BAB IV

HASIL PENELITIAN

A. Deskripsi Data

Deskripsi data pada penelitian ini diperoleh dari hasil tes dan pengukuran masih merupakan skor-skor mentah. Berikut data lengkapnya:

Tabel 1

Hasil Perhitungan Nilai Rata-rata dan Simpangan Baku

Kelompok Variabel	Tes Awal		Tes Akhir	
	$\overline{X}$	S	$\overline{X}$	S
Kelompok A	58,7	4,22	63,5	3,95
Kelompok B	58,85	3,96	62,1	4,11

Tabel 1 menunjukkan bahwa rata-rata tes awal kelompok A (latihan *single leg stride jump*) adalah 58,7 dan untuk kelompok B (latihan *stride jump crossover*) adalah 58,85. Sedangkan simpangannya untuk kelompok A adalah 4,22 dan kelompok B adalah 3,96. Nilai rata-rata tes awal kedua kelompok hampir sama disebabkan pembagian sampel sebelum latihan menjadi dua kelompok dengan kemampuan yang sama. Sedangkan untuk tes akhir kelompok A adalah 63,5 dengan simpangan baku 3,95. Sedangkan kelompok B tes akhir adalah 62,1 dengan simpangan baku 4,11.