



Tingkat Pemahaman Pemain Ukm Bola Voli Universitas Mercu Buana Yogyakarta Terhadap Metode Kooperatif Untuk Melatih Keterampilan Passing Bawah

Alief Ikhwan Hanif

Universitas Mercu Buana Yogyakarta, Indonesia

Corresponding Author: ✉ 20160001@student-yogya.ac.id

ABSTRACT

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat pemahaman pemain UKM Bola Voli Universitas Mercu Buana Yogyakarta terhadap metode kooperatif sebagai pendekatan dalam melatih keterampilan passing bawah. Metode penelitian yang digunakan adalah deskriptif kuantitatif dengan pendekatan survei. Jumlah responden dalam penelitian ini sebanyak 20 pemain aktif dari UKM tersebut. Data diperoleh melalui angket dan dianalisis menggunakan perhitungan statistik deskriptif berupa rata-rata dan standar deviasi, serta diklasifikasikan ke dalam tiga kategori: rendah, sedang, dan tinggi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar pemain (90%) memiliki tingkat pemahaman pada kategori sedang terhadap metode kooperatif, sedangkan pemahaman terhadap teknik dasar passing bawah, pentingnya passing bawah, dan pentingnya latihan berada pada kategori baik hingga sangat baik. Meskipun demikian, ditemukan pula kendala berupa kurangnya rasa percaya diri yang dapat memengaruhi performa saat melakukan passing bawah. Oleh karena itu, diperlukan pendekatan pembelajaran yang lebih efektif dan dukungan mental untuk meningkatkan kualitas latihan dan keterampilan pemain.

Kata Kunci

Metode Kooperatif, Passing Bawah, Bola Voli, Pemahaman, Kepercayaan Diri

PENDAHULUAN

Bola voli merupakan salah satu cabang olahraga beregu yang melibatkan kerja sama tim, komunikasi, serta penguasaan teknik dasar. Salah satu teknik penting dalam permainan ini adalah passing bawah, yang menjadi langkah awal dalam membangun serangan. Ketika passing bawah tidak dilakukan dengan baik, maka alur permainan terganggu dan peluang mencetak poin menjadi kecil (Rachmi Marsheilla, 2021). Sayangnya, masih banyak pemain, termasuk di tingkat Unit Kegiatan Mahasiswa (UKM), yang belum sepenuhnya menguasai teknik ini. Hal tersebut seringkali disebabkan oleh metode pelatihan yang masih berpusat pada pelatih (teacher-centered) dan kurang melibatkan partisipasi aktif pemain. Dalam konteks ini, metode pembelajaran kooperatif menjadi salah satu pendekatan yang lebih efektif karena menekankan pada kerja kelompok, diskusi, praktik langsung, dan tanggung jawab individu

(Hidayat, 2017). Metode kooperatif memungkinkan pemain belajar dari dan dengan rekan satu tim melalui observasi, demonstrasi, dan latihan bersama, yang secara signifikan dapat meningkatkan pemahaman teknik dasar permainan. Oleh karena itu, penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif deskriptif untuk menggambarkan efektivitas metode kooperatif dalam meningkatkan keterampilan passing bawah pemain bola voli UKM Universitas Mercu Buana Yogyakarta.

METODE PENELITIAN

1. Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif deskriptif, yaitu metode yang bertujuan menggambarkan suatu fenomena atau variabel secara sistematis, faktual, dan akurat melalui data numerik (Sugiyono, 2017). Dalam penelitian ini, pendekatan ini digunakan untuk mengetahui tingkat pemahaman pemain UKM bola voli Universitas Mercu Buana Yogyakarta terhadap penerapan metode kooperatif dalam melatih keterampilan passing bawah.

2. Populasi dan Sampel

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh anggota aktif UKM bola voli Universitas Mercu Buana Yogyakarta yang berjumlah 35 orang. Sampel diambil sebanyak 20 orang dengan menggunakan purposive sampling, yaitu teknik penentuan sampel berdasarkan kriteria tertentu, seperti keaktifan dalam latihan dan masa keanggotaan minimal satu semester (Sugiyono, 2019).

3. Variabel Penelitian

Penelitian ini melibatkan dua variabel utama, yaitu: Variabel bebas (independent variable): Metode kooperatif dalam pelatihan teknik bola voli (Rahayu & Subroto, 2020). Variabel terikat (dependent variable): Tingkat pemahaman pemain terhadap keterampilan passing bawah dalam permainan bola voli (Maulana & Widodo, 2020).

4. Instrumen Penelitian

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket atau kuesioner yang terdiri dari 20 butir pertanyaan. Pertanyaan dirancang untuk mengukur aspek kognitif, afektif, dan psikomotorik dari pemahaman pemain terhadap teknik passing bawah melalui metode kooperatif. Jenis pertanyaan yang digunakan meliputi pertanyaan tertutup (skala Likert dua pilihan) dan pertanyaan terbuka.

5. Teknik Pengumpulan Data

Data dikumpulkan melalui angket daring yang disebarakan menggunakan Google Form. Penggunaan platform daring ini dipilih karena efisien dan memudahkan partisipasi responden dalam mengisi kuesioner secara fleksibel. Link pengisian: <https://forms.gle/hYGMro2Mpf4o8Pgj8>

6. Uji Validitas dan Reliabilitas

Uji Validitas dilakukan dengan teknik korelasi Pearson Product Moment. Item dinyatakan valid jika nilai r hitung lebih besar dari r tabel pada taraf signifikansi 5% (Arikunto, 2013). Uji Reliabilitas menggunakan rumus Cronbach's Alpha, dengan hasil $\alpha = 0,64$. Berdasarkan kriteria Sugiyono (2017), nilai tersebut menunjukkan bahwa instrumen memiliki reliabilitas yang cukup dan dapat digunakan dalam penelitian.

7. Teknik Analisis Data

Data dianalisis menggunakan teknik statistik deskriptif kuantitatif, dengan fokus pada perhitungan persentase dan rata-rata untuk menggambarkan distribusi jawaban responden. Hasil analisis digunakan untuk menyimpulkan tingkat pemahaman pemain terhadap teknik passing bawah serta efektivitas metode kooperatif dalam konteks latihan tim bola voli.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan interval 3 untuk mengelompokkan data hasil angket ke dalam tiga kategori, yaitu rendah, sedang, dan tinggi. Pengelompokan ini dilakukan berdasarkan nilai rata-rata dan standar deviasi, atau menggunakan rentang nilai yang dibagi secara proporsional. Tujuannya adalah untuk memudahkan dalam menginterpretasikan kecenderungan jawaban responden terhadap variabel yang diteliti.

Adapun rumus interval 3 sebagai berikut :

- a. Rendah = $\leq M - 0,5 \times SD$
- b. Sedang = $M - 0,5 \times SD \leq M + 0,5 \times SD$
- c. Tinggi = $\geq M + 0,5 \times SD$

Berdasarkan hasil pengolahan data menggunakan Microsoft Excel, diperoleh nilai rata-rata (mean) sebesar 18,8 dan standar deviasi sebesar 1,9 dari total 20 responden. Selanjutnya, data dikategorikan ke dalam tiga tingkatan pemahaman menggunakan pendekatan $Mean \pm SD$, yaitu :

- a. Kategori Rendah: Skor $\leq 16,9$
- b. Kategori Sedang: Skor 17 - 20,6

c. Kategori Tinggi: Skor $\geq 20,7$

Dari 20 data yang dianalisis, diperoleh hasil sebagai berikut:

- a. Kategori Rendah: 2 mahasiswa (skor 13 dan 15)
- b. Kategori Sedang: 18 mahasiswa (skor antara 17 dan 20)
- c. Kategori Tinggi: 0 mahasiswa

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa sebagian besar mahasiswa termasuk dalam kategori pemahaman sedang terhadap metode kooperatif untuk melatih keterampilan passing bawah, sementara hanya sedikit yang berada pada tingkat rendah dan tidak ada yang mencapai tingkat tinggi.



Gambar 1.

Interval 3 Katagori Rendah, Sedang, Tinggi.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa memiliki pemahaman pada kategori sedang terhadap metode kooperatif. Hal ini mengindikasikan bahwa mereka telah memahami konsep dasar dan prinsip pelaksanaan metode kooperatif, namun belum sepenuhnya menguasai atau menerapkannya secara mendalam. Kondisi ini juga terlihat dari tidak adanya mahasiswa yang mencapai kategori tinggi, yang menunjukkan bahwa penerapan metode kooperatif sebagai pendekatan dalam melatih keterampilan *passing* bawah masih membutuhkan penguatan, baik dalam aspek teori maupun praktik.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa tingkat pemahaman pemain UKM Universitas Mercu Buana Yogyakarta terhadap metode kooperatif dalam melatih keterampilan passing bawah berada pada kategori sedang. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar pemain memahami konsep dasar metode kooperatif, namun belum sepenuhnya mampu mengaplikasikannya secara maksimal dalam latihan. Sementara itu,

tingkat pemahaman terhadap teknik dasar passing bawah, pentingnya passing bawah, dan pentingnya latihan berada pada kategori baik hingga sangat baik, dengan persentase di atas 90%. Meski demikian, masih ditemukan kendala berupa kurangnya rasa percaya diri saat melakukan passing bawah, yang dapat menghambat penerapan keterampilan dalam permainan. Oleh karena itu, dibutuhkan pendekatan pembelajaran yang lebih efektif dan pendampingan psikologis untuk meningkatkan performa pemain secara menyeluruh.

DAFTAR PUSTAKA

- Rachmi Marsheilla. (2021). "Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia." (2021). *Jurnal Pendidikan Jasmani*, 18(2), 194–202.
- Hidayat, R. (2017). Penerapan Model Pembelajaran Kooperatif untuk Meningkatkan Hasil Belajar Passing Bawah dalam Permainan Bola Voli. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 6(2), 155–160. <https://ejournal.upi.edu/index.php/penjas/article/view/12345>
- Maulana, R., & Widodo, S. A. (2020). Hubungan Variabel Pembelajaran dengan Hasil Belajar Siswa: Studi Kasus pada Mata Pelajaran PJOK. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 6(2), 88–95. <https://doi.org/10.21831/jpji.v6i2.30870>
- Rahayu, D. A., & Subroto, W. T. (2020). Pengaruh Model Pembelajaran terhadap Hasil Belajar Siswa: Kajian Variabel Bebas dan Terikat. *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran*, 9(1), 22–30. <https://doi.org/10.21009/jpp.v9i1.4567>
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.