

BAB IV

HASIL PENELITIAN

A. Deskripsi Data

Deskripsi data memberikan gambaran mengenai penyebaran data yang meliputi nilai tinggi, nilai rendah, nilai rata-rata, standart deviasi, standart error, distribusi frekuensi, serta nilai histogram dari masing-masing variabel. Berikut data lengkapnya :

Tabel 1. Deskripsi data penilaian denyut nadi istirahat.

Variabel	Denyut Nadi Istirahat Awal	Denyut Nadi Istirahat Akhir
Nilai tertinggi	81	77
Nilai terendah	67	59
Rata-rata	74,8	70,2
Standart deviasi	3,5	5,4
Standart error	0,8	1,24

1. Data Hasil Tes Awal Denyut Nadi Istirahat

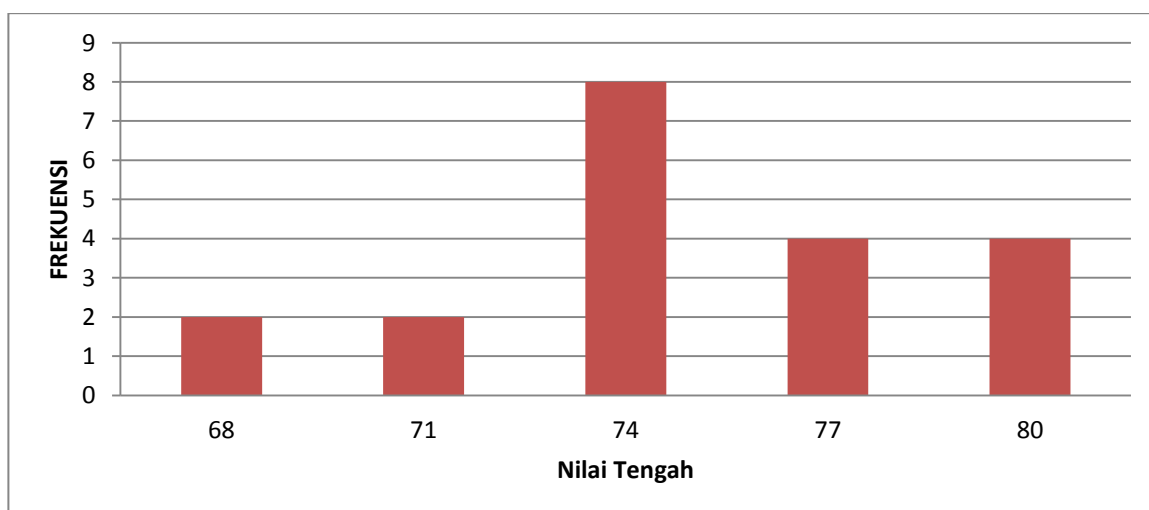
Data yang terkumpul mengenai latihan lompat tali SMA yadika 11 terhadap denyut nadi istirahat adalah sebagai berikut, tes awal menunjukkan rentang nilai denyut nadi istirahat 67-81 kali permenit, memiliki rata-rata 74,8 dengan standart deviasi dan standart error (lihat lampiran)

Gambaran data tersebut dapat dilihat dalam distribusi frekuensi dan histogram di bawah ini :

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Tes Awal Denyut Nadi Istirahat

No	Kelas Interval	Titik Tengah	Frekuensi Absolute	Frekuensi Relatif
1	67-69	68	2	10%
2	70-72	71	2	10%
3	73-75	74	8	40%
4	76-78	77	4	20%
5	79-81	80	4	20%
Jumlah			20	100%

Dimana nilai tes awal denyut nadi istirahat yang paling sering muncul adalah dari rentang kelas interval denyut nadi istirahat 73-75 dengan frekuensi absolute 8 kali dan frekuensi relative sebesar 40% dengan nilai tengah kelas tersebut 74.



Gambar 1. Grafik Histogram Waktu Tes Awal Denyut Nadi Istirahat

2. Data Hasil Tes Akhir Denyut Nadi Istirahat

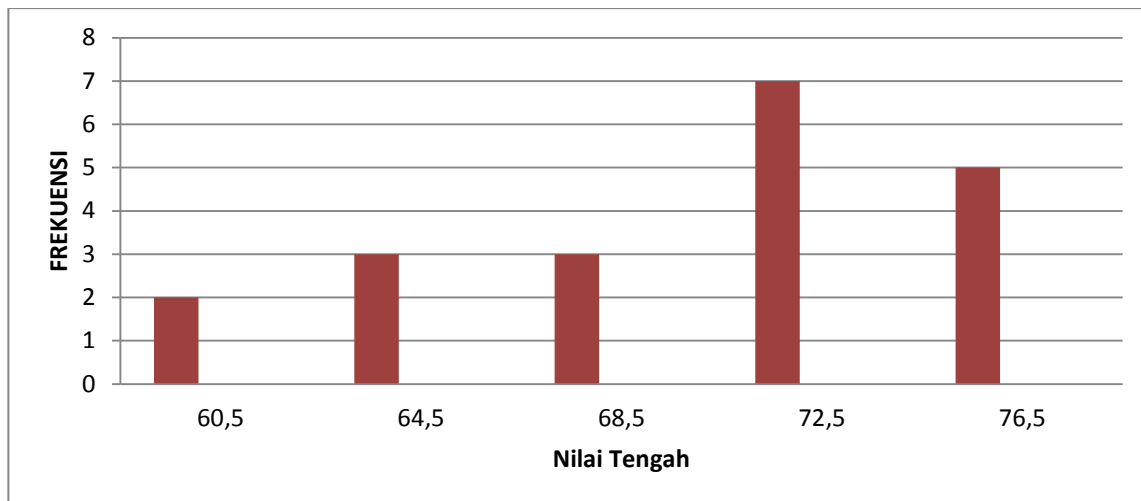
Data akhir yang terkumpul mengenai pengaruh lompat tali SMA YADIKA 11 terhadap denyut nadi istirahat menunjukkan rentang nilai 59-77 kali permenit, memiliki rata-rata 70,2 dengan standart deviasi 5,4 dan standart error (lihat lampiran).

Selanjutnya, distribusi frekuensi dan histogram tes akhir denyut nadi istirahat dapat dilihat pada tabel dan gambar dibawah ini :

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Akhir Denyut Nadi Istirahat.

No	Kelas Interval	Titik Tengah	Frekuensi Absolute	Frekuensi Relatif
1	59-62	60,5	2	10%
2	63-66	64,5	3	15%
3	67-70	68,5	3	15%
4	71-74	72,5	7	35%
5	75-79	76,5	5	25%
	Jumlah		20	100%

Dimana nilai tes akhir denyut nadi istirahat yang paling sering muncul adalah dari rentang kelas interval denyut nadi istirahat 71-74 dengan frekuensi absolute 7 kali dan frekuensi relative sebesar 35% dengan nilai tengah kelas tersebut 72,5.



Gambar 2. Grafik histogram Waktu Tes Akhir Denyut Nadi Isirahat

B. Pengujian Hipotesis

Hasil pengujian tes awal dan tes akhir denyut nadi istirahat pada latihan lompat tali pada siswa SMA YADIKA 11 JATIRANGGA BEKASI di peroleh selisih rata-rata (M) 4,65 dengan standart deviasi perbedaan (SD_D) 2,57 standart error perbedaan rata-rata (SE_{MD}) 0,59 dalam perhitungan selanjutnya diperoleh nilai t hitung 7,88 dan nilai t tabel 2,09 pada taraf signifikan 5%. Dengan demikian nilai t hitung $>$ t tabel yang menunjukkan bahwa hipotesa nihil (H_0) ditolak dan hipotesa alternatif (H_1) diterima. Dapat disimpulkan, latihan lompat tali berpengaruh terhadap penurunan denyut nadi istirahat pada siswa SMA YADIKA 11 JATIRANGGA BEKASI.