

BAB IV

HASIL PENELITIAN

A. Deskripsi Data

Deskripsi data pada penelitian ini meliputi nilai tertinggi, nilai terendah, nilai rata-rata, standar deviasi, standar *error*, distribusi frekuensi, serta histogram dari masing-masing variabel, berikut data lengkapnya :

Tabel 4.1. Deskripsi Data Penelitian Kehilangan Cairan Tubuh pada Kerja Loncat Tali dan Joging.

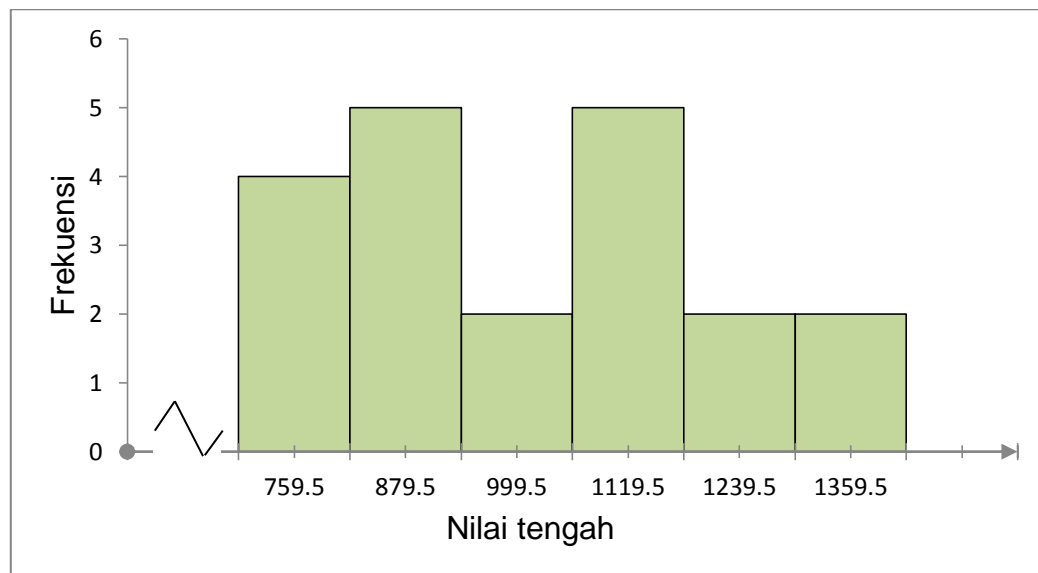
Variabel	Kehilangan Cairan Loncat Tali (ml)	Kehilangan Cairan Joging (ml)
Nilai Tertinggi	1300	1000
Nilai Terendah	700	500
Rata-rata	1005	740
Standar Deviasi	168,75	142,83
Standar <i>Error</i>	34,24	26,83

1. Data Hasil Tes Kehilangan Cairan Tubuh pada Kerja Loncat Tali

Data yang terkumpul mengenai kehilangan cairan tubuh pada kerja loncat tali didapat pada tes akhir menunjukkan rentangan nilai tertinggi 1300 ml dan nilai terendah 700 ml dengan rata-rata kehilangan cairan tubuh 1005 ml standar deviasi (SD) sebesar 168,75 standar *error mean* (SE_M) sebesar 34,24 (lihat lampiran). Hal tersebut dapat terlihat pada distribusi frekuensi dan histogram berikut :

Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Kehilangan Cairan Tubuh pada Kerja Loncat Tali.

No	Kelas Interval	Nilai Tengah	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif
1	700 – 819	759,5	4	20 %
2	820 – 939	879,5	5	25 %
3	940 – 1059	999,5	2	10 %
4	1060 – 1179	1119,5	5	25 %
5	1180 – 1299	1239,5	2	10 %
6	1300 –1409	1359,5	2	10 %
Jumlah			20	100 %



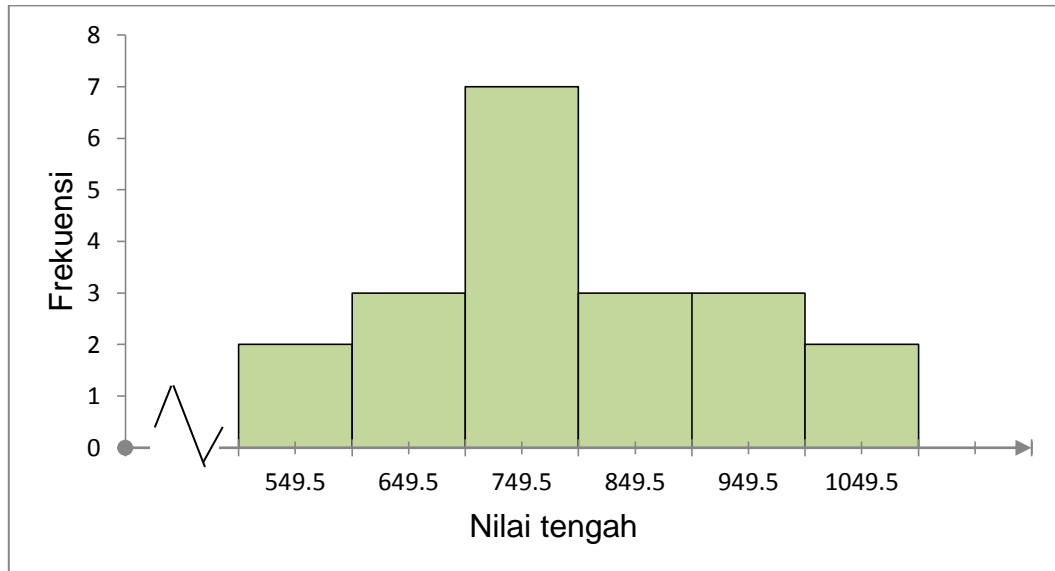
Gambar 4.1 Grafik Histogram Kehilangan Cairan Tubuh pada Kerja Loncat Tali.

2. Data Hasil Tes Kehilangan Cairan Tubuh pada Kerja Joging

Data yang terkumpul mengenai kehilangan cairan pada kerja jogging didapat pada tes akhir menunjukkan rentangan nilai tertinggi 1000 ml dan nilai terendah 500 ml dengan rata-rata kehilangan cairan tubuh 740 ml standar deviasi (SD) sebesar 142,83 standar *error mean* (SE_M) sebesar 32,83 (lihat lampiran). Hal tersebut dapat terlihat pada distribusi frekuensi dan histogram berikut :

Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Kehilangan Cairan Tubuh pada Kerja Joging.

No	Kelas Interval	Nilai Tengah	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif
1	500 – 599	549,5	2	10 %
2	600 – 699	649,5	3	15 %
3	700 – 799	749,5	7	35 %
4	800 – 899	849,5	3	15 %
5	900 – 999	949,5	3	15 %
6	1000 – 1099	1049,5	2	10%
Jumlah			20	100%



Gambar 4.2. Grafik Histogram Kehilangan Cairan Tubuh pada Kerja Joging.

B. Pengujian Hipotesis

Hasil uji perbandingan pengukuran antara kehilangan cairan tubuh pada loncat tali dengan jogging selama 45 menit pada atlet klub bola voli Tornado Jakarta Timur didapat sebagai berikut :

1. Kerja Loncat Tali

Pengujian hipotesis menggunakan uji-t. Berdasarkan hasil perhitungan diperoleh nilai t-hitung sebesar 26,44 (lihat di lampiran). Berarti kerja loncat tali selama 45 menit dapat menyebabkan kehilangan cairan tubuh pada atlet klub bola voli Tornado Jakarta Timur.

2. Kerja Joging

Pengujian hipotesis menggunakan uji-t. Berdasarkan hasil perhitungan diperoleh nilai t-hitung sebesar 22,42 (lihat di lampiran).

Berarti kerja jogging selama 45 menit dapat menyebabkan kehilangan cairan tubuh pada atlet klub bola voli Tornado Jakarta Timur.

3. Perbandingan

Rata-rata kehilangan cairan tubuh pada kerja loncat tali adalah 1.005 ml dengan simpangan baku 168,75. Sedangkan kehilangan cairan tubuh pada kerja jogging adalah 740 ml dengan simpangan baku 142,83.

Pengujian hipotesis menggunakan uji-t. Berdasarkan hasil perhitungan diperoleh nilai t-hitung sebesar 5,21 dan nilai t-tabel dengan derajat kebebasan $n - 1$ dan taraf signifikan $\alpha = 0,05$ didapat sebesar 2,093 yang berarti t-hitung = 5,21 lebih besar dari t-tabel = 2,093. Hal ini menunjukkan bahwa hipotesis nihil (H_0) ditolak, berarti terdapat perbedaan kehilangan cairan tubuh pada atlet klub bola voli Tornado Jakarta Timur yang melakukan kerja loncat tali dan kerja jogging selama 45 menit, dimana kerja loncat tali menunjukkan kehilangan cairan tubuh lebih banyak di bandingkan dengan kerja jogging.