

# Revisi Artikel Putri Junita.pdf

*by* Akun Turnitin

---

**Submission date:** 18-Jun-2026 09:53AM (UTC+0700)

**Submission ID:** 2985294307

**File name:** Revisi\_Artikel\_Putri\_Junita.pdf (261.81K)

**Word count:** 3487

**Character count:** 22408



## PENGARUH METODE *DEEP LEARNING* UNTUK MENINGKATKAN KEMAMPUAN DASAR PASSING BAWAH PADA SEKOLAH MENENGAH PERTAMA

Putri Junita\*<sup>1ABCDE</sup>, Irfan Zinat Achmad<sup>1EC</sup>, Oktaviarini Yahya Ramdhanty<sup>1ED</sup>

<sup>1</sup>Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Singaperbangsa Karawang, Indonesia

\*A - Perumusan konsep dan desain penelitian; B - Pengumpulan data; C - Analisis dan interpretasi data; D - Penyusunan naskah; E - Perolehan pendanaan penelitian.

### Kata kunci:

*Deep learning*;  
Passing Bawah; Bola  
Voli; PJOK; SMP

### Abstrak

Dominasi pendekatan pembelajaran yang bersifat konvensional dan monoton dalam mata pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) turut berkontribusi terhadap rendahnya tingkat penguasaan keterampilan dasar bola voli, terutama teknik passing bawah, di kalangan peserta didik tingkat Sekolah Menengah Pertama. Penelitian ini dirancang untuk mengkaji efektivitas penerapan metode *deep learning* dalam meningkatkan penguasaan teknik dasar passing bawah bola voli pada siswa kelas VII SMP Negeri 17 Kota Tangerang Selatan. Rancangan penelitian yang digunakan adalah quasi experiment dengan pola two group pretest-posttest. Sebanyak 84 siswa dilibatkan sebagai sampel yang terbagi menjadi dua kelompok seimbang: 42 siswa pada kelompok eksperimen yang memperoleh pembelajaran dengan metode *deep learning*, dan 42 siswa pada kelompok kontrol yang mengikuti pembelajaran konvensional. Data dikumpulkan menggunakan rubrik asesmen keterampilan teknik passing bawah yang telah tervalidasi. Program intervensi berlangsung selama delapan sesi pembelajaran yang dirancang untuk mengintegrasikan eksplorasi gerak aktif, proses refleksi terstruktur, kerja kolaboratif, evaluasi mandiri, serta pemanfaatan media pembelajaran berbasis teknologi digital. Pengolahan data secara statistik memperlihatkan adanya lonjakan skor rata-rata kelompok eksperimen dari 24,60 pada tahap pretest menjadi 41,88 pada tahap posttest, mencerminkan kenaikan sebesar 17,28 poin. Hasil uji Paired Sample t-test memperoleh nilai signifikansi 0,000 ( $p < 0,05$ ). Sementara itu, uji Independent Sample T-Test menghasilkan nilai  $t = 9,004$  dengan Sig. (2-tailed) = 0,000, perbedaan rata-rata posttest 7,000 poin, dan nilai Cohen's  $d = 2,039$  yang tergolong efek sangat besar. Temuan ini menegaskan

bahwa penerapan metode deep learning berdampak nyata dan signifikan terhadap peningkatan keterampilan teknik dasar passing bawah bola voli, sekaligus terbukti lebih efektif dibandingkan pendekatan pembelajaran konvensional dalam konteks PJOK di tingkat Sekolah Menengah Pertama.

**Keywords:**

Deep learning;  
Underhand Pass;  
Volleyball; Physical  
Education; Junior  
High School

**Abstract**

The predominance of conventional and repetitive instructional approaches in Physical Education, Sports, and Health (PJOK) lessons has been identified as a contributing factor to the limited mastery of fundamental volleyball skills, particularly underhand passing, among junior high school students. This study was designed to examine the effectiveness of the deep learning method in enhancing underhand passing technique among seventh-grade students at SMP Negeri 17 Kota Tangerang Selatan. A quasi-experimental design with two group pretest-posttest format was utilized. A total of 84 students were recruited as the sample, equally distributed between an experimental group of 42 students receiving deep learning-based instruction and a control group of 42 students following conventional teaching methods. Data collection employed a validated rubric for assessing underhand passing technical skills. The intervention spanned eight learning sessions structured to incorporate active movement exploration, systematic reflection, collaborative activities, self-directed assessment, and the use of technology-based learning media. Statistical analysis revealed a substantial improvement in the experimental group's mean score, rising from 24.60 at pretest to 41.88 at posttest, representing a gain of 17.28 points. The Paired Sample t-test returned a significance value of 0.000 ( $p < 0.05$ ). The Independent Sample T-Test yielded  $t = 9.004$ ,  $\text{Sig. (2-tailed)} = 0.000$ , a posttest mean difference of 7.000 points, and Cohen's  $d = 2.039$ , indicating a very large effect. These findings affirm that the deep learning method produces a meaningful and statistically significant impact on the development of underhand passing technique in volleyball, and proves more effective than conventional instruction within the PJOK learning context at the junior high school level

**Diterima:** 2 Juni  
2026

**Disetujui:** 5 Juni  
2026

**Dipublikasikan:**  
13 Juni 2026

**Korespondensi:**

Putri Junita  
Email: putrijunita.1420@gmail.com



**PENDAHULUAN**

Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) merupakan komponen integral dalam sistem pendidikan formal yang memiliki peran strategis dalam mendukung

perkembangan aspek fisik, psikologis, dan sosial peserta didik melalui serangkaian aktivitas jasmani yang terprogram. Di antara berbagai cabang olahraga yang menjadi muatan wajib kurikulum SMP, bola voli menempati posisi penting dengan

passing bawah sebagai salah satu fondasi teknis yang paling menentukan kualitas permainan. Ironisnya, realitas pembelajaran di lapangan memperlihatkan bahwa tingkat penguasaan teknik ini di kalangan siswa SMP masih jauh dari yang diharapkan.

Hasil pengamatan langsung dan wawancara mendalam yang dilaksanakan selama satu pekan di SMP Negeri 17 Kota Tangerang Selatan mengungkap bahwa proses pembelajaran PJOK masih bertumpu pada pola instruksi searah dari guru ke siswa. Aktivitas praktik fisik di lapangan dilaksanakan secara rutin dengan pola yang relatif tetap dan minim kreasi, sehingga menimbulkan kejenuhan pada siswa dan menurunkan partisipasi aktif mereka. Sumber daya media pembelajaran yang tersedia pun terbatas pada papan tulis dan perlengkapan olahraga standar, tanpa pengembangan media inovatif berbasis teknologi. Kondisi demikian secara bertahap mengikis motivasi intrinsik siswa karena proses belajar terasa tidak menantang dan kurang bermakna.

Berbagai kajian terdahulu menunjukkan bahwa pembelajaran PJOK dengan variasi pendekatan yang terbatas dapat menyebabkan sekitar 35 hingga 40 persen siswa mengalami kejenuhan belajar dan kecenderungan bersikap pasif selama proses pembelajaran, sehingga target penguasaan keterampilan motorik sulit dicapai secara maksimal. Kondisi ini selaras dengan simpulan Sahiddannasa et al. (2026) yang menekankan urgensi pembaruan pendekatan pembelajaran demi mendorong partisipasi aktif dan pemahaman bermakna siswa dalam pembelajaran PJOK. Sebagai upaya mengatasi permasalahan tersebut, diperlukan suatu model pembelajaran yang mampu membangun pemahaman mendalam melalui keterlibatan langsung dan proses refleksi yang terstruktur.

Metode *deep learning* tampil sebagai suatu pendekatan pembelajaran inovatif yang menempatkan penguasaan konsep secara mendalam sebagai prioritas utama, melampaui hafalan atau sekadar pengenalan fakta. Fitriani & Santiani (2025) menegaskan bahwa inti dari pendekatan ini adalah memastikan siswa tidak hanya menyerap substansi suatu konsep, melainkan juga mampu menghubungkannya dengan situasi nyata dalam kehidupan mereka. Dalam lingkup pendidikan formal, model *deep learning* bertumpu pada tiga pilar utama, yaitu *meaningful learning* (belajar bermakna), *mindful learning* (belajar berkesadaran penuh), dan *joyful learning* (belajar yang menyenangkan) sebagaimana dikemukakan oleh Qohar & Widyaningrum (2025). Sinergi ketiga pilar tersebut mendorong keterlibatan emosional-kognitif siswa, mendukung pengembangan kemampuan berpikir kritis, mendorong kolaborasi, menstimulasi kreativitas, serta membangun motivasi belajar yang berkelanjutan.

Keistimewaan penelitian ini terletak pada penerapan metode *deep learning* secara spesifik dalam konteks materi teknik dasar passing bawah pada pembelajaran PJOK tingkat SMP, dengan mengintegrasikan tiga komponen utama: pengalaman gerak langsung, observasi kualitas teknik secara sistematis, dan penilaian diri sebagai bagian dari satu kesatuan proses pembelajaran mendalam. Kombinasi ketiga komponen ini belum banyak dieksplorasi secara sistematis dalam penelitian PJOK khususnya pada materi passing bawah di jenjang SMP, sehingga penelitian ini memiliki nilai orisinalitas tersendiri. Bertolak dari latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis sejauh mana pengaruh metode

*deep learning* terhadap peningkatan kemampuan teknik dasar passing bawah bola voli pada siswa kelas VII SMP Negeri 17 Kota Tangerang Selatan.

#### **METODE PENELITIAN**

Studi ini mengadopsi paradigma penelitian kuantitatif melalui pendekatan *quasi experiment* dengan rancangan *two group pretest-posttest design*. Desain ini memungkinkan perbandingan antara dua kelompok yang berbeda perlakuan, yakni kelompok eksperimen yang mendapatkan pembelajaran menggunakan metode *deep learning* dan kelompok kontrol yang menjalani pembelajaran konvensional. Proses pengukuran dilaksanakan dua kali pada masing-masing kelompok, yaitu sebelum intervensi (*pretest*) dan sesudah intervensi (*posttest*).

Lokasi penelitian bertempat di SMP Negeri 17 Kota Tangerang Selatan, Provinsi Banten. Populasi dalam penelitian ini mencakup seluruh siswa kelas VII yang terdiri atas 458 peserta didik yang tersebar dalam 11 rombongan belajar. Pengambilan sampel dilakukan melalui teknik *cluster random sampling* dengan cara mengacak kelas-kelas yang tersedia. Dari hasil pengundian, terpilih dua kelas sebagai sampel, masing-masing beranggotakan 42 siswa, sehingga keseluruhan sampel berjumlah 84 siswa.

Alat pengumpul data yang digunakan adalah rubrik penilaian keterampilan teknik dasar passing bawah bola voli yang mencakup tiga fase gerakan utama: posisi kesiapan, fase kontak bola, dan posisi akhir gerakan. Instrumen ini telah melewati serangkaian uji validitas dan reliabilitas sebelum diimplementasikan dalam penelitian. Kelompok eksperimen mengikuti program pembelajaran selama delapan pertemuan ( $8 \times 90$  menit), yang terdiri atas satu sesi pretest, enam sesi perlakuan, dan satu sesi posttest.

Penerapan metode *deep learning* dilaksanakan melalui lima tahapan sistematis: (1) pemberian rangsangan visual melalui tayangan video demonstrasi teknik passing bawah menggunakan perangkat laptop dan LCD proyektor; (2) eksplorasi gerak secara otonom oleh siswa berdasarkan pemahaman yang terbangun dari tayangan visual; (3) analisis gerakan melalui kegiatan saling mengamati antar siswa (*peer observation*) dan pengerjaan lembar kerja LKPD berbasis *deep learning*; (4) refleksi mendalam dan *self-assessment* oleh setiap siswa mengenai kualitas teknik yang berhasil dikuasai; serta (5) penguatan pemahaman melalui diskusi kelompok yang dipadu dengan umpan balik individual dari guru. Sementara itu, kelompok kontrol mengikuti alur pembelajaran konvensional dengan metode ceramah, demonstrasi langsung, dan latihan berulang (*drill*) yang lazim diterapkan dalam pembelajaran PJOK.

Prosedur analisis data mencakup lima tahapan: (1) statistik deskriptif untuk menggambarkan sebaran skor pretest dan posttest; (2) uji normalitas *Shapiro-Wilk* mengingat jumlah sampel per kelompok di bawah 50 orang; (3) uji homogenitas *Levene's Test*; (4) uji *Paired Sample t-test* untuk mengidentifikasi perbedaan skor

pretest-posttest dalam kelompok yang sama; dan (5) uji *Independent Sample T-Test* guna membandingkan skor posttest antar kelompok. Keseluruhan analisis diproses menggunakan perangkat lunak SPSS versi 27 dengan penetapan taraf signifikansi 0,05.

## HASIL PENELITIAN

### Deskripsi Statistik

Analisis deskriptif menunjukkan bahwa kondisi awal keterampilan passing bawah kedua kelompok berada pada taraf yang relatif seimbang. Kelompok kontrol mencatat rata-rata pretest sebesar 26,24 (SD = 3,449), sedangkan kelompok eksperimen memperoleh rata-rata pretest sebesar 24,60 (SD = 3,155). Selisih nilai awal kedua kelompok hanya sebesar 1,64 poin, yang mengindikasikan bahwa keduanya memulai dari baseline kemampuan yang sebanding. Rekapitulasi data disajikan pada Tabel 1.

**Tabel 1.**  
**Statistik Deskriptif Kemampuan Passing Bawah Bola Voli**

Kelompok	N	Mean Pretest	SD Pretest	Mean Posttest	SD Posttest	Peningkatan
Perlakuan (Deep learning)	42	24,60	3,155	41,88	3,604	+17,28
Kontrol (Konvensional)	42	26,24	3,449	34,88*	41,034	+8,64

\*Nilai posttest kontrol mengandung outlier; nilai median (35,00) lebih representatif.

Usai menjalani enam sesi perlakuan, kelompok eksperimen mencatatkan peningkatan yang sangat signifikan dengan rata-rata posttest mencapai 41,88 (SD = 3,604), sementara kelompok kontrol hanya mampu meningkat ke angka sekitar 34,88. Keunggulan metode deep learning juga tercermin dari konsistensi sebaran data kelompok eksperimen yang jauh lebih baik, sebagaimana ditunjukkan oleh nilai standar deviasi posttest yang relatif kecil (3,604) dibandingkan kelompok kontrol (41,034). Fakta ini membuktikan bahwa perbaikan yang dialami kelompok eksperimen bersifat merata di seluruh anggota kelompok, bukan hanya pada sebagian siswa saja.

### Uji Prasyarat: Normalitas dan Homogenitas

Pengujian normalitas data dengan uji *Shapiro-Wilk* memperlihatkan bahwa keempat kumpulan data (pretest dan posttest dari masing-masing kelompok) memenuhi asumsi distribusi normal. Nilai signifikansi yang diperoleh adalah: pretest kelompok eksperimen 0,552; posttest kelompok eksperimen 0,171; pretest kelompok kontrol 0,097; dan posttest kelompok kontrol 0,190. Seluruh nilai tersebut melampaui ambang batas signifikansi 0,05. Ringkasan hasil uji normalitas disajikan pada Tabel 2.

**Tabel 2.**  
**Hasil Uji Normalitas Shapiro-Wilk**

Data	Statistik S-W	df	Sig.	Keterangan
Pretest Kelompok Perlakuan	0,977	42	0,552	Normal
Posttest Kelompok Perlakuan	0,962	42	0,171	Normal
Pretest Kelompok Kontrol	0,955	42	0,097	Normal
Posttest Kelompok Kontrol	0,963	42	0,190	Normal

Uji homogenitas varians menggunakan *Levene's Test* secara konsisten menghasilkan nilai signifikansi yang jauh melampaui 0,05 pada seluruh pendekatan kalkulasi: berdasarkan mean (Sig. = 0,944), median (Sig. = 0,947), median dengan df yang disesuaikan (Sig. = 0,947), dan trimmed mean (Sig. = 0,946). Hal ini memvalidasi bahwa varians data keterampilan passing bawah antara kedua kelompok bersifat homogen, sehingga prasyarat untuk pengujian statistik parametrik terpenuhi sepenuhnya.

### Uji Hipotesis

#### Hipotesis

Hasil uji *Paired Sample T-Test* pada kelompok eksperimen menghasilkan nilai signifikansi (Sig. 2-tailed) = 0,000, yang lebih kecil dari 0,05. Dengan demikian  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima, artinya terdapat peningkatan yang bermakna secara statistik. Kenaikan skor sebesar 17,28 poin dari rata-rata pretest 24,60 menjadi 41,88 pada posttest menjadi bukti empiris bahwa penerapan metode *deep learning* selama enam sesi pembelajaran memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan keterampilan teknik dasar passing bawah. Di sisi lain, kelompok kontrol juga menunjukkan peningkatan yang bermakna secara statistik (Sig. = 0,000), namun besaran kenaikannya jauh lebih kecil, yakni sekitar  $\pm 8,64$  poin.

Hasil uji *Independent Sample T-Test* yang membandingkan skor posttest kedua kelompok menghasilkan nilai t hitung = 9,004 dengan df = 82 dan Sig. (2-tailed) = 0,000. Selisih rata-rata skor posttest (*Mean Difference*) sebesar 7,000 poin dengan interval kepercayaan 95% berkisar antara 5,453 hingga 8,547, tidak mencakup angka nol. Nilai Cohen's d sebesar 2,039 mengindikasikan efek yang sangat besar. Ringkasan hasil uji statistik disajikan pada Tabel 3.

**Tabel 3.**  
**Ringkasan Hasil Uji Statistik**

Uji Statistik	Nilai	Sig.	Keterangan
Paired T-Test – Kelompok Perlakuan	t = signifikan	0,000	H <sub>1</sub> Diterima (Ada peningkatan signifikan)
Paired T-Test – Kelompok Kontrol	t = signifikan	0,000	Ada peningkatan, namun lebih kecil
Independent T-Test (Posttest)	t = 9,004; df = 82	0,000	Kelompok perlakuan lebih unggul
Cohen's d (Effect Size)	d = 2,039	-	Efek sangat besar (very large)

### PEMBAHASAN

Temuan penelitian ini secara meyakinkan membuktikan keunggulan metode *deep learning* dalam mendorong peningkatan penguasaan teknik dasar passing bawah bola voli dibandingkan dengan metode pembelajaran konvensional. Keberhasilan ini dapat ditelaah melalui sejumlah mekanisme pembelajaran yang menjadi ciri khas utama pendekatan *deep learning*.

Pertama, metode *deep learning* mendorong siswa untuk terlibat secara aktif dalam membangun pemahamannya melalui pengalaman gerak yang nyata. Alih-alih sekadar meniru gerakan yang ditunjukkan guru, siswa difasilitasi untuk menjelajahi teknik passing bawah secara mandiri, mengenali kesalahan yang terjadi, serta menemukan cara perbaikannya melalui proses coba-ulang (*trial-and-error*) yang terbimbing. Keterlibatan aktif semacam ini meningkatkan kualitas pemrosesan informasi gerak dalam memori jangka panjang, sehingga keterampilan yang dipelajari lebih melekat dan mudah diaplikasikan. Hal ini sejalan dengan kajian Fitriani & Santiani (2025) yang menegaskan bahwa *deep learning* memfasilitasi siswa untuk menghubungkan pengetahuan baru dengan konteks praktis yang relevan.

Kedua, tahapan refleksi terstruktur dan penilaian mandiri (*self-assessment*) yang diintegrasikan dalam proses pembelajaran berperan mengaktifkan kapasitas metakognitif siswa, yaitu kesadaran dan kendali terhadap proses belajarnya sendiri, yang terbukti berkorelasi positif dengan perkembangan keterampilan motorik. Melalui LKPD berbasis *deep learning* yang memuat skenario eksplorasi gerak, analisis teknis, dan refleksi diri, siswa tidak sekadar melaksanakan gerakan, tetapi juga secara aktif memikirkan alasan di balik cara pelaksanaan suatu gerakan. Proses refleksi yang sistematis ini membangun representasi mental yang lebih tepat dan akurat tentang

teknik passing bawah yang ideal. Hal ini selaras dengan pandangan Diputera (2024) yang menegaskan bahwa *mindful learning* mendorong siswa berkembang menjadi pelajar yang reflektif dan sadar diri.

Ketiga, dimensi pembelajaran kolaboratif yang diwujudkan melalui diskusi antar kelompok dan kegiatan pengamatan sebaya terbukti meningkatkan motivasi intrinsik siswa sekaligus memperkaya perspektif mereka terhadap teknik yang dipelajari. Dalam proses ini, siswa tidak hanya menerima arahan dari guru, tetapi juga belajar secara bersama-sama melalui pengamatan dan pemberian umpan balik timbal balik. Kekayaan interaksi sosial dalam pembelajaran ini selaras dengan teori konstruktivisme sosial yang menyatakan bahwa pemahaman mendalam terbentuk melalui proses interaksi dan pertukaran pengetahuan dalam konteks yang bermakna (Qohar & Widyaningrum, 2025).

Keempat, integrasi media berbasis teknologi berupa video demonstrasi teknik passing bawah yang ditayangkan melalui laptop dan LCD proyektor memberikan kemudahan bagi siswa dengan berbagai modalitas belajar untuk membangun gambaran mental yang jelas tentang gerak ideal. Ketika siswa memiliki representasi mental yang akurat, proses peniruan dan penyempurnaan gerakan menjadi lebih terarah dan efisien. Kondisi ini berbeda dengan pendekatan konvensional yang hanya mengandalkan demonstrasi fisik langsung tanpa dukungan media visual, sehingga siswa sering kali mengalami kesulitan dalam menangkap detail gerakan yang bersifat krusial.

Konsistensi sebaran data posttest kelompok eksperimen ( $SD = 3,604$ ) yang jauh lebih kecil dibandingkan kelompok kontrol ( $SD = 41,034$ ) membuktikan bahwa metode *deep learning* tidak hanya efektif bagi sebagian siswa, melainkan mampu memberikan dampak positif yang merata kepada seluruh peserta didik. Hal ini mencerminkan salah satu keistimewaan *deep learning* dalam mengakomodasi keberagaman karakteristik siswa melalui pendekatan pembelajaran yang terdiferensiasi, di mana setiap siswa memiliki kesempatan untuk mengeksplorasi dan memahami materi sesuai dengan kemampuan dan gaya belajarnya masing-masing.

Nilai Cohen's  $d = 2,039$  yang masuk dalam kategori efek sangat besar semakin memperkuat keyakinan bahwa dampak praktis dari penerapan metode *deep learning* ini bersifat substansial, bukan semata-mata signifikan secara statistik. Nilai tersebut menggambarkan bahwa perbedaan keterampilan passing bawah antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol sangat nyata dan bermakna secara praktis dalam konteks pembelajaran PJOK sehari-hari. Temuan ini sejalan dengan penelitian Sahiddannasa et al. (2026) yang mengungkap bahwa *deep learning* secara nyata meningkatkan capaian belajar siswa, termasuk dalam aspek keterlibatan aktif dan pemahaman bermakna dalam pembelajaran pendidikan jasmani.

Efektivitas metode *deep learning* dalam konteks ini juga relevan dengan karakteristik perkembangan siswa kelas VII SMP yang berada pada fase awal remaja,

yakni periode di mana kapasitas berpikir abstrak mulai terbentuk secara lebih matang. Pendekatan pembelajaran yang menekankan analisis, evaluasi, dan refleksi sangat kompatibel dengan fase perkembangan kognitif ini. Selain itu, kuatnya dinamika sosial kelompok sebaya pada usia remaja awal dapat dimanfaatkan secara strategis melalui komponen pembelajaran kolaboratif sebagai pendorong motivasi belajar yang bersifat berkelanjutan.

### KESIMPULAN

Berdasarkan keseluruhan proses penelitian dan analisis data yang melibatkan 84 siswa kelas VII SMPN 17 Kota Tangerang Selatan, dapat ditarik kesimpulan bahwa penerapan metode *deep learning* memberikan pengaruh yang signifikan dan terbukti lebih efektif dalam mengembangkan kemampuan teknik dasar passing bawah bola voli dibandingkan metode pembelajaran konvensional. Hal tersebut dikuatkan oleh tiga bukti empiris: (1) kelompok eksperimen mengalami kenaikan rata-rata sebesar 17,28 poin (dari 24,60 menjadi 41,88) dengan hasil uji Paired Sample t-test Sig. = 0,000; (2) Independent Sample T-Test menghasilkan  $t = 9,004$ , Sig. = 0,000, dan selisih rata-rata posttest 7,000 poin; serta (3) nilai Cohen's  $d = 2,039$  yang termasuk kategori efek sangat besar.

Implementasi metode *deep learning* yang mengintegrasikan pengalaman gerak langsung, refleksi mendalam, pembelajaran kolaboratif, penilaian diri, dan dukungan media berbasis teknologi digital terbukti mampu menciptakan ekosistem belajar yang bermakna, aktif, dan produktif. Berdasarkan temuan ini, metode *deep learning* direkomendasikan untuk diterapkan secara berkelanjutan dalam pembelajaran PJOK, terutama pada materi-materi yang menuntut penguasaan keterampilan gerak kompleks di tingkat Sekolah Menengah Pertama.

### UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Bapak Irfan Zinat Achmad, S.Pd., M.Pd. dan Ibu Oktaviarini Yahya Rahmadhany, M.Pd. selaku dosen pembimbing yang telah memberikan arahan dan bimbingan selama proses penelitian. Terima kasih juga disampaikan kepada Kepala Sekolah, guru PJOK, dan seluruh siswa kelas VII SMPN 17 Kota Tangerang Selatan yang telah bersedia menjadi responden, serta Program Studi PJOK FKIP Universitas Singaperbangsa Karawang atas dukungan akademis yang diberikan.

### DAFTAR PUSTAKA

Afif, N., & Komari, A. (2024). Efektivitas pembelajaran PJOK berbasis teknologi terhadap motivasi belajar siswa. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 20(1), 105–114.

- Arikunto, S. (2023). *Prosedur penelitian: Suatu pendekatan praktik (Edisi Revisi)*. Rineka Cipta.
- Creswell, J. W. (2021). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches (5th ed.)*. SAGE Publications.
- Fitriani, R., & Santiani, N. (2025). Implementasi pendekatan *deep learning* dalam pembelajaran pendidikan jasmani. *Jurnal Pendidikan dan Kebudayaan*, 10(1), 45–58.
- Fraenkel, J. R., Wallen, N. E., & Hyun, H. H. (2022). *How to design and evaluate research in education (10th ed.)*. McGraw-Hill Education.
- Hamid, A., & Setiawan, B. (2023). Pengaruh metode *deep learning* terhadap keterampilan teknik dasar bola voli pada siswa SMP. *Jurnal Keolahragaan*, 11(2), 87–96.
- Invernizzi, P. L., et al. (2022). Movement analysis and physical education: Implications for practice. *European Journal of Physical Education*, 28(4), 312–325.
- Irwanto, D. (2021). Sejarah dan perkembangan bola voli di Indonesia. *Jurnal Olahraga Prestasi*, 17(2), 12–21.
- Mustafa, P. S. (2021). Peran pendidikan jasmani untuk mewujudkan tujuan pendidikan nasional. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 7(3), 55–67. <https://doi.org/10.5281/zenodo.6629984>
- Qohar, A., & Widyaningrum, R. (2025). Prinsip-prinsip *deep learning* dalam konteks kurikulum merdeka. *Jurnal Inovasi Pendidikan*, 12(1), 1–14.
- Sahiddannasa, R., et al. (2026). Efektivitas metode *deep learning* terhadap hasil belajar pendidikan jasmani. *Holistic Journal of Sport Education*, 5(1), 210–220.
- Setiawan, A., et al. (2025). *Deep learning* sebagai pendekatan inovatif dalam pembelajaran abad 21. *Jurnal Teknologi Pendidikan*, 27(1), 33–44.
- Sgrò, F., et al. (2021). Physical education and motor development in primary school. *Journal of Human Sport and Exercise*, 16(2), S421–S431.
- Sugiyono. (2022). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D (Edisi ke-3)*. Alfabeta.
- Utomo, P., et al. (2024). Hubungan aktivitas fisik dengan kemampuan motorik siswa sekolah menengah. *Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*, 9(1), 67–78.

# Revisi Artikel Putri Junita.pdf

## ORIGINALITY REPORT

14%

SIMILARITY INDEX

11%

INTERNET SOURCES

14%

PUBLICATIONS

2%

STUDENT PAPERS

## PRIMARY SOURCES

- 1** [journal.uniga.ac.id](http://journal.uniga.ac.id) Internet Source 4%
- 2** Mochammad Fichi Nur Rozzaq, Yogi Ferdy Irawan. "Pengaruh Latihan Resistance Band terhadap Kecepatan Tendangan Sabit Atlet Pencak Silat Kabupaten Kebumen", Jurnal Pendidikan Tambusai, 2026 Publication 1%
- 3** Sandi Setiyawan, Alfiah Rizqi Azizah. "Pengaruh Model Pembelajaran Problem Based Learning (PBL) untuk Meningkatkan Keterampilan Passing Bawah Bola Voli di SD Negeri 1 Sanguwatang", Jurnal Pendidikan Tambusai, 2026 Publication 1%
- 4** Sahabuddin, Anggi Setia Lengkana, Davi Sofyan. "Pengaruh Media Visual Interaktif Dalam Pembelajaran Teknik Dasar Bola Voli Terhadap Minat Belajar Siswa", Indonesian Journal of Physical Activity, 2025 Publication 1%
- 5** [www.journal.ipm2kpe.or.id](http://www.journal.ipm2kpe.or.id) Internet Source 1%
- 6** Rifa Asyifa Cahya Putri, Atep Sujana, Enjang Yusup Ali. "Pengaruh Bahan Ajar Multimedia Berbasis Google Site Terhadap Hasil Asesmen Sumatif Pada Pembelajaran Gaya di Sekitar 1%

# Kita", Al-Madrasah Jurnal Pendidikan Madrasah Ibtidaiyah, 2024

Publication

7	<a href="https://files01.core.ac.uk">files01.core.ac.uk</a> Internet Source	1%
8	<a href="https://www.sciencegate.app">www.sciencegate.app</a> Internet Source	1%
9	<a href="https://jurnal.isdikkieraha.ac.id">jurnal.isdikkieraha.ac.id</a> Internet Source	1%
10	<a href="https://repository.uin-suska.ac.id">repository.uin-suska.ac.id</a> Internet Source	1%
11	<a href="https://zh.scribd.com">zh.scribd.com</a> Internet Source	1%
12	Submitted to Universitas Negeri Jakarta Student Paper	1%
13	Submitted to Universitas Pendidikan Indonesia Student Paper	1%
14	<a href="https://jonedu.org">jonedu.org</a> Internet Source	1%
15	<a href="https://repository.uinjkt.ac.id">repository.uinjkt.ac.id</a> Internet Source	1%
16	<a href="https://www.zeugmakongresi.org">www.zeugmakongresi.org</a> Internet Source	1%

Exclude quotes  On

Exclude matches  < 1%

Exclude bibliography  On