

BAB IV

HASIL PENELITIAN

Setelah dilakukan pengambilan data, kemudian peneliti dengan petunjuk teknik pengolahan data untuk mengetahui nilai tertinggi, nilai terendah, rentang skor, rata-rata dan standar deviasi (simpangan baku). Serta mengklasifikasikan dengan menggunakan teknik perhitungan yang ada.

1. Jumlah rata-rata kebutuhan cairan total pada atlet bola voli PPLP DKI Jakarta.

Tabel 2. Kebutuhan Cairan Putra

No.	Nama	Kebutuhan Cairan				Jumlah Σ	Rata-rata Σx
		Hari Ke- 1	Hari Ke- 2	Hari Ke- 3	Hari Ke- 4		
1	Bayu	3214.02	2870.76	1841.61	2714.13	10640.52	2660.13
2	Ryan	2909.34	2663.85	2194.92	2559.25	10327.36	2581.84
3	Maulana	3875.2	3446.4	3352	3591.2	14264.8	3566.2
4	Sunaryo	3211	2381.25	2475.2	2255	10322.45	2580.61
5	Febri	2263.93	2053.55	3372.11	2581.91	10271.5	2567.88
6	Dimas	3585.76	2988.9	2291.47	3045.84	11911.97	2977.99
7	Wisnu	3291.56	2189.87	2094.5	3037.77	10613.7	2653.43
8	Hikmat	2661	2194.2	2198.4	2337	9390.6	2347.65
9	Dio	4182.96	4146.53	3539.16	4168.95	16037.6	4009.4
Jumlah						103780.5	25945.13

Tabel.2 maka diketahui kebutuhan cairan (ml) untuk keseluruhan atlet bola voli putra PPLP DKI Jakarta yang tertinggi 4009,4ml dan yang terendah 2347,65ml rentang skor 1661,75ml dengan rata-rata 2882,8ml dan standar deviasi 549,43ml.

Tabel 3. Kebutuhan Cairan Putri

No.	Nama	Kebutuhan Cairan				Jumlah Σ	Rata-rata Σx
		Hari Ke- 1	Hari Ke- 2	Hari Ke- 3	Hari Ke- 4		
1	Susi	2660.56	2649.36	2063.04	2873.36	10246.32	2561.58
2	Millenia	2558.05	1969.18	2049.15	2445.09	9021.46	2255.37
3	Oktaria	2942.4	2316.48	2979.84	2524.8	10763.52	2690.88
4	Reska	2791.6	2364.17	2286.36	2915.52	10357.65	2589.41
5	Dea	2440.8	2028.96	2309.76	3543.24	10322.76	2580.69
6	Putri	3502.08	3310.32	3378.88	3937.92	14129.2	3532.3
7	Tiara	3326.88	2407	1996.94	3064.14	10794.96	2698.74
8	Heny	3811.81	3303.69	5138.22	4135.29	16389.01	4097.25
9	Bunga	3425.67	2300.91	1681.77	2237.16	9645.51	2411.38
10	Adinda	2797.01	2469.6	2377.25	2520.63	10164.491	2541.12
11	Lutfiya	3542.15	2453.12	2846.01	3144.81	11986.09	2996.52
Jumlah						123820.97	30955.24

Tabel.3 maka diketahui kebutuhan cairan (ml) untuk keseluruhan atlet bola voli putri PPLP DKI Jakarta yang tertinggi 4097,25ml dan yang terendah 2255,37ml rentang skor 1841,89ml dengan rata-rata 2814,1ml dan standar deviasi 542,37ml.

2. Jumlah asupan cairan yang dikonsumsi pada atlet bola voli PPLP DKI Jakarta.

Tabel 4. Asupan Cairan Putra

No.	Nama	Pemasukan Cairan				Jumlah Σ	Rata-rata Σx
		Hari Ke- 1	Hari Ke- 2	Hari Ke- 3	Hari Ke- 4		
1	Bayu	4495.34	3096.21	3917.31	3982.59	15491.45	3872.86
2	Ryan	4282.59	4216.47	4168.55	3933.77	16601.38	4150.35
3	Maulana	3615.05	3598.94	3883.56	3792.6	14890.15	3722.54
4	Sunaryo	3589.39	2427.76	3573.28	3510.37	13100.8	3275.20
5	Febri	4375.59	3275.93	4069.11	3427.77	15148.4	3787.10
6	Dimas	3747.88	2518.54	3758.39	3301.56	13326.37	3331.59
7	Wisnu	3509.2	3668.97	3761.01	3385.97	14325.15	3581.29
8	Hikmat	2942.61	3451.93	2950.91	3116.19	12461.64	3115.41
9	Dio	6006.19	3669.18	4550.4	3835.46	18061.23	4515.31
Jumlah						133406.57	33351.64

Tabel.4 maka diketahui asupan cairan (ml) untuk keseluruhan atlet bola voli putra PPLP DKI Jakarta yang tertinggi 4515,31ml dan yang terendah 3115,41ml rentang skor 1399,90ml dengan rata-rata 3705,74ml dan standar deviasi 444,02ml.

Tabel 5. Asupan Cairan Putri

No.	Nama	Pemasukan Cairan				Jumlah Σ	Rata-rata Σx
		Hari Ke- 1	Hari Ke- 2	Hari Ke- 3	Hari Ke- 4		
1	Susi	3928.4	4940.83	3520.61	4965.22	17355.06	4338.77
2	Millenia	3320.92	3378.51	2406.61	3467.74	12573.78	3143.45
3	Oktaria	3935.39	4398.83	3749.74	3284.6	15368.56	3842.14
4	Reska	3057.95	3097.51	3004.73	2983.61	12143.8	3035.95
5	Dea	3796.92	3555.57	4457.97	3352.6	15163.06	3790.77
6	Putri	4133.74	4388.08	2751.86	2758.26	14031.94	3507.99
7	Tiara	3232.2	2868.94	3033.97	3606.73	12741.84	3185.46
8	Heny	4135.84	3985.45	4453.68	4478.48	17053.45	4263.36
9	Bunga	3502.74	3429.23	3635.86	2750.73	13318.56	3329.64
10	Adinda	3794.77	3384.59	3823.19	3407.73	14410.28	3602.57
11	Lutfiya	4382.69	3686.69	2661.55	3226.61	13957.54	3489.39
Jumlah						158117.87	39529.47

Table.5 maka diketahui asupan cairan (ml) untuk keseluruhan atlet bola voli putri PPLP DKI Jakarta yang tertinggi 4338,77ml dan yang terendah 3035,95ml rentang skor 1302,82ml dengan rata-rata 3593,59ml dan standar deviasi 432,74ml.

3. Tingkat kecukupan cairan pada atlet bola voli PPLP DKI Jakarta.

Tabel 6. Tingkat Konsumsi Cairan Putra

No.	Nama	Tingkat Konsumsi Cairan				Jumlah	Rata-rata
		Hari Ke- 1	Hari Ke- 2	Hari Ke- 3	Hari Ke- 4		
1	Bayu	140%	108%	213%	147%	607%	152%
2	Ryan	147%	158%	190%	154%	649%	162%
3	Maulana	93%	104%	116%	106%	419%	105%
4	Sunaryo	112%	102%	144%	156%	514%	128%
5	Febria	193%	160%	121%	133%	606%	152%
6	Dimas	105%	84%	164%	108%	461%	115%
7	Wisnu	107%	168%	180%	111%	565%	141%
8	Hikmat	111%	157%	134%	133%	535%	134%
9	Dio	144%	88%	129%	92%	453%	113%

Table.6 maka diketahui tingkat konsumsi cairan (%) untuk keseluruhan atlet bola voli putra PPLP DKI Jakarta yang tertinggi 162% dan yang terendah 105% rentang skor 57% dengan rata-rata 134%.

Tabel 7. Tingkat Konsumsi Cairan Putri

No.	Nama	Tingkat Konsumsi Cairan				Jumlah	Rata-rata
		Hari Ke- 1	Hari Ke- 2	Hari Ke- 3	Hari Ke- 4		
1	Susi	148%	186%	171%	173%	678%	169%
2	Millenia	130%	172%	117%	142%	561%	140%
3	Oktaria	134%	190%	126%	130%	580%	145%
4	Reska	110%	131%	131%	102%	474%	119%
5	Dea	156%	175%	193%	95%	618%	155%
6	Putri	118%	133%	81%	70%	402%	101%
7	Tiara	97%	119%	152%	1185	486%	121%
8	Heny	109%	121%	87%	108%	424%	106%
9	Bunga	102%	149%	216%	123%	590%	148%
10	Adinda	136%	137%	161%	135%	569%	142%
11	Lutfiyatul	124%	150%	94%	1035	470%	118%

Table.7 maka diketahui tingkat konsumsi cairan (%) untuk keseluruhan atlet bola voli putri PPLP DKI Jakarta yang tertinggi 169% dan yang terendah 101% rentang skor 68% dengan rata-rata 133%.

4. Atlet bola voli PPLP DKI Jakarta yang mengkonsumsi minuman isotonik.

Tabel 8. Atlet Putra yang Menkonsumsi Minuman Isotonik

No.	Nama	Minuman Isotonik	
		Ya	Tidak
1	Bayu	X	√
2	Ryan	X	√
3	Maulana	X	√
4	Sunaryo	X	√
5	Febri	X	√
6	Dimas	X	√
7	Wisnu	X	√
8	Hikmat	X	√
9	Dio	X	√
Jumlah		0%	100%

Tabel.8 maka diketahui untuk keseluruhan atlet bola voli putra PPLP DKI Jakarta yang mengkonsumsi minuman isotonik 0% dan tidak mengkonsumsi minuman isotonik sebesar 100%.

Tabel 9. Atlet Putri yang Menkonsumsi Minuman Isotonik

No.	Nama	Minuman Isotonik	
		Ya	Tidak
1	Susi	√	X
2	Millenia	√	X
3	Oktaria	√	X
4	Reska	√	X
5	Dea	√	X
6	Putri	√	X
7	Tiara	√	X
8	Heny	√	X
9	Bunga	√	X
10	Adinda	√	X
11	Lutfiyatul	X	√
Jumlah		91%	9%

Tabel.9 maka diketahui untuk keseluruhan atlet bola voli putri PPLP DKI Jakarta yang mengkonsumsi minuman isotonik 91% dan tidak mengkonsumsi minuman isotonik sebesar 9%.

5. Minuman isotonik yang dikonsumsi atlet bola voli PPLP DKI Jakarta.

Tabel 10. Jumlah Minuman Isotonik yang Dikonsumsi

No.	Nama	Minuman Isotonik				Jumlah	Rata-rata
		Hari Ke- 1	Hari Ke- 2	Hari Ke- 3	Hari Ke- 4		
1	Bayu	x	x	x	x	0	0
2	Ryan	x	x	x	x	0	0
3	Maulana	x	x	x	x	0	0
4	Sunaryo	x	x	x	x	0	0
5	Febri	x	x	x	x	0	0
6	Dimas	x	x	x	x	0	0
7	Wisnu	x	x	x	x	0	0
8	Hikmat	x	x	x	x	0	0
9	Dio	x	x	x	x	0	0
Jumlah						0	0

Table.10 maka diketahui atlet yang mengkonsumsi minuman isotonik untuk keseluruhan atlet bola voli putra PPLP DKI Jakarta yang tertinggi 0 dan yang terendah 0 rentang skor 0 dengan rata-rata 0.

Tabel 11. Jumlah Minuman Isotonik yang Dikonsumsi

No.	Nama	Minuman Isotonik				Jumlah	Rata-rata
		Hari Ke- 1	Hari Ke- 2	Hari Ke- 3	Hari Ke- 4		
1	Susi	x	330	330	330	990	247.5
2	Millenia	x	x	330	x	330	82.5
3	Oktaria	330	330	x	x	660	165
4	Reska	500	x	x	x	500	125
5	Dea	x	x	x	500	500	125
6	Putri	x	500	x	x	500	125
7	Tiara	x	330	x	330	660	165.0
8	Heny	330	330	330	x	990	247.5
9	Bunga	x	x	330	x	330	82.5
10	Adinda	830	330	500	500	2160	540
11	Lutfiya	x	x	x	x	0	0
Jumlah						7620	1905

Table maka diketahui atlet yang mengkonsumsi minuman isotonik untuk keseluruhan atlet bola voli putri PPLP DKI Jakarta yang tertinggi dan yang terendah rentang skor dengan rata-rata 1905ml.

6. Jenis minuman isotonik yang dikonsumsi atlet bola voli PPLP DKI Jakarta.

Dari hasil surevei yang peneliti lakukan pada atlet bola voli putra dan putri PPLP DKI Jakarta, jenis minuman isotonik yang banyak dikonsumsi oleh atlet bola voli putra dan putri PPLP DKI Jakarta khususnya atlet putri adalah Pocari Sweat.