

BAB IV

HASIL PENELITIAN

A. Deskripsi data

Deskripsi data dan penelitian ini meliputi nilai tertinggi, nilai terendah, nilai rata – rata, standar deviasi, standar error, distribusi, frekuensi, serta histogram dan masing – masing variabel, berikut data lengkapnya.

1. Hasil Tes Awal dan Tes Akhir latihan dengan umpan tembok

Data tes awal pada kelompok Model Latihan umpan tembok diperoleh skor terendah 10 poin dan skor tertinggi 20 poin dengan rata – rata (X_1) = 15,55.

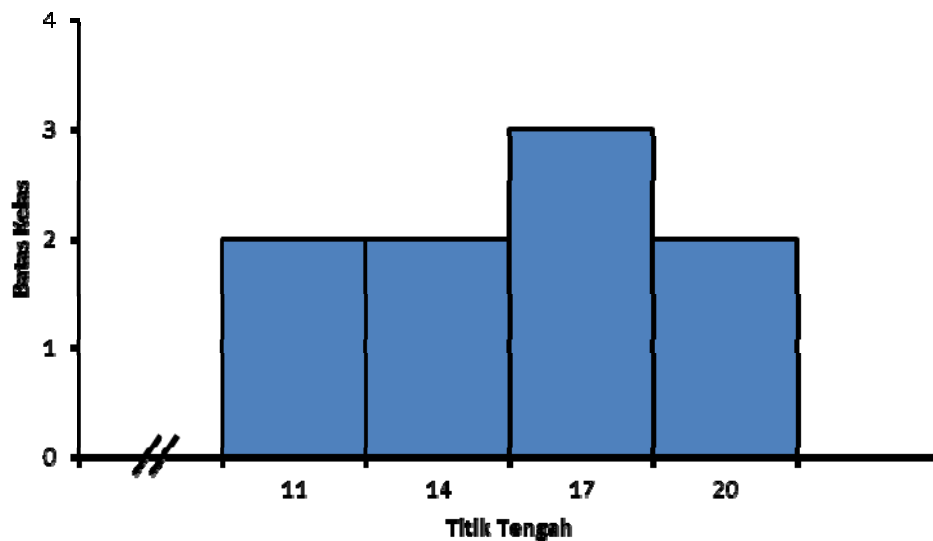
Data tes akhir pada kelompok Model Latihan umpan tembok diperoleh skor terendah 15 poin dan skor tertinggi 23 poin dengan rata-rata (X_2) = 18,22.

Dalam tes awal dan tes akhir pada kelompok latihan umpan tembok yang diperoleh data simpangan baku (SA) = 1,491 dan Standar kesalahan mean (SEm.V1)= 0,527 dapat digambarkan kedalam tabel distribusi frekuensi tes awal dan tes akhir serta dapat digambarkan pula dalam grafik histogram, di bawah ini.

Tabel 1. Distribusi frekuensi tes awal kelompok latihan umpan tembok

No.	Interval	Titik Tengah	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif
1	10 – 12	11	2	22,2 %
2	13 – 15	14	2	22,2 %
3	16 – 18	17	3	33,3 %
4	19 – 21	20	2	22,2 %
	Total		9	100 %

Berdasarkan tabel 1 di atas dibandingkan dengan nilai rata-rata, terlihat *testee* yang berada pada kelas rata-rata sebanyak 3 *testee* (33,3%) dan yang berada dibawah kelas rata-rata sebanyak 4 *testee* (44,4%), sedangkan *testee* yang berada diatas kelas rata-rata sebanyak 2 *testee* (22,2%).

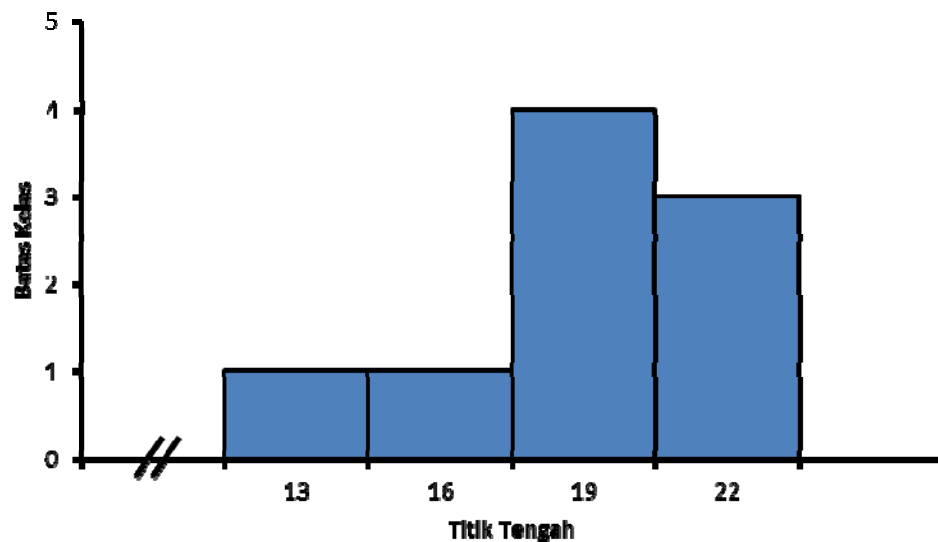


Gambar 15. Histogram Data kemampuan Tes Awal latihan umpan tembok

Tabel 2. Distribusi frekuensi tes akhir kelompok Latihan umpan tembok

No.	Interval	Titik Tengah	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif
1	12 – 14	13	1	11,1 %
2	15 – 17	16	1	11,1 %
3	18 – 20	19	4	44,4 %
4	21 – 23	22	3	33,3 %
	Total		9	100 %

Berdasarkan tabel 2 di atas di bandingkan dengan nilai rata-rata, terlihat *testee* yang berada pada kelas rata-rata sebanyak 4 *testee* (44,4%) dan yang berada di bawah kelas rata-rata sebanyak 2 *testee* (22,2%), sedangkan *testee* yang berada di atas kelas rata-rata sebanyak 3 *testee* (33,3%).



Gambar 16. Histogram Data kemampuan Tes Akhir latihan umpan tembok

2. Hasil Tes Awal dan Tes Akhir Latihan Umpan *Passing* Individu

Data tes awal pada kelompok Model Latihan Umpan *Passing* Individu diperoleh skor terendah 7 poin dan skor tertinggi 18 poin dengan rata-rata (\bar{X}_2) = 10,67.

Data tes akhir pada kelompok Model Latihan Umpan *Passing* Individu diperoleh skor terendah 8 poin dan skor tertinggi 18 poin dengan rata-rata (\bar{X}_2) = 11,22

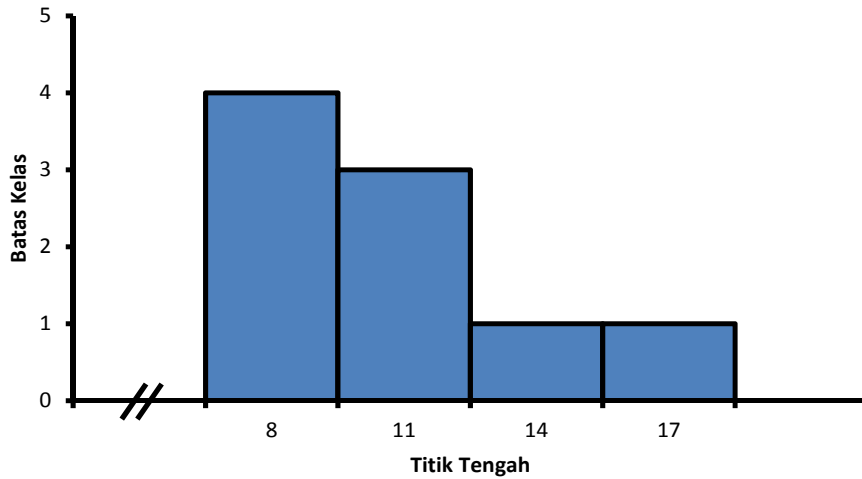
Dalam tes awal dan tes akhir pada kelompok latihan umpan *passing* individu yang diperoleh data simpangan baku dan (S_{X^2})= 0,831 dapat digambarkan kedalam tabel distribusi frekuensi tes awal dan tes akhir serta dapat digambarkan pula dalam grafik histogram, di bawah ini:

Tabel 3. Distribusi frekuensi tes awal kelompok Latihan Umpan *Passing* Individu

No.	Interval	Titik Tengah	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif
1	7 – 9	8	4	44,4 %
2	10 – 12	11	3	33,3 %
3	13 – 15	14	1	11,1 %
4	16 – 18	17	1	11,1 %
	Total		9	100 %

Berdasarkan tabel 3 di atas dibandingkan dengan nilai rata-rata, terlihat *testee* yang berada pada kelas rata-rata sebanyak 3 *testee* (33,3%) dan yang berada di bawah kelas rata-rata sebanyak 2 *testee*

(22,2%), sedangkan testee yang berada diatas kelas rata-rata sebanyak 4 testee (44,4%).

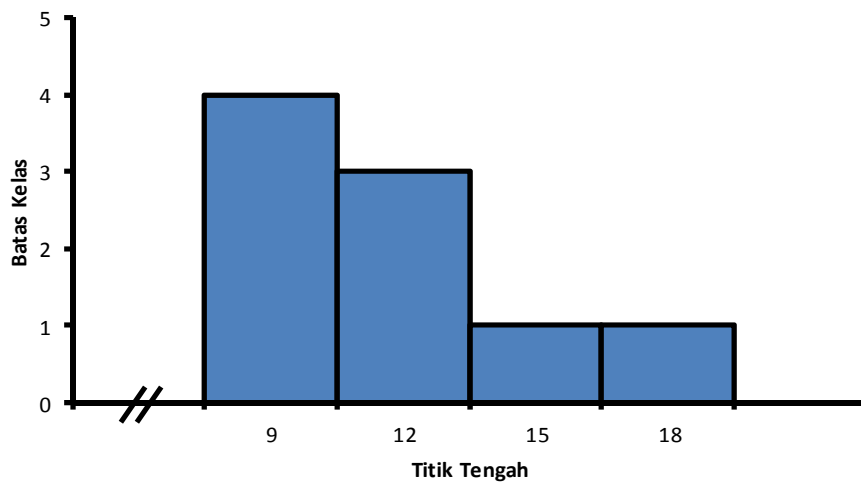


Gambar 17. Histogram Data kemampuan Tes Awal latihan Umpan
Passing Individu

Tabel 4. Distribusi frekuensi tes akhir kelompok Latihan Umpan *Passing Individu*

No.	Interval	Titik Tengah	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif
1	8 – 10	9	4	44,4 %
2	11 – 13	12	3	33,3 %
3	14 – 16	15	1	11,1 %
4	17 – 19	18	1	11,1 %
	Total		9	100 %

Berdasarkan tabel 4 di atas dibandingkan dengan nilai rata-rata, terlihat *testee* yang berada pada kelas rata-rata sebanyak 3 *testee* (33,3%) dan yang berada di bawah kelas rata-rata sebanyak 2 *testee* (22,2%), sedangkan *testee* yang berada diatas kelas rata-rata sebanyak 4 *testee* (44,4%).



Gambar 18. Histogram Data kemampuan tes akhir latihan Umpan *Passing* Individu

B. Pengujian Hipotesis

1. Hasil tes awal dan tes akhir kelompok Latihan Umpan Tembok

Hasil analisis tes awal dan tes akhir dengan menggunakan Model Latihan Umpan Tembok diperoleh rata-rata deviasi (MD) = 2,667 simpangan baku (Sd) = 1,491 dan standar kesalahan mean (SE_{MD}) = 0,527 hasil tersebut menghasilkan t_{tabel} pada derajat kebebasan (dk) = N-1 = 8 dengan taraf signifikansi = 5% diperoleh nilai kritis $t_{tabel} = 2,306$ dengan demikian nilai $t_{hitung} = 5,058$ yang berarti $t_{hitung} > t_{tabel}$, maka H_0 di terima dan H_1 ditolak, berarti terdapat peningkatan yang berarti dari model latihan umpan tembok terhadap hasil umpan permainan sepak takraw pada atlet Klub Metropolitan Jakarta Selatan.

2. Hasil tes awal dan tes akhir kelompok Latihan Umpan *Passing* Individu

Hasil analisis tes awal dan tes akhir dengan menggunakan Model Latihan Umpan *Passing* Individu diperoleh rata-rata deviasi (M_D) = 0,555 simpangan baku (SD) = 0,831 dan standar kesalahan mean (SE_{MD}) = 0,294 hasil tersebut menghasilkan t_{tabel} pada derajat kebebasan (dk) = N-1 = 8 dengan taraf signifikansi = 5% diperoleh nilai kritis $t_{tabel} = 2,306$ dengan demikian nilai $t_{hitung} = 1,887$ yang berarti $t_{hitung} > t_{tabel}$ maka H_0 di terima dan H_1 ditolak, berarti tidak terdapat peningkatan yang berarti dari Model latihan umpan *passing* individu terhadap hasil umpan permainan sepak takraw pada atlet klub Metropolitan Jakarta Selatan.

3. Hasil tes akhir kelompok Latihan Umpan Tembok dan Latihan

Umpan *Passing* Individu

Dari data yang ada dari hasil tes akhir kelompok Model Latihan Umpan Tembok dan Latihan Umpan *Passing* Individu diperoleh nilai t_{hitung} sebesar 8,464 selanjutnya diuji dengan t_{tabel} pada taraf signifikan 5% dan derajat kebebasan $(N_1+N_2)-2=16$ diperoleh t_{tabel} sebesar 2,120 yang berarti nilai $t_{hitung} > t_{tabel}$ dengan demikian uji t menyimpulkan bahwa hasil Model Latihan Umpan Tembok dan Latihan Umpan *Passing* Individu terdapat perbedaan (signifikan), maka H_0 diterima dan H_1 ditolak. Berdasarkan hasil data tes akhir yang didapat dan setelah dihitung dalam statistik uji t, hasil yang diperoleh tidak terdapat perbedaan secara signifikan atau hasil antara latihan umpan tembok lebih efektif dibandingkan latihan umpan *passing* individu.

Berdasarkan hasil tes awal dan tes akhir dari kedua latihan tersebut, latihan umpan tembok dan latihan umpan *passing* individu sama-sama mengalami peningkatan, namun kelompok Model Latihan Umpan Tembok mendapatkan skor yang lebih tinggi dari pada kelompok Model Latihan Umpan *Passing* Individu.

4. Penjelasan hasil

1. Dari data diatas dapat di simpulkan bahwa pada atlet Klub Metropolitan Jakarta Selatan setelah diberikan model latihan umpan dengan tembok terjadi peningkatan yang terlihat dari total

nilai tes akhir, sebanyak 164 angka. Dan setelah dianalisis peningkatan tersebut signifikan karena jumlah $t_{hitung} > t_{tabel}$ sehingga peneliti dapat mengambil kesimpulan model latihan umpan dengan tembok dapat dijadikan variasi dari program latihan teknik pada sepak takraw, akan tetapi peningkatan kemampuan atlet tersebut tetap harus didukung oleh kondisi fisik yang diperoleh dari kedisiplinan dalam menjalankan program latihan.

2. Dari data diatas dapat peneliti simpulkan bahwa pada atlet klub Metropolitan Jakarta Selatan setelah diberikan model latihan umpan dengan *passing* individu terjadi peningkatan yang terlihat dari total nilai akhir, sebanyak 101 angka. Dan setelah di analisis peningkatan tersebut tidak signifikan karena jumlah $t_{hitung} < t_{tabel}$. sehingga peneliti dapat mengambil kesimpulan model latihan umpan dengan *passing* individu dapat digunakan sebagai variasi dari program latihan teknik sepak takraw.
3. Berdasarkan tes awal dan tes akhir dari kedua latihan tersebut latihan umpan tembok dan latihan umpan *passing* individu sama – sama terjadi peningkatan, dalam hal ini kelompok model latihan umpan dengan tembok mendapatkan $t_{hitung} = 5,058$ dan kelompok model latihan umpan *passing* individu mendapatkan $t_{hitung} = 1,887$. Dengan demikian model latihan umpan tembok mendapatkan t_{hitung} yang lebih besar dan signifikan.