

BAB IV

HASIL PENELITIAN

A. Deskripsi data

Deskripsi data dari 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.

1. Hasil tes awal dan tes akhir model latihan bertahan dengan lemparan.

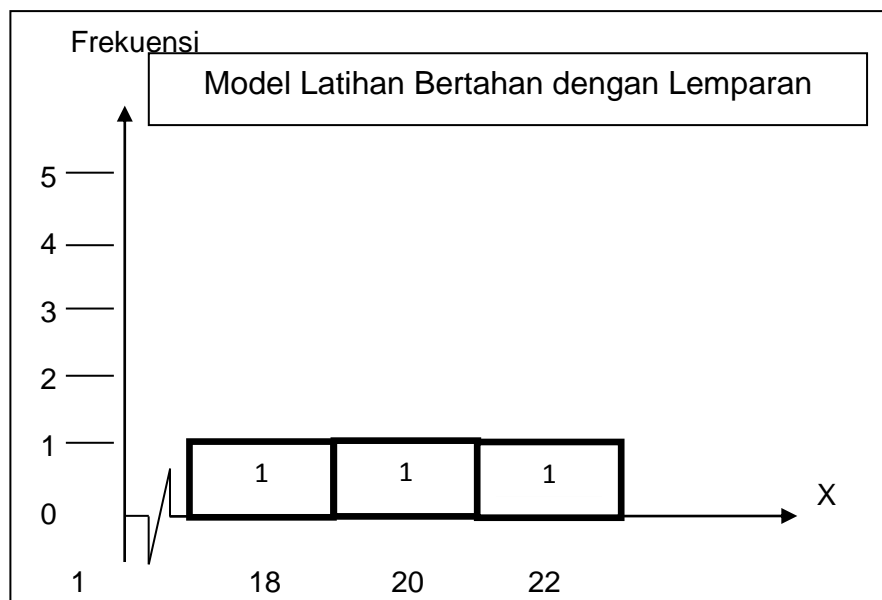
Dari penelitian yang dilakukan oleh peneliti didapat hasil tes awal (X) pada latihan bertahan dengan lemparan skor terendah 19 dan skor tertinggi 22 dengan rata-rata (X) = 20,67.

Untuk data tes akhir pada latihan bertahan dengan lemparan diperoleh skor terendah 22 dan skor tertinggi 27 dengan rata-rata (X) = 24,33. Nilai rata-rata perhitungan tes awal dan tes akhir latihan bertahan dengan lemparan yaitu 3,67. Nilai *standar deviasi* dari *difference* (SD_D) 0,94. Nilai *standar error* dari *mean of difference* (SE_{MD}) 0,67. Kemudian dari hasil perhitungan selanjutnya diperoleh nilai t_h (t_{hitung}) 5,50 dan t_t (t_{tabel}) 4,30.

Untuk lebih menggambarkan keadaan tes awal dan tes akhir dari latihan bertahan dengan lemparan dapat dilihat pada tabel sebagai berikut :

Tabel 1. Distribusi frekuensi tes awal latihan bertahan dengan lemparan.

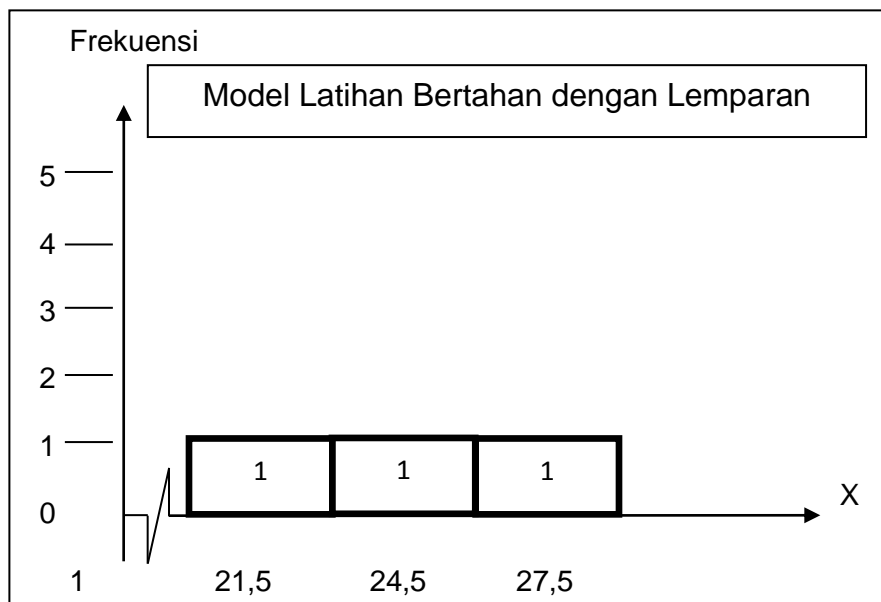
No	Kelas Interval	Titik Tengah	frekuensi	
			absolut	relatif (%)
1	17 – 19	18	1	33,33
2	19,01 – 21	20	1	33,33
3	21,01 – 23	22	1	33,33
Jumlah			3	100%



Gambar 17. Histogram tes awal latihan bertahan dengan lemparan

Tabel 2. Distribusi frekuensi tes akhir latihan bertahan dengan lemparan.

No	Kelas Interval	Titik Tengah	Frekuensi	
			absolut	relatif (%)
1	20 – 23	21,5	1	33,33
2	23,01- 26	24,5	1	33,33
3	26,01 – 29	27,5	1	33,33
Jumlah			3	100%



Gambar 18. Histogram tes akhir latihan bertahan dengan lemparan.

2. Hasil Tes Awal dan Tes Akhir Model Latihan Bertahan dengan Raket.

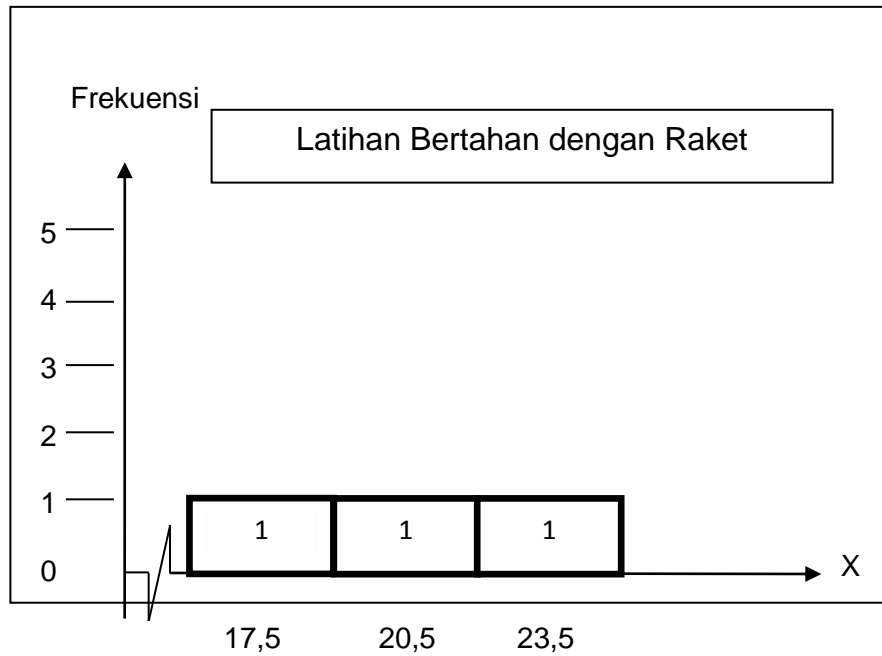
Data tes awal (X) pada latihan bertahan dengan raket diperoleh skor terendah 18 dan skor tertinggi 22 dengan rata-rata = 20. Data tes akhir pada latihan bertahan dengan raket diperoleh skor terendah 28 dan skor tertinggi 29 dengan rata-rata = 28,33.

Nilai rata-rata perhitungan tes awal dan tes akhir dari latihan bertahan dengan raket yaitu 8,33. Nilai standar *deviasi* dari *difference* (SD_D) 1,25. Nilai standar error dari *mean of difference* (SE_{MD}) 0,88. Kemudian dari hasil perhitungan selanjutnya diperoleh nilai t_h (t_{hitung}) 9,45 dan t_t (t_{tabel}) 4,30.

Untuk lebih menggambarkan keadaan tes awal dan tes akhir dari perlakuan kelompok latihan bertahan dengan raket, dapat dilihat pada tabel sebagai berikut :

Tabel 3. Distribusi frekuensi tes awal latihan bertahan dengan raket.

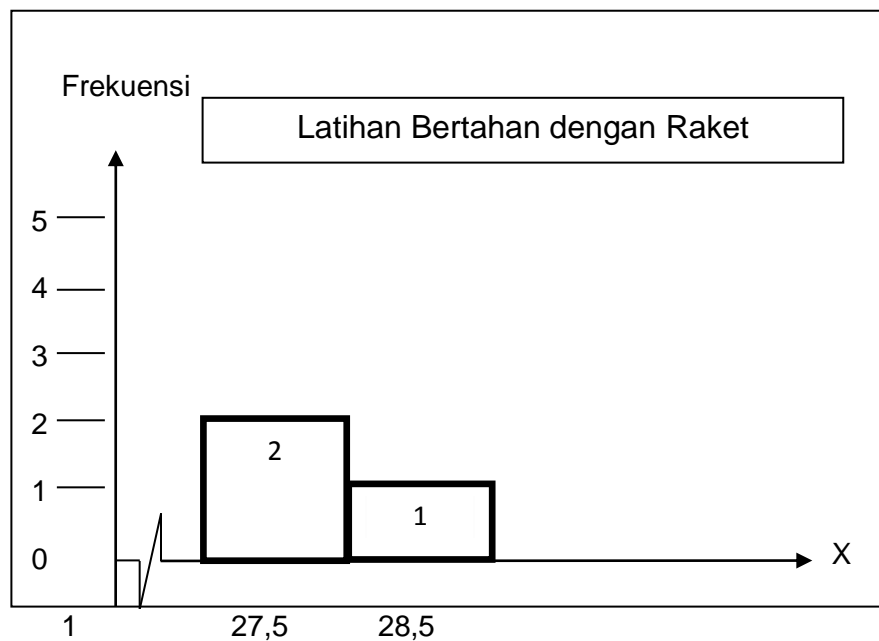
NO	Kelas Interval	Titik Tengah	frekuensi	
			absolut	relatif (%)
1	16 – 19	17,5	1	33,33
2	19,01 – 22	20,5	1	33,33
3	22,01 – 25	23,5	1	33,33
Jumlah			3	100%



Gambar 19. Histogram tes awal latihan bertahan dengan raket

Tabel 4. Distribusi frekuensi tes akhir latihan bertahan dengan raket.

No	Kelas Interval	Titik Tengah	frekuensi	
			absolut	relatif (%)
1	26 – 27	26,5	0	0
2	27,01 – 28	27,5	2	66,66
3	28,01 – 29	28,5	1	33,33
Jumlah			3	100%



Gambar 20. Histogram tes akhir latihan bertahan dengan raket

3. Hasil Tes Akhir Model Latihan Bertahan lemparan dan dengan Raket.

Data tes akhir pada latihan bertahan dengan lemparan diperoleh skor terendah 22 dan skor tertinggi 27 dengan rata-rata = 24,33. Data tes akhir pada latihan bertahan dengan raket diperoleh skor terendah 28 dan skor tertinggi 29 dengan rata-rata = 28,33.

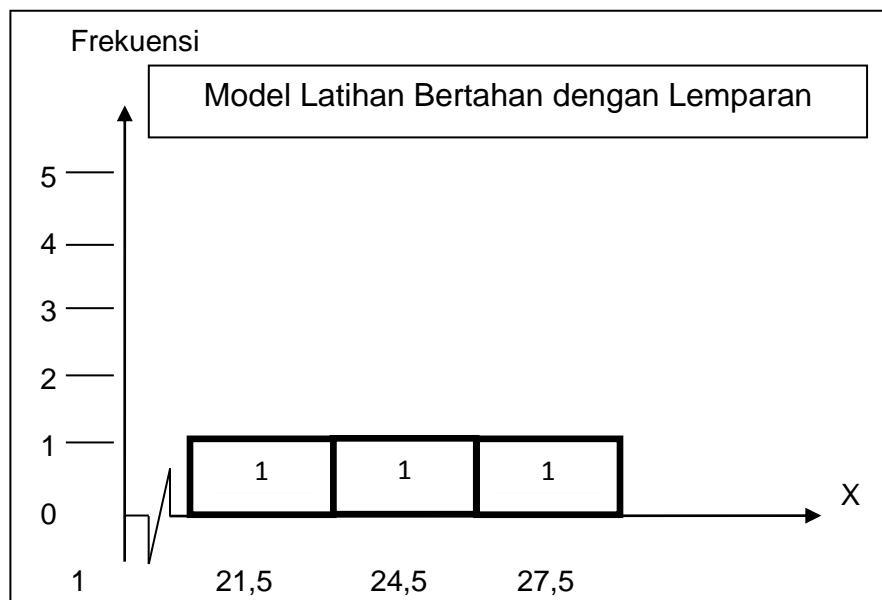
Nilai standar *deviasi* dari *difference* (SD_x) latihan bertahan dengan lemparan 2,05, (SD_y) 0,47. Nilai *standar error* dari *mean of difference* (SE_{Mx}) 1,19, (SE_{My}) 0,27. Nilai *standar error* perbandingan mean (SE_{MY-MX}) 1,22,.

Kemudian dari hasil perhitungan selanjutnya diperoleh nilai t_h (t_{hitung}) 3,29 dan t_t (t_{tabel}) 2,78.

Untuk lebih menggambarkan keadaan tes akhir dari perlakuan kelompok latihan bertahan lemparan dan dengan raket, dapat dilihat pada tabel sebagai berikut :

Tabel 5. Distribusi frekuensi tes akhir latihan bertahan dengan lemparan.

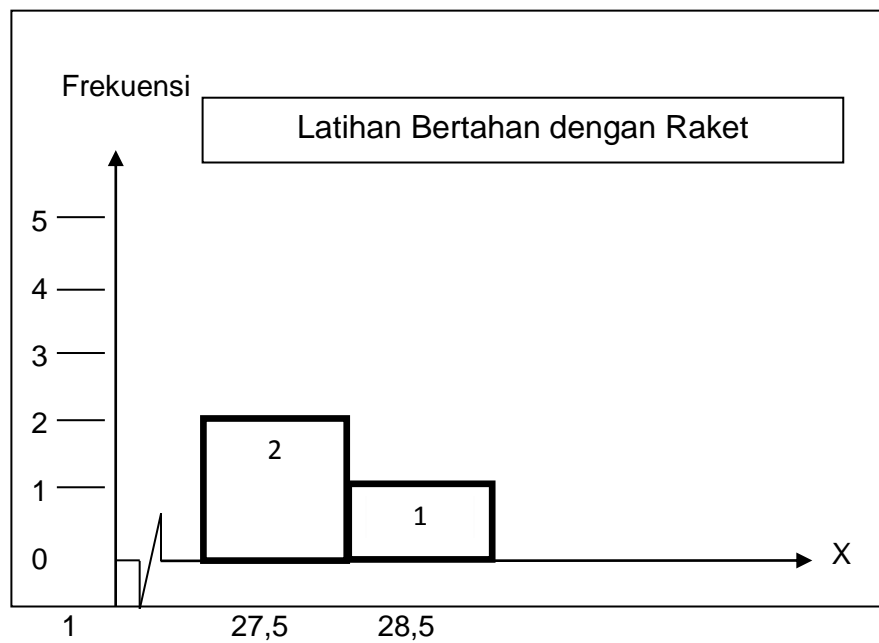
No	Kelas Interval	Titik Tengah	Frekuensi	
			absolut	relatif (%)
1	20 – 23	21,5	1	33,33
2	23,01- 26	24,5	1	33,33
3	26,01 – 29	27,5	1	33,33
Jumlah			3	100%



Gambar 21. Histogram tes akhir latihan bertahan dengan lemparan.

Tabel 6. Distribusi frekuensi tes akhir latihan bertahan dengan raket.

No	Kelas Interval	Titik Tengah	frekuensi	
			absolut	relatif (%)
1	26 – 27	26,5	0	0
2	27,01 – 28	27,5	2	66,66
3	28,01 – 29	28,5	1	33,33
Jumlah			3	100%



Gambar 22. Histogram tes akhir latihan bertahan dengan raket

B. Pengujian Hipotesis

1. Hasil tes awal dan tes akhir latihan bertahan dengan lemparan.

Hasil analisis tes awal dan tes akhir latihan bertahan dengan lemparan diperoleh nilai rata-rata deviasi (M_D) = 3,67, nilai standar deviasi dari *difference* (S_D) = 0,94, nilai standar *error mean* dari *mean of difference* (SE_{MD}) = 0,67, nilai $t_{hitung} = 5,50$ dan t_{tabel} pada derajat kebebasan (dk) = $N-1 = 2$ dengan taraf signifikansi 5% diperoleh nilai $t_{tabel} = 4,30$.

Dengan demikian $t_{hitung} \geq t_{tabel}$ = maka H_0 ditolak, ini berarti terdapat peningkatan latihan bertahan dengan lemparan terhadap kemampuan bertahan atlet putra PPLP Sepaktakraw DKI Jakarta.

2. Hasil tes awal dan tes akhir latihan bertahan dengan raket.

Hasil analisis tes awal dan tes akhir latihan bertahan dengan raket diperoleh nilai rata-rata deviasi (M_D) = 8,33, nilai standar deviasi dari *difference* (S_D) = 1,25, nilai standar *error mean* dari *mean of difference* (SE_{MD}) = 0,88, nilai $t_{hitung} = 9,45$ dan t_{tabel} pada derajat kebebasan (dk) = $N-1 = 2$ dengan taraf signifikansi 5% diperoleh nilai $t_{tabel} = 4,30$.

Dengan demikian $t_{hitung} \geq t_{tabel}$ = maka H_0 ditolak, ini berarti terdapat peningkatan latihan bertahan dengan raket terhadap kemampuan bertahan atlet putra PPLP Sepaktakraw DKI Jakarta.

3. Hasil tes akhir latihan bertahan lemparan dan dengan raket.

Pengujian hipotesis dari kedua kelompok dengan menggunakan uji $-t$ antara hasil tes akhir kelompok latihan bertahan menggunakan lemparan dan dengan raket. Dari kelompok latihan bertahan lemparan diperoleh rata-rata (M_x) 24,33 dengan simpangan baku (SD_x) 2,05 dan standar eror (SD_{mx}) 1,19. Untuk kelompok latihan bertahan dengan raket diperoleh rata-rata (M_y) 28,33 dengan simpangan baku (SD_y) 0,47 dan standar eror (SD_{MY}) 0,27.

Dari kedua data kelompok tersebut diperoleh standar *error* perbedaan mean (SE_{MXMY}) sebesar 1,22. Dari hasil perhitungan tersebut, hasil tes akhir latihan bertahan lemparan dan dengan raket diperoleh nilai t_{hitung} sebesar 3,29, selanjutnya diuji dengan t_{tabel} pada taraf signifikansi 5% dan derajat kebebasan $(N_1+N_2)-2 = 4$ diperoleh t_{tabel} sebesar 2,78 yang berarti nilai $t_{hitung} \geq t_{tabel}$ dengan demikian uji t menyimpulkan bahwa hasil latihan bertahan dengan raket terdapat perbedaan (signifikan), maka hipotesis nihil (H_0) ditolak dan hipotesis penelitian (H_a) diterima.

Berdasarkan hasil tes awal dan tes akhir dari kedua latihan tersebut, latihan bertahan dengan lemparan dan latihan bertahan dengan raket sama – sama mengalami peningkatan, namun latihan bertahan dengan raket lebih baik dari pada latihan bertahan dengan lemparan terhadap kemampuan bertahan atlet putra PPLP Sepaktakraw DKI Jakarta.