

BAB IV

HASIL PENELITIAN

Setelah melakukan proses penelitian yang terdiri dari beberapa pertemuan, selanjutnya dalam bab ini akan dipaparkan data hasil penelitian yang terdiri dari data kuantitatif dan kualitatif: A. Deskripsi data hasil penelitian B. Pembahasan Hasil Penelitian, C. Analisis Data. D. Temuan Penelitian E. Keterbatasan Penelitian.

A. Deskripsi Data Hasil Penelitian

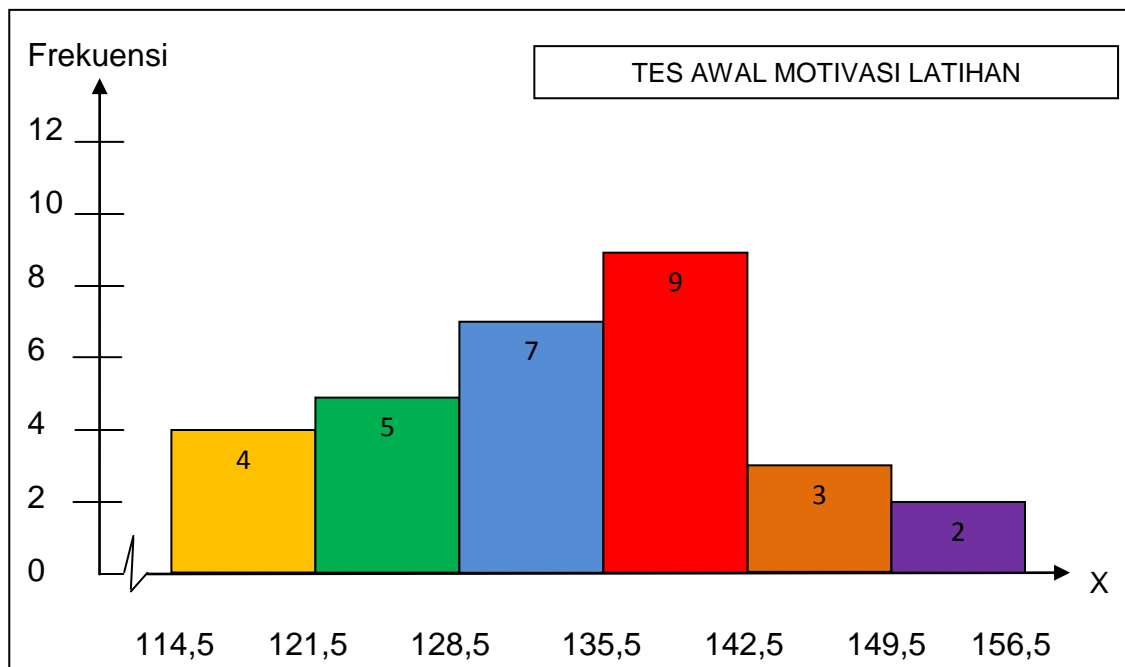
1. Deskripsi Data Awal Motivasi Latihan Pada Mahasiswa KOP Hoki FIK UNJ.

Bagian ini merupakan paparan tentang data hasil tes awal yang nantinya akan menjadi dasar untuk memberikan perlakuan pemanasan (*warming-up*), yang akan dilakukan pada saat penelitian.

Tabel 2. Data Awal Motivasi latihan Mahasiswa KOP Hoki FIK UNJ

Nomor	Kelas Interval	Frekuensi		
		Absolut	Relatif (%)	Kumulatif (%)
1	115 – 121	4	13,33	13,33
2	122 – 128	5	16,67	30
3	129 – 135	7	23,33	53,33
4	136 – 142	9	30	83,33
5	143 – 149	3	10	93,33
6	150 – 156	2	6,67	100
Jumlah		30	100	

Berdasarkan data tersebut di atas dapat dikemukakan hal-hal sebagai berikut: Mahasiswa yang mempunyai skor antara 115 s/d 121 sebanyak 4 orang atau 13,33%, mahasiswa yang mempunyai skor antara 122 s/d 128 sebanyak 5 orang atau 16,67%, mahasiswa yang mempunyai skor antara 129 sd 135 sebanyak 7 orang atau 23,33%, mahasiswa yang mempunyai skor antara 136 s/d 142 sebanyak 9 orang atau 30%, mahasiswa yang mempunyai skor antara 143 s/d 149 sebanyak 3 orang atau 10%, dan Mahasiswa yang mempunyai skor antara 150 s/d 156 sebanyak 2 orang atau 6,67%. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada diagram berikut:



Gambar 1. Histogram Data Tes Awal Motivasi latihan Mahasiswa KOP Hoki FIK UNJ

Berdasarkan hasil tes awal tersebut dapat dijelaskan bahwa hampir sebagian besar mahasiswa mempunyai motivasi terhadap latihan, tetapi mereka terkendala dengan rasa jenuh saat berlatih terutama saat melakukan pemanasan, selain itu terungkap juga data setelah melakukan pengamatan pada saat latihan mahasiswa KOP Hoki FIK UNJ diperoleh informasi bahwa, pelaksanaan pemanasan (*warming-up*) seringkali tidak berjalan efektif. Pemanasan (*warming-up*) yang rutin diterapkan oleh pelatih pada setiap pertemuan adalah melakukan peregangan biasa seperti *joging*, *stretching*, dan *running ABC* dan belum pernah permainan tradisional yang mendukung materi latihan.

Berdasarkan gambaran yang telah dipaparkan di atas terdapat beberapa kelemahan yakni pemanasan (*warming-up*) yang kurang bervariasi, karena tidak diberikannya modifikasi media atau permainan yang mendukung materi latihan, sehingga hal ini dapat menimbulkan kebosanan pada mahasiswa akibatnya sebagian besar mahasiswa bersikap pasif dalam mengikuti pemanasan (*warming-up*), yang akhirnya menyebabkan motivasi latihan mahasiswa menjadi rendah. Dengan demikian secara tidak langsung akan berdampak pada kualitas dan hasil latihan.

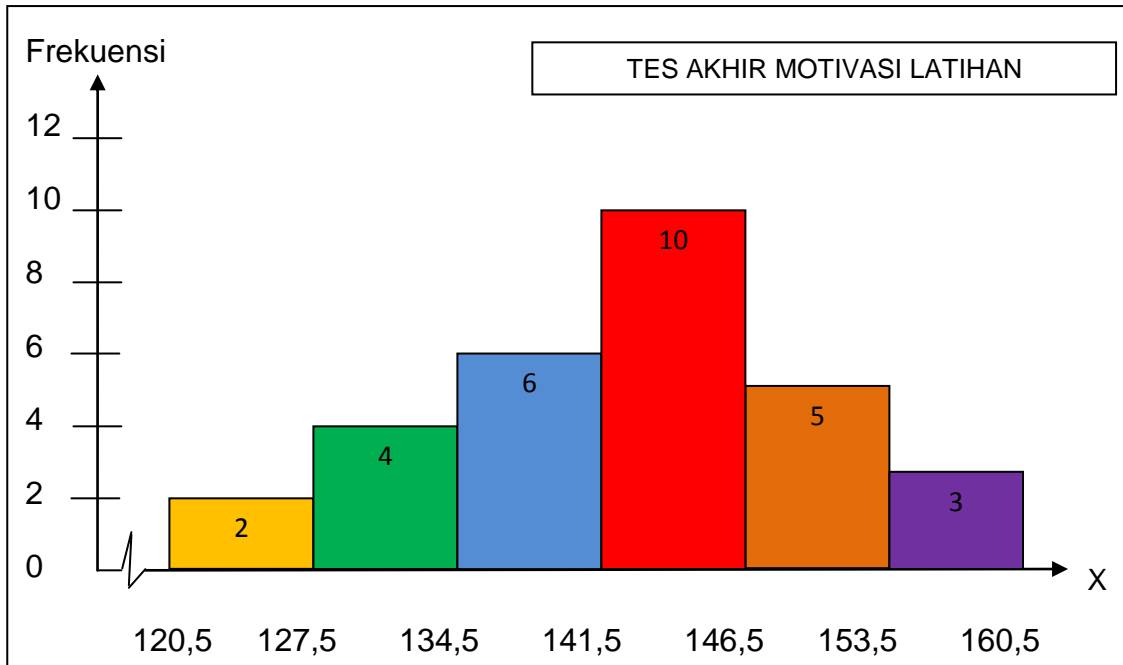
2. Deskripsi Data Akhir motivasi latihan Pada Mahasiswa KOP Hoki FIK UNJ.

Bagian ini merupakan paparan tentang data hasil tes akhir setelah penerapan permainan tradisional pada latihan mahasiswa KOP Hoki FIK UNJ.

Tabel 3. Data akhir Motivasi latihan Mahasiswa KOP Hoki FIK UNJ.

Nomor	Kelas Interval	Frekuensi		
		Absolut	Relatif (%)	Kumulatif (%)
1	121 – 127	2	6,67	6,67
2	128 – 134	4	13,33	20
3	135 – 141	6	20	40
4	142 – 146	10	33,33	73,33
5	147 – 153	5	16,67	90
6	154 – 160	3	10	100
Jumlah		30	100	

Berdasarkan data tersebut di atas dapat dikemukakan hal-hal sebagai berikut: Mahasiswa yang mempunyai skor antara 121 s/d 127 sebanyak 2 orang atau 6,67%, mahasiswa yang mempunyai skor antara 128 s/d 134 sebanyak 4 orang atau 13,33%, mahasiswa yang mempunyai skor antara 135 sd 141 sebanyak 6 orang atau 20%, mahasiswa yang mempunyai skor antara 142 s/d 146 sebanyak 10 orang atau 33,33%, mahasiswa yang mempunyai skor antara 147 s/d 153 sebanyak 5 orang atau 16,67%, dan Mahasiswa yang mempunyai skor antara 154 s/d 160 sebanyak 3 orang atau 10 % Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada diagram berikut:



Gambar 1. Histogram Data Tes Akhir Motivasi latihan Mahasiswa KOP Hoki FIK UNJ

B. Pembahasan Hasil Penelitian

1. Test Awal motivasi latihan Mahasiswa KOP Hoki FIK UNJ Jakarta.

Hasil tes awal dapat diketahui bahwa, Mahasiswa yang mempunyai skor antara 115 s/d 121 sebanyak 4 orang atau 13,33%, mahasiswa yang mempunyai skor antara 122 s/d 128 sebanyak 5 orang atau 16,67%, mahasiswa yang mempunyai skor antara 129 sd 135 sebanyak 7 orang atau 23,33%, mahasiswa yang mempunyai skor antara 136 s/d 142 sebanyak 9 orang atau 30%, mahasiswa yang mempunyai skor antara 143 s/d 149

sebanyak 3 orang atau 10%, dan Mahasiswa yang mempunyai skor antara 150 s/d 156 sebanyak 2 orang atau 6,67%.

Dengan demikian sesuai data di atas dapat dikatakan bahwa, motivasi latihan masih sangat rendah, hal ini disebabkan karena pemanasan (*warming-up*) latihan yang diterapkan masih belum bervariasi. Belum adanya penerapan permainan tradisional dalam membantu penyampaian materi latihan. Latihan yang diterapkan pelatih pada setiap pertemuan adalah pemanasan (*warming-up*) yang rutin dilakukan.

2. Test Akhir motivasi latihan Mahasiswa KOP Hoki FIK UNJ.

Hasil tes akhir dapat diketahui bahwa, mahasiswa yang mempunyai skor antara 121 s/d 127 sebanyak 2 orang atau 6,67%, mahasiswa yang mempunyai skor antara 128 s/d 134 sebanyak 4 orang atau 13,33%, mahasiswa yang mempunyai skor antara 135 sd 141 sebanyak 6 orang atau 20%, mahasiswa yang mempunyai skor antara 142 s/d 146 sebanyak 10 orang atau 33,33%, mahasiswa yang mempunyai skor antara 147 s/d 153 sebanyak 5 orang atau 16,67%, dan Mahasiswa yang mempunyai skor antara 154 s/d 160 sebanyak 3 orang atau 10 %.

Dengan demikian sesuai data di atas dapat dikatakan bahwa, motivasi latihan mahasiswa tinggi, hal ini disebabkan karena mahasiswa merasa senang dan tertarik dengan penerapan permainan tradisional yang diterapkan saat berlangsungnya pemanasan (*warming-up*) latihan.

C. Analisis Data

1. Deskripsi Data

Sesuai data di atas dapat dijelaskan bahwa total skor yang diperoleh mahasiswa sebelum mendapat perlakuan sebesar 4039 sedangkan setelah mendapat perlakuan sebesar 4265. Rata-rata skor yang diperoleh sebelum mendapat perlakuan sebesar 134,63 setelah mendapat perlakuan permainan tradisional sebesar 142,17. Jadi tes awal dan tes akhir mengalami kenaikan 226 skor dan rata-rata kenaikan menjadi 7,54 setelah diberi perlakuan berupa penerapan permainan tradisional setelah diberikan perlakuan 4 kali pertemuan.

2. Pengujian Hipotesis

Analisis data tes awal dan tes akhir motivasi latihan mahasiswa dianalisis dengan menggunakan Uji t. Dari hasil analisis data diperoleh nilai t_{hitung} sebesar 4,67. Selanjutnya diuji dengan t_{tabel} pada taraf kepercayaan $\alpha = 0,05$ dan derajat kebebasan $n-1 = 30 - 1 = 29$, diperoleh nilai t_{tabel} sebesar 2,045, dengan demikian nilai $t_{hitung} > \text{nilai } t_{tabel}$ atau $4.67 > 2,045$. Sehingga jelas bahwa hasil di atas menunjukkan H_0 ditolak dan H_a diterima.

Dengan terbukti nilai $t_{hitung} > \text{nilai } t_{tabel}$ dapat dinyatakan bahwa permainan tradisional dalam pemanasan (*warming-up*) mempunyai pengaruh terhadap motivasi latihan pada atlet hoki Universitas Negeri Jakarta.

D. Temuan Penelitian

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

1. Penerapan permainan tradisional pada pemanasan (*warming-up*) dapat meningkatkan motivasi latihan mahasiswa KOP Hoki Faklutas Ilmu Keolahragaan Universitas negeri Jakarta.
2. Penerapan permainan tradisional pada pemanasan (*warming-up*) ini membantu pelatih mempermudah proses latihan dalam upaya mencapai tujuan dari latihan.
3. Penerapan permainan tradisional dalam pemanasan (*warming-up*) ini ternyata dapat meningkatkan motivasi latihan.

E. Keterbatasan Penelitian

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

1. Penelitian media latihan ini hanya 4 (empat) kali pertemuan sehingga minat dalam bentuk perilaku yang muncul masih merupakan kecenderungan.
2. Deseminasi sebaiknya melibatkan banyak pelatih. Penelitian ini walaupun sudah melibatkan 2 (dua) pelatih yang ikut mengamati permainan tradisional, namun tampaknya masih belum mencukupi.