaha dan proses belajar, bukan hanya hasil akhir. Dengan menciptakan lingkungan belajar yang mendukung, memberikan umpan balik konstruktif, dan mengadopsi strategi penguatan positif, guru dapat mendorong siswa untuk mengembangkan sikap belajar yang lebih terbuka dan tahan terhadap kegagalan." (Mulyanti, 2025), Pendekatan *growth mindset* mampu meningkatkan rasa percaya diri, keberanian menyampaikan pendapat, serta partisipasi aktif siswa dalam proses pembelajaran. Selain itu, penerapan pembelajaran kolaboratif dan pemberian umpan balik positif

juga berkontribusi terhadap peningkatan kemampuan komunikasi siswa selama pembelajaran berlangsung. Penting untuk terus mengevaluasi dan mengadaptasi metode pembelajaran agar sesuai dengan kebutuhan dan perkembangan siswa dalam konteks PJOK. Evaluasi yang berkelanjutan akan membantu dalam mengidentifikasi area yang perlu diperbaiki dan memastikan bahwa pendekatan yang digunakan tetap relevan dan efektif. (Herlina E. S., 2024)

SARAN

Berdasarkan hasil penelitian, beberapa saran konstruktif yang dapat direkomendasikan adalah sebagai berikut:

- **Bagi Guru:** Mengintegrasikan pendekatan *growth mindset* secara konsisten sebagai budaya belajar di kelas, serta mengoptimalkan model PBL berbasis *deep learning* untuk memperluas ruang partisipasi murid dan memberikan umpan balik yang konstruktif.
- **Bagi Murid:** Membudayakan pola pikir bertumbuh (*growth mindset*) dengan memandang hambatan sebagai tantangan

belajar, serta meningkatkan partisipasi aktif dan keberanian berkomunikasi dalam diskusi kelompok.

- **Bagi Sekolah:** Memfasilitasi pengembangan kompetensi profesional guru terkait pembelajaran inovatif dan menyediakan sarana pendukung guna menciptakan ekosistem sekolah yang suportif dan kolaboratif.
- **Bagi Peneliti Selanjutnya:** Melakukan penelitian lanjutan dengan memperluas ruang lingkup subjek, variasi jenjang pendidikan, maupun keragaman materi, serta mengeksplorasi metode lain untuk mengkaji korelasi antara *growth mindset* dan variabel hasil belajar lainnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Afrizal. (2025). Pembelajaran PJOK dan tantangannya .
- Angga, P. D. (2025). Deep Learning: Bagaimana Implementasinya Pada Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan (PJOK. *urnal Ilmiah Profesi Pendidikan*, 1373–1391.

- Aqib, Z. &. (2018). PTK Penelitian Tindakan Kelas: Teori dan Aplikasi. *Yogyakarta: Penerbit ANDI*, 41.
- Arikunto, S. S. (2021). Penelitian Tindakan Kelas: Edisi Revisi. *Jakarta: Bumi Aksara*.
- Dweck, C. S. ((2006)). *Mindset: The new psychology of success*. Random House.
- Fullan, M. G. (2019, 2024). Peran motivasi growth mindset, dan metakognisi dalam pembelajaran mendalam. *penerbitan lovRinz*, 64-69.
- Herlina, E. S. (2024). Peningkatan Kemampuan Pola Pikir Growth Mindset pada Anak Sekolah. *Journal of Innovation and Sustainable Empowerment*, 84-88.
- Herlina, L. N. (2025). Perencanaan Dan Desain Pembelajaran.
- Jiang, R. (2022). Memahami, menyelidiki, dan mempromosikan pembelajaran mendalam dalam pendidikan bahasa: Survei tentang pembelajaran mendalam mahasiswa Tiongkok dalam konteks pengajaran EFL daring. *Frontiers in Psychology*, 16.
- Kemmis, S. &. (2014). *The action research planner*. Springer.
- Mulyanti, D. (2025). Peran Guru dalam Menanamkan Growth Mindset untuk Meningkatkan Motivasi Belajar. *Jurnal Global Futuristik*, 16-24.
- Rahmawati, K. A. (2024). Peran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan dalam Pembentukan Karakter dan Perkembangan Gerak Anak Sekolah Dasar. *Indo-MathEdu Intellectuals Journal*.
- Saputra.D.D., D. G. (2022, 2026). Penerapan Model Pembelajaran PJOK Inovatif Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Materi Kebugaran Jasmani 2 Siswa Kelas V SD Negeri Gunung Gatep. *Implementasi deep learning dalam PJOK*.
- Theo, A. ((2020).). SEKOLAH DASAR MERDEKA BELAJAR DI KOTA YOGYAKARTA DENGAN PENDEKATAN ARSITEKTUR PERILAKU . (Doctoral dissertation, Universitas Atma Jaya Yogyakarta).
- Turmuzi, F. (2025). Penerbit Turmuji. *In Prosiding Seminar Nasional Prodi Magister dan Doktoral Pendidikan Olahraga FIK UNNES*, 463-472.
- Wahidah, F. R. (2021). *Growth Mindset Leads Grittier Students*.
- Wijayanti, W. S. (2024). Pelatihan peningkatan kapabilitas lembaga dalam menghadapi Kurikulum Merdeka. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 9-20.