**BAB IV**

**HASIL PENELITIAN**

1. **Deskripsi Data**

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

*Tabel 1. Deskripsi data penelitian*

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Variabel | Kadar Gula Darah Awal (mg/dl) | Kadar Gula Darah Akhir (mg/dl) |
| Nilai tertinggi | 264 | 239 |
| Nilai terendah | 110 | 102 |
| Rata-rata | 161,2 | 152,45 |
| Standar deviasi | 43,37 | 38,32 |
| Standar *error* | 9,95 | 8,79 |

1. **Data Hasil Tes Kadar Gula Darah Awal**

Data yang terkumpul mengenai kadar gula darah pada kerja senam jantung sehat didapati pada tes awal menunjukkan rentangan nilai tertinggi 264 mg/dl dan nilai terendah 110 mg/dl dengan rata-rata kadar gula darah awal 161,2 mg/dl, standar deviasi (SD) sebesar 43,37 dan standar *error* (SE) sebesar 9,95 (lihat lampiran). Hal tersebut dapat terlihat pada distribusi frekuensi dan histogram berikut:

*Tabel 2. Distribusi Frekunsi Tes Kadar Gula Darah Awal*

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| No | Kelas Interval | Nilai Tengah | Frekuensi Absolut | Frekuensi Relatif |
| 1 | 110 – 139 | 124,5 | 7 | 35 % |
| 2 | 140 – 169 | 154,5 | 8 | 40 % |
| 3 | 170 – 199 | 184,5 | 1 | 5 % |
| 4 | 200 – 229 | 214,5 | 2 | 10 % |
| 5 | 230 – 259 | 244,5 | 1 | 5 % |
| 6 | 260 – 289 | 274,5 | 1 | 5 % |
| Jumlah | | | 20 | 100 % |

HISTOGRAM

*Gambar 1. Grafik Histogram Tes Kadar Gula Darah Awal*

1. **Data Hasil Tes Kadar Gula Darah Akhir**

Data yang terkumpul mengenai kadar gula darah pada kerja senam jantung sehat didapati pada tes akhir menunjukkan rentangan nilai tertinggi 239 mg/dl dan nilai terendah 102 mg/dl dengan rata-rata kadar gula darah akhir 152,45 mg/dl, standar deviasi (SD) sebesar 38,32 dan standar *error* (SE) sebesar 8,79 (lihat lampiran). Hal tersebut dapat terlihat pada distribusi frekuensi dan histogram berikut:

*Tabel 3. Distribusi Frekuensi Tes Gula Darah Akhir*

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| No | Kelas Interval | Nilai Tengah | Frekuensi Absolut | Frekuensi Relatif |
| 1 | 102 – 128 | 115 | 6 | 30 % |
| 2 | 129 – 155 | 142 | 5 | 25 % |
| 3 | 156 – 182 | 169 | 5 | 25 % |
| 4 | 183 – 209 | 196 | 2 | 10 % |
| 5 | 210 – 236 | 223 | 1 | 5 % |
| 6 | 237 – 263 | 250 | 1 | 5 % |
| Jumlah | | | 20 | 100 % |

HISTOGRAM

*Gambar 2. Grafik Histogram Tes Akhir Kadar Gula Darah*

1. **Pengujian Hipotesis**

Disampaikan tentang nilai rata-rata (­­) dari hasil yang didapatkan pada tes awal 161,2 mg/dl dan pada tes akhir 152,45 mg/dl. Dari data rata-rata mengenai tes awal dan tes akhir pada tes kadar gula darah menunjukkan adanya penurunan hasil yang didapat. Dari hasil analisis data diperoleh selisih rata-rata (Md) 8,75 dengan standar deviasi perbedaan (SDd) yaitu sebesar 12,255 dan standar *error* perbedaan rata-rata (SEMd) sebesar 2,812 dalam perhitungan selanjutnya diperoleh nilai t-hitung sebesar 3,11 dan nilai t-tabel dengan derajat kebebasan (n-1) dan taraf signifikan α = 0,05 didapat sebesar 2,093. Dikarenakan nilai t-hitung lebih besar daripda nilai t-tabel, maka hal ini menunjukkan bahwa hipotesa nihil (H0) ditolak dan hipotesa alternative (H1) diterima.

Dari hasil perhitungan tersebut dinyatakan bahwa aktivitas kerja senam jantung sehat mempengaruhi penurunan kadar gula darah pada manusia usia lanjut Klub Jantung Sehat Antakusuma Depok Jawa Barat.