

BAB IV

HASIL PENELITIAN

Setelah melakukan proses penelitian yang terdiri dari beberapa pertemuan, selanjutnya dalam bab ini akan dipaparkan data hasil penelitian.

A. Deskripsi data hasil penelitian B. Pembahasan Hasil Penelitian, dan C. Analisis Data. D. Temuan Penelitian E. Keterbatasan Penelitian.

A. Deskripsi Data Hasil Penelitian

1. Deskripsi Data awal Kejenuhan Latihan Anggota Ekstrakurikuler Futsal SMAN 2 Cibinong, Kabupaten Bogor.

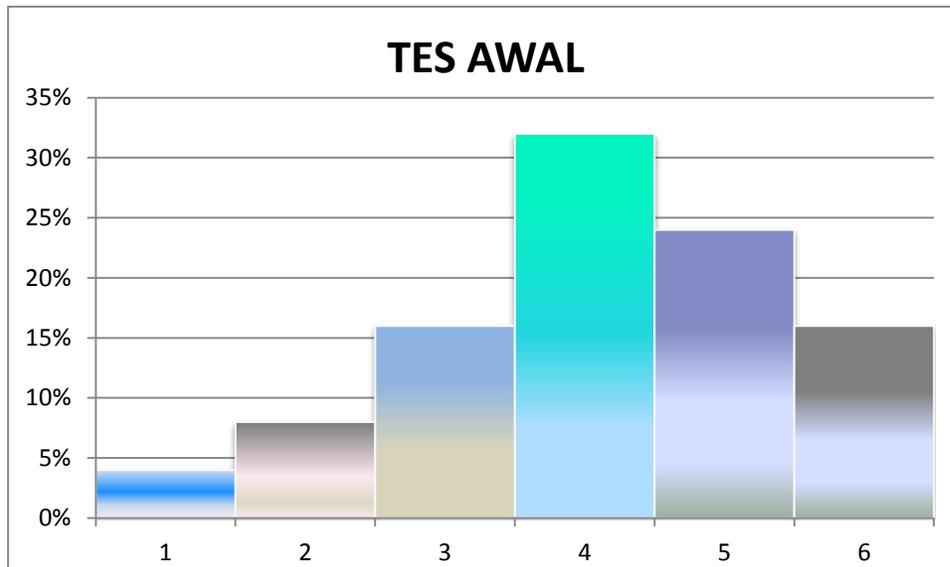
Bagian ini merupakan paparan tentang data hasil tes awal yang nantinya akan menjadi dasar untuk memberikan perlakuan yang akan dilakukan pada saat penelitian.

Tabel 4. Data Awal Kejenuhan Latihan Anggota Ekstrakurikuler Futsal SMAN 2 Cibinong, Kabupaten Bogor.

No.	Rentang skor	Frekuensi	Frekuensi Relatif	Keterangan
1.	59 – 68	1	4%	TINGGI
2.	69 – 78	2	8%	SEDANG
3.	79 – 88	4	16%	SEDANG
4.	89 – 98	8	32%	SEDANG
5.	99 – 108	6	24%	SEDANG

6.	109 – 118	4	16%	SEDANG
	Jumlah	25	100%	

Berdasarkan data tersebut di atas dapat dikemukakan hal-hal sebagai berikut: Pemain yang mempunyai skor antara 59 s/d 68 sebanyak 1 orang atau 4%, pemain yang mempunyai skor antara 69 s/d 78 sebanyak 2 orang atau 8%, pemain yang mempunyai skor antara 79 s/d 88 sebanyak 4 orang atau 16%, pemain yang mempunyai skor antara 89 s/d 98 sebanyak 8 orang atau 32%, pemain yang mempunyai skor antara 99 s/d 108 sebanyak 6 orang atau 24%, dan pemain yang mempunyai skor antara 109 s/d 118 sebanyak 4 orang atau 16%. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada diagram berikut:



Gambar 6. Histogram Data Tes Awal Kejenuhan Latihan

Dari hasil tes awal tersebut dapat dijelaskan bahwa kejenuhan latihan yang dialami oleh anggota ekstrakurikuler futsal cukup tinggi hal ini terjadi karena kurangnya metode latihan yang lebih bervariasi dalam latihan, sehingga mengakibatkan anggota ekstrakurikuler futsal SMAN 2 Cibinong mengalami kejenuhan saat berlatih.

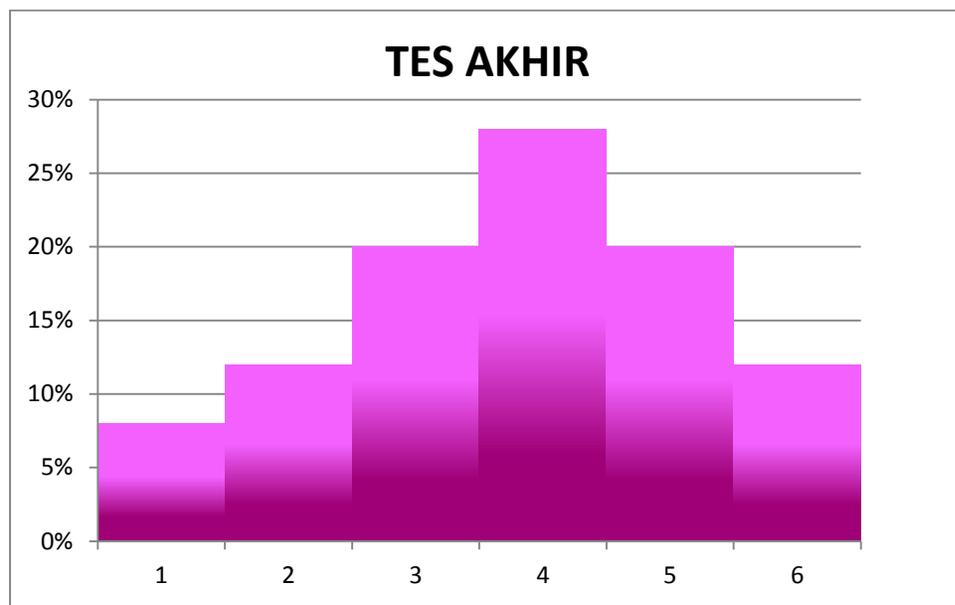
2. Deskripsi Data Akhir Kejenuhan Latihan Anggota Ekstrakurikuler Futsal SMAN 2 Cibinong

Bagian ini merupakan paparan tentang data hasil tes akhir setelah penerapan permainan kelompok terhadap kejenuhan latihan anggota ekstrakurikuler futsal SMAN 2 Cibinong, Kabupaten Bogor.

Tabel 5. Data Akhir Kejenuhan Latihan Anggota Ekstrakurikuler Futsal SMAN 2 Cibinong, Kabupaten Bogor .

No.	Rentang skor	Frekuensi	Frekuensi Relatif	Keterangan
1.	77-86	2	8%	SEDANG
2.	87-96	3	12%	SEDANG
3.	97-106	5	20%	SEDANG
4.	107-116	7	28%	SEDANG
5.	117-126	5	20%	RENDAH
6.	127-136	3	12%	RENDAH
Jumlah		25	100%	

Berdasarkan data tersebut di atas dapat dikemukakan hal-hal sebagai berikut: Pemain yang mempunyai skor antara 77 s/d 86 sebanyak 2 orang atau 8%, pemain yang mempunyai skor antara 87 s/d 96 sebanyak 3 orang atau 13%, pemain yang mempunyai skor antara 97 s/d 106 sebanyak 5 orang atau 20%, pemain yang mempunyai skor antara 107 s/d 116 sebanyak 7 orang atau 28%, pemain yang mempunyai skor antara 117 s/d 126 sebanyak 5 orang atau 20%, dan pemain yang mempunyai skor antara 127 s/d 136 sebanyak 3 orang atau 12 %. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada diagram berikut:



Gambar 7. Histogram Data Tes Akhir Kejenuhan Latihan

B. Pembahasan Hasil Penelitian

1. Test Awal Kejenuhan Latihan Anggota Ekstrakurikuler Futsal SMAN 2 Cibinong, Kabupaten Bogor.

Hasil tes awal dapat diketahui bahwa, pemain yang mempunyai skor antara 59 s/d 68 sebanyak 1 orang atau 4%, pemain yang mempunyai skor antara 69 s/d 78 sebanyak 2 orang atau 8%, pemain yang mempunyai skor antara 79 s/d 88 sebanyak 4 orang atau 16%, pemain yang mempunyai skor antara 89 s/d 98 sebanyak 8 orang atau 32%, pemain yang mempunyai skor antara 99 s/d 108 sebanyak 6 orang atau 24%, dan pemain yang mempunyai skor antara 109 s/d 118 sebanyak 4 orang atau 16%.

Dengan demikian sesuai data di atas dapat dikatakan bahwa, tingkat kejenuhan latihan yang dialami oleh anggota ekstrakurikuler futsal cukup tinggi hal ini terjadi karena kurangnya metode latihan yang lebih bervariasi dalam latihan, sehingga mengakibatkan anggota ekstrakurikuler futsal SMAN 2 Cibinong mengalami kejenuhan saat berlatih. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada diagram berikut:



Gambar 8. Diagram Lingkaran Awal Persentase Tingkat Kejenuhan Keseluruhan

2. Test Akhir Kejenuhan Latihan Anggota Ekstrakurikuler Futsal SMAN 2 Cibinong, Kabupaten Bogor.

Hasil tes akhir dapat diketahui bahwa, pemain yang mempunyai skor antara 77 s/d 86 sebanyak 2 orang atau 8%, pemain yang mempunyai skor antara 87 s/d 96 sebanyak 3 orang atau 13%, pemain yang mempunyai skor antara 97 s/d 106 sebanyak 5 orang atau 20%, pemain yang mempunyai skor antara 107 s/d 116 sebanyak 7 orang atau 28%, pemain yang mempunyai skor antara 117 s/d 126 sebanyak 5 orang atau 20%, dan pemain yang mempunyai skor antara 127 s/d 136 sebanyak 3 orang atau 12 %.

Dengan demikian sesuai data di atas dapat dikatakan bahwa kejenuhan latihan anggota ekstrakurikuler futsal SMAN 2 Cibinong mengalami perubahan. Hal ini terjadi karena adanya variasi dalam latihan

berupa permainan dalam bentuk pemanasan yang dapat dijadikan sebagai pengantar sebelum memasuki materi inti pada latihan yang dijalani. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada diagram berikut:



Gambar 9. Diagram Lingkaran Akhir Persentase Tingkat Kejenuhan Keseluruhan

C. Analisis Data

1. Deskripsi Data

Sesuai data di atas dapat dijelaskan bahwa pemain yang mendapat skor 127 s/d 136 setelah tes akhir mengalami penurunan menjadi 3 pemain, skor 117 s/d 126 mengalami penurunan yaitu 5 pemain, skor 107 s/d 116 mengalami penurunan dari 8 pemain menjadi 7 pemain, skor 97 s/d 106 mengalami peningkatan menjadi 5 pemain, skor 87 s/d 96 jumlahnya

bertambah dari 2 pemain menjadi 3 pemain, skor 77 s/d 86 mengalami peningkatan dari 1 pemain menjadi 2 pemain.

2. Pengujian Hipotesis

Analisis data tes awal dan tes akhir kejenuhan latihan dianalisis dengan menggunakan Uji t. Dari hasil analisis data diperoleh nilai t_{hitung} sebesar 11,4. Selanjutnya diuji dengan t_{tabel} pada taraf kepercayaan $\alpha = 0,05$ dan derajat kebebasan $n-1 = 25 - 1 = 24$, diperoleh nilai t_{table} sebesar 2,064, dengan demikian nilai $t_{hitung} > \text{nilai } t_{tabel}$ atau $11,4 > 2,064$.

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa antara hasil tes awal dan tes akhir sikap sosial ada perbedaan yang berarti atau peningkatan yang signifikan. Dengan kata lain permainan kelompok dapat berpengaruh terhadap kejenuhan latihan anggota ekstrakurikuler futsal SMAN 2 Cibinong, Kabupaten Bogor.

D. Temuan Penelitian

Berdasarkan pembahasan dan analisis data dalam penelitian ini ditemukan hal-hal sebagai berikut:

1. Permainan kelompok dapat berpengaruh terhadap kejenuhan latihan anggota ekstrakurikuler futsal SMAN 2 Cibinong, Kabupaten Bogor.
2. Permainan kelompok dapat membantu pemain dalam memahami nilai-nilai yang terkandung dalam materi latihan, sehingga pemain lebih mengerti dengan apa yang diterapkan.

3. Permainan kelompok ini ternyata dapat berpengaruh dalam penurunan kejenuhan latihan anggota ekstrakurikuler futsal SMAN 2 Cibinong, Kabupaten Bogor.

E. Keterbatasan Penelitian

Keterbatasan penelitian ini terutama terkait dengan model penelitiannya, keterbatasan yang dimaksud adalah:

1. Penelitian ini hanya dilakukan sebanyak 6 (enam) kali pertemuan sehingga dalam bentuk perilaku yang muncul masih merupakan kecenderungan.
2. Waktu yang digunakan pada saat melakukan kegiatan permainan kelompok kurang maksimal.
3. Permainan-permainan yang diberikan kurang maksimal karena faktor lapangan yang kecil sehingga ruang gerak cukup terbatas.