

BAB IV

HASIL PENELITIAN

A. Deskripsi Data

Deskripsi data adalah supaya menampilkan data agar data tersebut dapat dipaparkan secara baik dan diinterpretasikan secara mudah. Pengambilan data pada penelitian ini dilakukan terhadap 20 sampel dan mendapatkan data yang diperoleh dari penelitian ini meliputi data terendah, nilai tertinggi, rata-rata, simpangan baku dan varians dari masing-masing variabel X_1 , X_2 , maupun variabel Y . Berikut data selengkapnya :

Tabel 4.1. Deskripsi Data Penelitian

Variabel	Pengetahuan Kesehatan (X_1)	Sikap Pola Hidup Sehat (X_2)	Kebiasaan Olahraga (Y)
Nilai Terendah	70	53	72
Nilai Tertinggi	95	78	97
Rata-rata	84,25	65	84,05
Simpangan Baku	7,66	6,61	6,85
Varians	58,62	43,68	46,89

1. Data Hasil Penelitian Tingkat Pengetahuan Kesehatan (X_1)

Dari hasil data penelitian tingkat pengetahuan kesehatan diperoleh nilai tertinggi sebesar 95, nilai terendah 70, rata-rata sebesar 84,25, dan simpangan baku sebesar 7,66, kemudian data-data tersebut dirubah ke dalam bentuk ke t-skor dan diperoleh data t-skor tertinggi sebesar 64,04, t-skor terendah sebesar 31,39, rata-rata t-skor sebesar 50,00, dan simpangan baku sebesar 10,00.

Di bawah ini disajikan mengenai distribusi frekuensi dan grafik histogram data tingkat pengetahuan kesehatan.

Tabel 4.2. Distribusi Frekuensi Data Penelitian Tingkat Pengetahuan Kesehatan

Kelas Interval	Nilai Tengah	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif
31,39 - 37,56	34,47	2	10%
37,57 - 43,74	40,65	2	10%
43,75 - 49,91	46,83	4	20%
49,92 - 56,09	53,01	3	15%
56,10 - 62,27	59,19	7	35%
62,28 - 68,45	65,37	2	10%
JUMLAH		20	100%



Gambar 4.1. Grafik Histogram Data Tingkat Pengetahuan Kesehatan

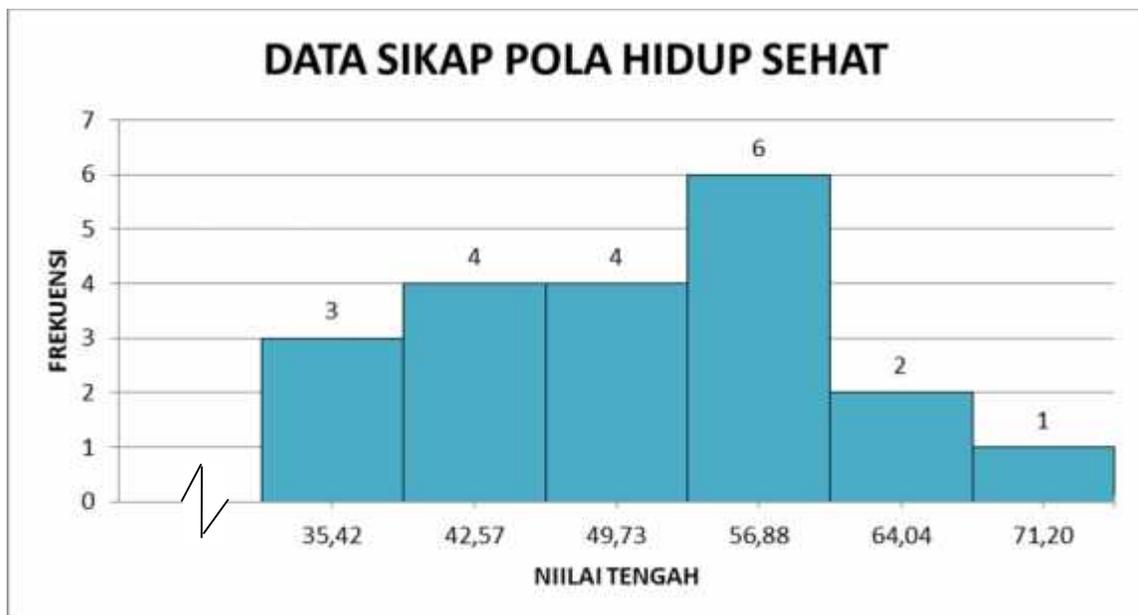
2. Data Hasil Penelitian Sikap Pola Hidup Sehat (X_2)

Dari hasil data penelitian sikap pola hidup sehat diperoleh nilai tertinggi sebesar 78, nilai terendah 53, rata-rata sebesar 65, dan simpangan baku sebesar 6,61, kemudian data-data tersebut dirubah kedalam bentuk ke t-skor dan diperoleh data t-skor tertinggi sebesar 69,67, t-skor terendah sebesar 31,84, rata-rata t-skor sebesar 50,00, dan simpangan baku sebesar 10,00.

Di bawah ini disajikan mengenai distribusi frekuensi dan grafik histogram data sikap pola hidup sehat.

Tabel 4.3. Distribusi Frekuensi Data Penelitian Sikap Pola Hidup Sehat

Kelas Interval	Nilai Tengah	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif
31,84 - 38,99	35,42	3	15%
39,00 - 46,15	42,57	4	20%
46,16 - 53,30	49,73	4	20%
53,31 - 60,46	56,88	6	30%
60,47 - 67,61	64,04	2	10%
67,62 - 74,77	71,20	1	5%
JUMLAH		20	100%



Gambar 4.2. Grafik Histogram Data Sikap Pola Hidup Sehat

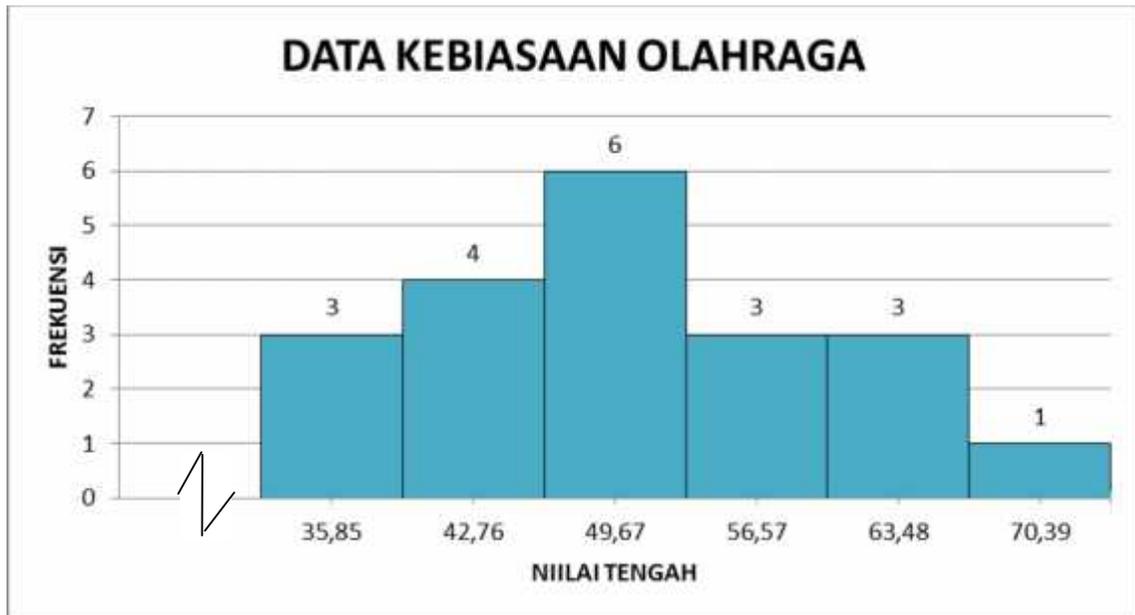
3. Data Hasil Penelitian Kebiasaan Olahraga

Dari hasil data penelitian kebiasaan olahraga diperoleh nilai tertinggi sebesar 97, nilai terendah 72, rata-rata sebesar 84,05, dan simpangan baku sebesar 6,85, kemudian data-data tersebut dirubah ke dalam bentuk ke t-skor dan diperoleh data t-skor tertinggi sebesar 68,91, t-skor terendah sebesar 32,40, rata-rata t-skor sebesar 50,00, dan simpangan baku sebesar 10,00.

Di bawah ini disajikan mengenai distribusi frekuensi dan grafik histogram data kebiasaan olahraga.

Tabel 4.4. Distribusi Frekuensi Data Penelitian Kebiasaan Olahraga

Kelas Interval	Nilai Tengah	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif
32,40 - 39,30	35,85	3	15%
39,31 - 46,21	42,76	4	20%
46,22 - 53,11	49,67	6	30%
53,12 - 60,02	56,57	3	15%
60,03 - 66,93	63,48	3	15%
66,94 - 73,83	70,39	1	5%
JUMLAH		20	100%



Gambar 4.3. Grafik Histogram Data Kebiasaan Olahraga

B. Pengujian Hipotesis

1. Hubungan Pengetahuan Kesehatan terhadap Kebiasaan Olahraga

Hubungan pengetahuan kesehatan (X_1) dengan kebiasaan olahraga (Y) diketahui oleh persamaan regresi $= 30,39 + 0,392x_1$, artinya kebiasaan olahraga dapat diketahui atau diperkirakan terhadap persamaan regresi tersebut jika variabel dari pengetahuan kesehatan diketahui. Hubungan pengetahuan kesehatan terhadap kebiasaan olahraga ditunjukkan terhadap koefisien korelasi $r_{y_1} = 0,392$. Koefisien korelasi tersebut harus diuji terlebih dahulu mengenai keberartiannya sebelum digunakan untuk mengambil kesimpulan. Hasil uji koefisien korelasi tersebut dapat dilihat dalam tabel berikut ini:

Tabel 4.5. Uji Keberartian Koefisien Korelasi X_1 terhadap Y

Koefisien Korelasi	t-hitung	t-tabel
0,392	1,81	1,73

Uji keberartian koefisien korelasi diatas dapat terlihat bahwa t-hitung = 1,81 lebih besar dari t-tabel = 1,73 maka koefisien korelasi $r_{y_1} = 0,392$ adalah berarti. Dengan demikian hipotesis yang menyatakan terdapat hubungan yang berarti antara pengetahuan kesehatan terhadap kebiasaan olahraga didukung oleh data penelitian. Koefisien determinasi pengetahuan kesehatan dalam kebiasaan olahraga $r_{y_1}^2 = 0,1539$ hal ini 15,39% kebiasaan olahraga dipengaruhi oleh pengetahuan kesehatan.

2. Hubungan Sikap Pola Hidup Sehat terhadap Kebiasaan Olahraga

Hubungan sikap pola hidup sehat (X_2) terhadap kebiasaan olahraga (Y) diketahui oleh persamaan regresi = $15,64 + 0,687x_2$, artinya kebiasaan olahraga dapat diketahui atau diperkirakan terhadap persamaan regresi tersebut jika variabel dari sikap pola hidup sehat diketahui. Hubungan sikap pola hidup sehat terhadap kebiasaan olahraga ditunjukkan terhadap koefisien korelasi $r_{y_2} = 0,687$. Koefisien korelasi tersebut harus diuji terlebih dahulu mengenai keberartiannya sebelum digunakan untuk mengambil kesimpulan. Hasil uji koefisien korelasi tersebut dapat dilihat dalam tabel berikut ini:

Tabel 4.6. Uji Keberartian Koefisien Korelasi X_2 terhadap Y

Koefisien Korelasi	t-hitung	t-tabel
0,687	4,01	1,73

Uji keberartian koefisien korelasi diatas dapat terlihat bahwa t-hitung = 4,01 lebih besar dari t-tabel = 1,73 maka koefisien korelasi $r_{y_2} = 0,687$ adalah berarti. Dengan demikian hipotesis yang menyatakan terdapat hubungan yang berarti antara sikap pola hidup sehat terhadap kebiasaan olahraga didukung oleh data penelitian. Koefisien determinasi sikap pola hidup sehat dalam kebiasaan olahraga $r_{y_2}^2 = 0,4723$ hal ini 47,23% kebiasaan olahraga dipengaruhi oleh sikap pola hidup sehat.

3. Hubungan Pengetahuan Kesehatan dan Sikap Pola Hidup Sehat Secara Bersama-Sama terhadap Kebiasaan Olahraga

Hubungan pengetahuan kesehatan (X_1) dan sikap pola hidup sehat (X_2) secara bersama-sama terhadap kebiasaan olahraga (Y) diketahui oleh persamaan regresi $= 0,326 + 0,237x_1 + 0,756x_2$. Sedangkan hubungan antara ketiga variabel tersebut dinyatakan oleh koefisien korelasi ganda $r_{y1-2} = 0,695$. Koefisien korelasi ganda tersebut harus diuji terlebih dahulu mengenai keberartiannya sebelum digunakan untuk mengambil kesimpulan. Hasil uji koefisien korelasi tersebut dapat dilihat dalam tabel berikut ini:

Tabel 4.7. Uji Keberartian Koefisien Korelasi X_1 dan X_2 terhadap Y

Koefisien Korelasi	f-hitung	f-tabel
0,695	12,641	4,45

Uji keberartian koefisien korelasi diatas dapat terlihat bahwa f-hitung = 12,641 lebih besar dari f-tabel = 4,45 maka koefisien korelasi $r_{y1-2} = 0,695$ adalah berarti. Dengan demikian hipotesis yang menyatakan terdapat hubungan yang berarti antara pengetahuan kesehatan dan sikap pola hidup sehat secara bersama-sama terhadap kebiasaan olahraga didukung oleh data penelitian. Koefisien determinasi pengetahuan kesehatan dan sikap pola hidup sehat dalam kebiasaan olahraga $r_{y1-2}^2 = 0,4836$ hal ini 48,36% kebiasaan olahraga dipengaruhi oleh pengetahuan kesehatan dan sikap pola hidup sehat.

C. Pembahasan

Berdasarkan hasil penulisan yang telah dikemukakan di atas, diketahui bahwa:

1. Hubungan pengetahuan kesehatan terhadap kebiasaan olahraga memiliki tingkat hubungan sebesar 15,39%.
2. Hubungan sikap pola hidup sehat terhadap kebiasaan olahraga memiliki tingkat hubungan sebesar 47,23%.
3. Hubungan pengetahuan kesehatan dan sikap pola hidup sehat secara bersama-sama terhadap kebiasaan olahraga memiliki tingkat hubungan sebesar 48,36%.

Kedua variabel di atas hanya sebagian dari faktor-faktor yang mempengaruhi kebiasaan olahraga. Berdasarkan hasil penelitian hubungan pengetahuan kesehatan dan sikap pola hidup sehat secara bersama-sama terhadap kebiasaan olahraga terdapat hubungan sebesar 48,36% ini menandakan terdapat faktor-faktor lain sebesar 51,64% yang dapat mempengaruhi kebiasaan olahraga. Akhirnya keterbatasan yang dimiliki peneliti juga yang membuat semua unsur yang dapat mempengaruhi kebiasaan olahraga yang telah disebutkan di atas tidak dapat diteliti lebih lanjut. Peneliti berharap pada penelitian berikutnya untuk dikembangkan lebih lanjut sehingga kebiasaan olahraga di Fakultas Ilmu Olahraga bisa terus meningkat.