

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Data

Analisis hasil penelitian akan dikaitkan dengan tujuan penelitian sebagaimana telah dikemukakan pada bab 1, maka dapat diuraikan dengan deskripsi data dan hasil pengujian hipotesis. Deskripsi data yang akan disajikan berupa hasil tes *passing* bawah bolavoli yang diperoleh dari *pre-test* dan *post-test*. Ekstrakurikuler SDN 3 Tegalrejo Tuban memiliki siswa laki-laki sebanyak 30 dan akan dibagi menjadi 2 kelompok yaitu: kelompok *passing* bawah dipantulkan di dinding sebanyak 15 siswa dan kelompok *passing* bawah menggunakan bola gantung sebanyak 15 siswa.

1. Deskripsi Data *Passing* Bawah Metode Latihan *Passing* Menggunakan Media dinding

Berikut adalah analisis deskriptif hasil *pre-test* dan *post-test* *passing* bawah peserta ekstrakurikuler SDN 3 Tegalrejo Tuban menggunakan tes *passing* bawah.

Tabel 4.1 Analisis Deskriptif Data Keterampilan *Passing* Bawah Media Dinding

	Keterampilan <i>Passing</i> Bawah		
	<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>	Beda
<i>Mean</i>	9.73	15.6	5.85
<i>Std. Deviation</i>	2.05	2.77	2.80
<i>Variance</i>	4.21	7.68	7.83
<i>Minimum</i>	6	10	1
<i>Maximum</i>	13	20	12

Dari keterangan tabel 4.1 di atas dapat di ketahui bahwa rata-rata nilai *pretest Passing* bawah pada kelompok *passing* bawah media dinding 9.73 dengan standar deviasi sebesar 2.05, varian 4.21 dan skor minimum dan maksimum 6 dan 13, sedangkan rata-rata nilai *posttest passing* bawah kelompok *passing* bawah media dinding 15.6 dengan standar deviasi sebesar 2.77, varian 7.68 dan skor minimum dan maksimum 10 dan 20, sedangkan perubahan *passing* bawah setelah diberi perlakuan berupa latihan *passing* didinding memiliki perubahan nilai rata-rata 5.85 standar deviasi sebesar 2.80, varian 7.87 dan skor minimum dan maksimum 1 dan 12.

2. Deskripsi Data *Passing* Bawah Metode Latihan Menggunakan Meedia Bola Gantung

Berikut adalah analisis deskriptif hasil *pre-test* dan *post-test* *passing* bawah peserta ekstrakurikuler SDN 3 Tegalrejo Tuban menggunakan tes *passing* bawah:

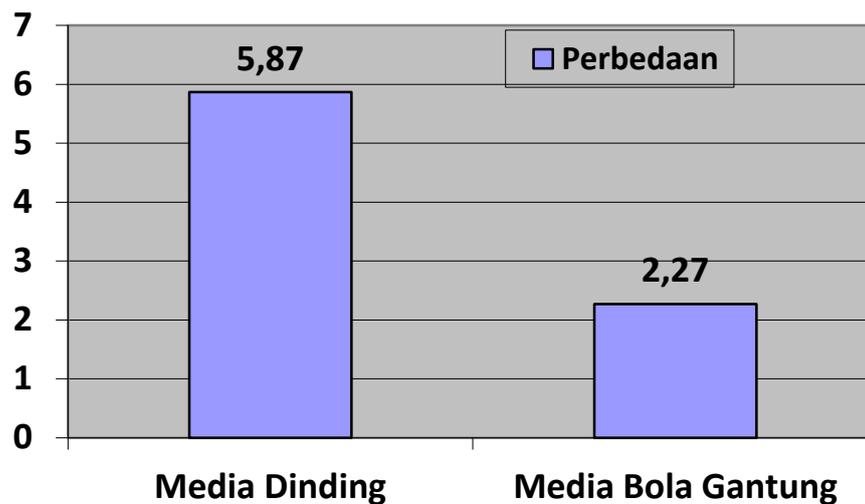
Tabel 4.2 Analisis Deskriptif Data *Passing* Bawah Media Bola Gantung

	Keterampilan <i>passing</i> bawah		
	<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>	Beda
<i>Mean</i>	9.93	12.2	2.27
<i>Std. Deviation</i>	1.75	1.97	2.05
<i>Variance</i>	3.06	3.88	4.21
<i>Minimum</i>	7	9	-2
<i>Maximum</i>	13	15	6

Dari keterangan tabel 4.2 di atas dapat di ketahui bahwa rata-rata nilai *pretest Passing* bawah pada kelompok *passing* bawah media bola gantung 9.93 dengan standar deviasi sebesar 1.75, varian 3.06 dan skor minimum dan maksimum 7 dan 13, sedangkan rata-rata nilai *posttest passing* bawah kelompok *passing* bawah media bola gantung 12.2 dengan standar deviasi sebesar 1.97, varian 3.88 dan skor minimum dan maksimum 7 dan 13, sedangkan perubahan *passing* bawah setelah diberi perlakuan berupa latihan *passing* menggunakan bola gantung memiliki perubahan nilai rata-rata 2.27 standar deviasi sebesar 2.05, varian 4.21 dan skor minimum dan maksimum -2 dan 6.

Dari hasil uraian tersebut dapat diketahui bahwa ada perbedaan hasil tes dari kedua kelompok tersebut. Hal ini terlihat dari selisi rata-rata *pre-test* lebih rendah dari *post-test*. Hal ini berarti pemberian latihan pada masing-masing kelompok memberikan pengaruh terhadap *passing* bawah pada peserta ekstrakurikuler SDN 3 Tegalrejo Tuban.

Besarnya perubahan rata-rata hasil latihan kapasitas aerobik pada masing-masing kelompok bisa di gambarkan dalam bentuk histogram berikut ini:



Histogram 4.1 Perubahan Rata-Rata Dampak Latihan

B. Analisa Data

1. Prosedur Analisa Data

Prosedur analisa data merupakan langkah-langkah yang akan dilakukan peneliti dalam menganalisis data yang telah terkumpul. Menurut Arikunto (2010:278) “Analisis data dilakukan setelah data terkumpul yang meliputi 3 langkah yaitu persiapan, tabulasi, dan pengolahan data”. Berikut dapat dijelaskan prosedur dalam menganalisis data.

- a. Persiapan Mengecek nama subjek penelitian yaitu peserta ekstrakurikuler bolavoli hasil tes ketrampilan *passing* bawah.
- b. Tabulasi Mengambil nilai tes *passing* bawah. Pada penelitian ini alat yang digunakan untuk mengukur ketrampilan *passing* bawah menggunakan tes keterampilan *passing* bawah.

- c. Pengolahan Data Pengolahan data yang diperoleh independent sample t-test yang perhitungannya dibantu dengan SPSS versi 21.

2. Hasil Analisa Data

a. Uji Normalitas

Sebelum dilakukan analisis data dengan uji t data terlebih dahulu melakukan uji normalitas. Uji normalitas digunakan untuk mengetahui apakah data tersebut berdistribusi normal atau tidak. Berikut hasil uji normalitas dengan menggunakan analisis statistik Shapiro-Wilk yang ditunjukkan pada Tabel 4.3 di bawah ini:

Tabel 4.3 Hasil Uji Normalitas dengan Shapiro-Wilk

Variabel		Nilai Sig.	Taraf Signifikan	Ket
Latihan dinding	<i>Pretest</i>	0.15	0.05	Normal
	<i>Posttest</i>	0.54		Normal
Latihan menggunakan Bola gantung	<i>Pretest</i>	0.47		Normal
	<i>Posttest</i>	0.24		Normal
Kedua Kelompok	Latihan Dinding	0.54		Normal
	Latihan menggunakan Bola gantung	0.24		Normal

Hasil uji normalitas dapat dilihat dari tabel 4.3, pada setiap data sebelum dilakukan uji *pariet t test* atau *independent sampel t test* diperoleh nilai Sig. dari masing- masing kelompok latihan sebagai berikut:

Berdasarkan hasil perhitungan tabel 4.3 tersebut dipresentasikan sebagai berikut:

- 1) Besarnya nilai *Sig* data *pre-test* kelompok *passing* bawah dipantulkan di dinding sebesar $0.15 > 0.05$. Sesuai dengan pengujian, dapat dikatakan bahwa kemampuan *passing* bawah bolavoli *pre-test* kelompok latihan *passing* bawah bolavoli dipantulkan di dinding berdistribusi normal.
- 2) Besarnya nilai *Sig* data *post-test* kelompok *passing* bawah dipantulkan di dinding sebesar $0.54 > 0.05$. Sesuai dengan pengujian, dapat dikatakan bahwa kemampuan *passing* bawah bolavoli *post-test* kelompok latihan *passing* bawah bolavoli dipantulkan di dinding berdistribusi berdistribusi normal.
- 3) Besarnya nilai *Sig* data *pre-test* kelompok *passing* bawah bola gantung sebesar $0.47 > 0.05$. Sesuai dengan pengujian, dapat dikatakan bahwa kemampuan *passing* bawah *pre-test* kelompok latihan *passing* bawah bola gantung berdistribusi normal.
- 4) Besarnya nilai *Sig* data *post-test* kelompok *passing* bawah bola gantung sebesar $0.24 > 0.05$. Sesuai dengan pengujian, dapat dikatakan bahwa kemampuan *passing* bawah *post-test* kelompok latihan *passing* bawah bola gantung
- 5) Data posttest kedua kelompok sampel t berpasangan memiliki nilai *Sig*. $0.54 > 0.05$ dan $0.24 > 0.05$ yang memiliki makna bahwa kedua data berdistribusi normal sehingga dapat di lanjutkan uji inependent sampel t tes

b. Uji Homogenitas

Uji homogenitas digunakan untuk mengetahui sesuai tidaknya variasi sampel-sampel yang diambil dari populasi yang sama. Berikut hasil uji homogeniti yang ditunjukkan pada tabel 4.4 di bawah ini

Tabel 4.4 Hasil Uji Homogeneity of Variances

Kelompok	Levene Statistic	Df1	Df2	Sig.	Ket
<i>Passing</i> Bawah Dipantulkan Di Dinding	1.05	1	28	0.314	Homogen
<i>Passing</i> Bawah Bola Gantung	0.19	1	28	0.662	Homogen
Kedua Kelompok	1.16	1	28	0.290	Homogen

Hasil uji homogenitas menggunakan *One Way Anova* dengan bantuan SPSS versi 21 dapat dilihat sebagai berikut:

- 1) Latihan *passing* bawah dipantulkan di dinding nilai Sig. 0.314 > 0.05 dengan derajat kebebasan yaitu $df1 = 1$ dan $df2 = 28$. Dari hasil tersebut, menunjukkan bahwa data penelitian homogen karena mempunyai varians yang sama.
- 2) Latihan *Passing* Bawah Bola Gantung nilai Sig. 0.662 > 0.05 dengan derajat kebebasan yaitu $df1 = 1$ dan $df2 = 28$. Dari hasil tersebut, menunjukkan bahwa data penelitian homogen karena mempunyai varians yang sama.

3) kedua kelompok latihan nilai Sig. $0.290 > 0.05$ dengan derajat kebebasan yaitu $df1 = 1$ dan $df2 = 28$. Dari hasil tersebut, menunjukkan bahwa data penelitian homogen karena mempunyai varians yang sama.

c. Uji Beda Rata-Rata Sampel Berpasangan

Setelah mengetahui bahwa populasi berdistribusi normal dan homogen, selanjutnya adalah melakukan analisis data. Uji yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji beda rata-rata (uji beda *mean*) dengan menggunakan analisis uji-t (*Paired t-test*). Nilai yang digunakan dalam penghitungan uji-t (*Paired t-test*) adalah nilai *pre-test* maupun *post-test* dari masing-masing Berikut hasil analisisnya:

Tabel 4.5 uji-t (*Paired t-test*)

Kelompok	<i>Mean Differences</i>	t	DF	<i>Sig (2.tailed)</i>
<i>Passing Bawah Dipantulkan Di Dinding</i>	5.86	8.11	14	.000
<i>Passing Bawah Bola Gantung</i>	2.467	3.16	14	.007

1) Berdasarkan hasil uji sampel berpasangan pada kelompok *passing bawah dipantulkan di dinding* diperoleh nilai nilai sig. sebesar 0.000 Dengan taraf signifikansi 5% (0,05) dengan kriteria penolakan Nilai Sig $0.000 < 0.05$ berarti ada pengaruh latihan *passing* di dinding terhadap peningkatan ketrampilan *passing bawah bola voli*.

- 2) sedangkan pada kelompok pada bola gantung diperoleh nilai nilai sig. sebesar 0.000 Dengan taraf signifikansi 5% (0,05) dengan kriteria penolakan Nilai Sig 0.000 > 0.05 berarti ada pengaruh latihan *passing* bawah bola voli menggunakan bola gantung terhadap peningkatan ketrampilan *passing* bawah peserta ekstrakurikuler SDN 3 Tegalrejo Tuban.

d. Uji Independent Sampel Test

Setelah mengetahui bahwa populasi berdistribusi normal dan homogen, selanjutnya adalah melakukan analisis data. Uji yang digunakan untuk mengetahui perbedaan pengaruh antara kelompok menggunakan uji independent sample t-test. berikut hasil analisisnya:

Tabel 4.6 Uji Independent Sampel Test

	<i>Mean Differences</i>	t	Sig. (2 tailed)
Equal variances assumed	3.40	3.871	0.001

Berdasarkan hasil uji independent sample t-test diperoleh nilai sig. sebesar 0.008 < 0.05 Hal ini berarti ada perbedaan latihan *passing* didinding dengan latihan menggunakan bola gantung terhadap peningkatan ketrampilan *passing* bawah bolavoli.

3.

e. Persentase Peningkatan

Untuk mengetahui presentase peningkatan variabel terikat kapasitas aerobik sebelum dan setelah perlakuan kelompok *passing* media

dinding dan menggunakan media bola gantung memperoleh skor prsesntasi sebagai berikut:

Tabel 4.7 Peningkatan Prestasi

Kelompok	Persentase Peningkatan
<i>Passing</i> dinding	60.3%
<i>Passing</i> bola gantung	22.8%

3. Interpretasi Hasil Analisa Data

a. Uji Rata-Rata Beda Sampel Berpasangan

Berdasarkan hasil uji sampel berpasangan pada kelompok eksperimen diperoleh nilai nilai sig. sebesar 0.000 Dengan taraf signifikansi 5% (0,05) dengan kriteria penolakan Nilai Sig $0.000 < 0.05$ berarti ada pengaruh latihan *passing* media dinding terhadap peningkatan ketrampilan *passing* bawah pemain bola voli. sedangkan pada kelompok pada media bola gantung diperoleh nilai nilai sig. sebesar 0.000 Dengan taraf signifikansi 5% (0,05) dengan kriteria penolakan Nilai Sig $0.000 < 0.05$ berarti ada pengaruh latihan *passing* menggunakan bola gantung terhadap ketrampilan *passing* bawah bolavoli.

b. Uji *Independent Sampel t Test*

Berdasarkan hasil uji independent sample t-test diperoleh nilai sig. sebesar $0.007 < 0.05$ Hal ini berarti ada perbedaan pengaruh media

latihan *passing* terhadap peningkatan terhadap ketrampilan *passing* bawah bolavoli.

c. Persentase Peningkatan

Berdasarkan analisa data yang dilakukan untuk mengetahui persentase peningkatan kelompok eksperimen di peroleh hasil bahwa menggunakan latihan *passing* media didinding memberikan peningkatan sebesar 60.3%. Sedangkan hasil latihan kelompok media bola gantung menunjukkan peningkatan sebesar 22.8%. Dari data tersebut menunjukkan bahwa latihan *passing* media dinding memberikan persentase lebih besar dari pada latihan media bola gantung.

C. Pengujian Hipotesis

1. Pengujian hipotesis Pertama

- a. Merumuskan H_a dan H_0 :

H_0 : Tidak ada pengaruh latihan *passing* media dinding terhadap hasil *passing* bawah bolavoli.

H_a : Ada pengaruh latihan *passing* media dinding terhadap hasil *passing* bawah bolavoli

- b. Menentukan tingkat signifikansi

Pengujian menggunakan tingkat signifikansi $\alpha = 5\%$ (0,05)

- c. Perumusan Hipotesis

Jika t hitung $< 0,05$ maka sangat signifikan, dengan kesimpulan H_0 ditolak.

Jika t hitung $> 0,05$ maka sangat signifikan dengan kesimpulan H_0 diterima

d. Kesimpulan

Pada hasil analisis data dengan Paired sample t-test diperoleh nilai t -hitung 8.89 lebih besar dari t -tabel 2.176 dengan tingkat kesalahan 0.05 dan df 14, maka hipotesis nol (H_0) ditolak dan hipotesis kerja (H_a) diterima. Hal ini berarti pengaruh latihan *passing* media dinding terhadap hasil *passing* bawah bolavoli.

2. Pengujian hipotesis Kedua

a. Merumuskan H_a dan H_1 H_0 :

H_0 : Tidak ada perbedaan pengaruh media latihan *passing* bawah terhadap keterampilan *passing* bawah bolavoli.

H_a : ada perbedaan pengaruh media latihan *passing* bawah terhadap keterampilan *passing* bawah bolavoli

b. Menentukan tingkat signifikansi

Pengujian menggunakan tingkat signifikansi $\alpha = 5\%$ (0,05)

c. Perumusan Hipotesis

Jika t hitung $< 0,05$ maka sangat signifikan, dengan kesimpulan H_0 ditolak.

Jika t hitung $0,05$ maka sangat signifikan dengan kesimpulan H_0 diterima

d. Kesimpulan

Pada hasil analisis data dengan *independent t-test* diperoleh nilai t -hitung 3.16 lebih besar dari t -tabel 2.176 dengan tingkat kesalahan 0.05 dan df 14 , maka hipotesis nol (H_0) ditolak dan hipotesis kerja (H_a) diterima. Hal ini berarti pengaruh latihan *passing* media bola gantung terhadap hasil *passing* bawah bolavoli.

3. Pengujian hipotesis Ketiga

a. Merumuskan H_a dan H_1 H_0 :

H_0 : Tidak ada pengaruh latihan *passing* media bola gantung terhadap hasil *passing* bawah bolavoli.

H_a : Ada pengaruh latihan *passing* *passing* media bola gantung terhadap hasil *passing* bawah bolavoli

b. Menentukan tingkat signifikansi

Pengujian menggunakan tingkat signifikansi $\alpha = 5\%$ ($0,05$)

c. Perumusan Hipotesis

Jika t hitung $< 0,05$ maka sangat signifikan, dengan kesimpulan H_0 ditolak.

Jika t hitung $0,05$ maka sangat signifikan dengan kesimpulan H_0 diterima

d. Kesimpulan

Pada hasil analisis data dengan paired sample t-test diperoleh nilai t-hitung 8.71 lebih besar dari t-tabel 2.176 dengan tingkat kesalahan 0.05 dan df 14, maka hipotesis nol (H_0) ditolak dan hipotesis kerja (H_a) diterima. Hal ini berarti ada perbedaan pengaruh media latihan *passing* bawah terhadap keterampilan *passing* bawah bolavoli,

D. Pembahasan

Pembahasan disini membahas penguraian hasil penelitian tentang pemberian latihan *passing* bawah dipantulkan di dinding dan latihan *passing* bawah menggunakan bola gantung terhadap keterampilan *passing* bawah permainan bolavoli peserta ekstrakurikuler SDN 3 Tegalrejo Tuban. Berdasarkan hasil penelitian, dapat direkomendasikan bahwa latihan *passing* bawah dipantulkan di dinding dapat meningkatkan keterampilan *passing* bawah permainan bolavoli peserta ekstrakurikuler SDN 3 Tegalrejo Tuban. Penelitian sebelumnya juga telah membuktikan bahwa latihan *passing* bawah dipantulkan di dinding dapat meningkatkan keterampilan *passing* bawah bolavoli (Purwatiningsih, 2004).

Latihan merupakan salah satu faktor yang sangat penting dalam proses kepelatihan untuk mencapai mutu prestasi yang maksimal. Pengertian latihan menurut Budiwanto (2009:19), latihan adalah suatu proses melakukan kegiatan olahraga yang dilakukan berdasarkan program latihan yang disusun secara sistematis, bertujuan untuk meningkatkan kemampuan atlet dalam upaya mencapai prestasi maksimal, terutama dalam persiapan menghadapi suatu pertandingan. Jadi latihan-latihan yang kita pilih haruslah berlangsung

untuk waktu yang lama. Menurut Hamalik (2012:97), latihan otomatisasi adalah upaya untuk memantapkan keterampilan-keterampilan atau asosiasi yang telah diperoleh. Sedangkan menurut Roestiyah (2008:125), latihan berulang-ulang atau disebut juga *drill* adalah suatu teknik yang dapat diartikan sebagai suatu cara mengajar dimana siswa melaksanakan kegiatan-kegiatan latihan, agar siswa memiliki ketangkasan atau keterampilan yang lebih tinggi dari apa yang telah dipelajari.

Sesuai dengan rumusan masalah dan tujuan penelitian tentang bagaimana perbedaan pengaruh kedua bentuk latihan tersebut terhadap keterampilan *passing* bawah bolavoli serta manakah dari kedua jenis latihan tersebut yang memberikan peningkatan terhadap keterampilan *passing* bawah bolavoli, dimana dari hasil analisa data didapatkan bahwa jenis latihan *passing* bawah dipantulkan di dinding ternyata memberikan peningkatan keterampilan *passing* bawah permainan bolavoli 7,88%, untuk selanjutnya akan dibahas dan diuraikan sebagai berikut:

1. Pengaruh Latihan *Passing Bawah Dipantulkan di Dinding*

Latihan *passing* bawah dipantulkan di dinding bertujuan untuk meningkatkan keterampilan *passing* bawah permainan bolavoli. Menurut penelitian terdahulu dari Purwatiningsih (2004), belajar teknik *passing* bawah dapat dilakukan dengan berbagai macam pola latihan, pola latihan *passing* bawah yang diberikan sebaiknya membantu anak didik dalam berlatih menghadapi bola liar yang tidak terkendali. Berdasarkan keterangan sebelumnya tentang teknik operan yang digunakan untuk menghadapi bola liar harus menggunakan operan lengan depan, maka pola

latihan yang diberikan harus mendukung hal tersebut. Salah satu bentuk latihan yang dapat diberikan adalah pola latihan *passing* bawah dipantulkan ke dinding.

Latihan tersebut akan lebih efektif untuk meningkatkan keterampilan *passing* bawah bolavoli karena latihan dilakukan secara berulang-ulang, maka dapat dipastikan bahwa latihan tersebut akan dapat meningkatkan keterampilan siswa.

2. Pengaruh Latihan *Passing Bawah Menggunakan Bola Gantung*

Latihan passing bawah menggunakan bola gantung adalah untuk meningkatkan keterampilan passing bawah permainan bolavoli. Aji (2015:16) menjelaskan bahwa “bola digantung merupakan salah satu media yang dapat digunakan sebagai perantara untuk mentransfer dalam menyampaikan pesan dari pengirim ke penerima”. Lebih lanjut Aji (2015:16) menjelaskan bahwa “bola gantung yang dimaksud dalam pengertian ini adalah bola yang digantung dengan seutas tali yang diikat pada ujung tiang yang berporos pada pengikat tali, dengan menggunakan bolavoli pada ketinggian sesuai dengan jangkauan pemain”.

Latihan *passing* bawah menggunakan bola gantung memberikan efek yang baik terhadap keterampilan *passing* bawah permainan bolavoli, dalam pembelajaran *passing* bawah bolavoli menggunakan bola gantung ini terbukti memberikan respon positif terhadap pembelajaran *passing* bawah bolavoli sehingga siswa menjadi berminat dan termotivasi untuk belajar lebih giat.

3. Perbedaan Kedua Jenis Latihan

Berdasarkan analisis yang diperoleh menunjukkan bahwa latihan *passing* bawah dipantulkan di dinding memberikan peningkatan terbesar terhadap keterampilan *passing* bawah permainan bolavoli dan memiliki perbedaan yang signifikan dengan latihan *passing* bawah permainan bolavoli menggunakan bola gantung. Hal ini dapat disimpulkan bahwa latihan *passing* bawah dipantulkan di dinding adalah jenis latihan *passing* bawah yang lebih efektif untuk meningkatkan keterampilan *passing* bawah permainan bolavoli peserta ekstrakurikuler SDN 3 Tegalrejo Tuban. Hal ini dikarenakan latihan *passing* bawah bolavoli dipantulkan di dinding membantu siswa untuk berlatih menghadapi bola liar yang tak terkendali, maka untuk menyempurnakan kemampuan mengendalikan bola dengan *passing* bawah dapat dilakukan dengan cara *passing* bawah dipantulkan di dinding. Senada dengan penelitian terdahulu dari Purwatiningsih (2004) juga menyimpulkan hal yang serupa yaitu “latihan *passing* bawah dipantulkan di dinding berpengaruh terhadap peningkatan keterampilan *passing* bawah bolavoli”.

Melihat penjelasan berdasarkan fakta yang diperoleh dan hasil percobaan maka hal ini dapat digunakan sebagai acuan para pelatih untuk meningkatkan keterampilan siswa melakukan *passing* bawah permainan bolavoli.