

## BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

### A. Hasil Penelitian

#### 1. Deskriptif Data

Penelitian ini menggunakan *One Group Pretest Posttest design* yaitu penelitian yang terdapat *pretest* (tes awal) sebelum diberi latihan dan *posttest* (tes akhir) setelah diberi perlakuan. Data yang dideskripsikan dalam penelitian ini adalah data hasil pengaruh latihan akurasi *shooting*. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah hasil latihan media target ban dalam bentuk *pretest* dan *posttest*. Adapun yang diukur adalah kemampuan akurasi *shooting*. Data yang didapat saat melakukan penelitian selanjutnya dianalisis menggunakan bantuan software *SPSS For Windows Versi 23*.

##### a. Hasil Analisis Deskriptif Data Statistik *Preetest*

**Tabel 4.1**

**Statistik Deskriptif *Preetest***

Descriptive Statistics	
Hasil <i>Preetest</i> Akurasi <i>Shooting</i>	
N/Valid	15
Minimum	2
Maksimum	5
Mean	3.93
Std. Deviation	0.961

Berdasarkan tabel diatas terlihat bahwa kemampuan akurasi *shooting* pada

pemain mengkirai *football club* Kecamatan Kayan Hilir Kabupaten Sintang sebelum diberikan latihan media target ban dengan akurasi *shooting* paling sedikit sebanyak 2 *shooting* dan akurasi *shooting* paling

banyak sebanyak 5 *shooting* dengan nilai rata-rata 3,93 dan standar deviasi 0,961.

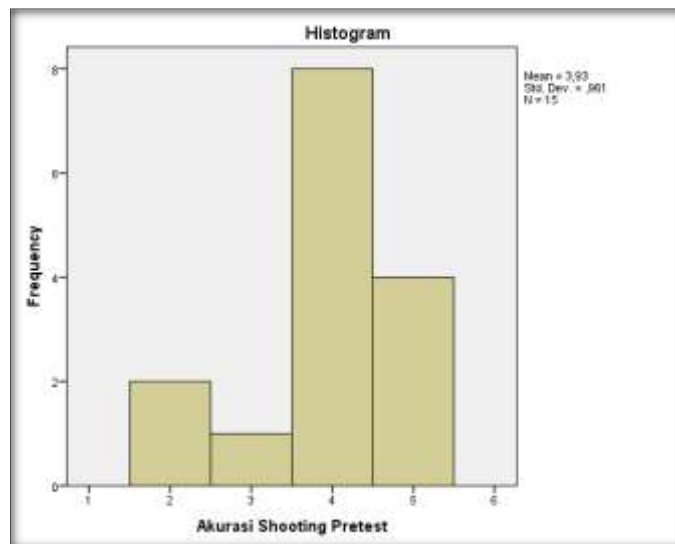
**Tabel 4.2**

**Distribusi Frekuensi *Pretest* Akurasi *Shooting***

No	Akurasi <i>Shooting</i>	Frekuensi	Persentase	Kategori
1	2	2	13,3%	Sangat Buruk
2	3	1	6,7%	Buruk
3	4	8	53,3%	Buruk
4	5	4	26,7%	Sedang

Adapun sebaran distribusi frekuensi untuk nilai akurasi *shooting* sebelum diberikan latihan media target ban pada atlet FC Mengkirai sebagai berikut:

- a. Akurasi *shooting* 2 kali tendangan sebanyak 2 atlet atau 13,3%
- b. Akurasi *shooting* 3 kali tendangan sebanyak 1 atlet atau 6,7%
- c. Akurasi *shooting* 4 kali tendangan sebanyak 8 atlet atau 53,3%
- d. Akurasi *shooting* 5 kali tendangan sebanyak 4 atlet atau 26,7%



**Gambar 4.1 Histogram *pretest* akurasi *shooting* atlet FC Mengkirai**

**Tabel 4.3**  
**Statistik Deskriptif *Posttest***

<b>Descriptive Statistics</b>	
<b>Hasil <i>Posttest</i> Akurasi <i>Shooting</i></b>	
<b>N/Valid</b>	15
<b>Minimum</b>	6
<b>Maksimum</b>	9
<b>Mean</b>	7,20
<b>Std. Deviation</b>	1,082

Berdasarkan tabel diatas terlihat bahwa kemampuan akurasi *shooting* pada pemain mengkirai *football club* Kecamatan Kayan Hilir Kabupaten Sintang setelah diberikan latih media target ban dengan akurasi *shooting* paling sedikit sebanyak 6 *shooting* dan akurasi *shooting* paling banyak sebanyak 9 *shooting* dengan nilai rata-rata 7,20 dan standar deviasi 1,082.

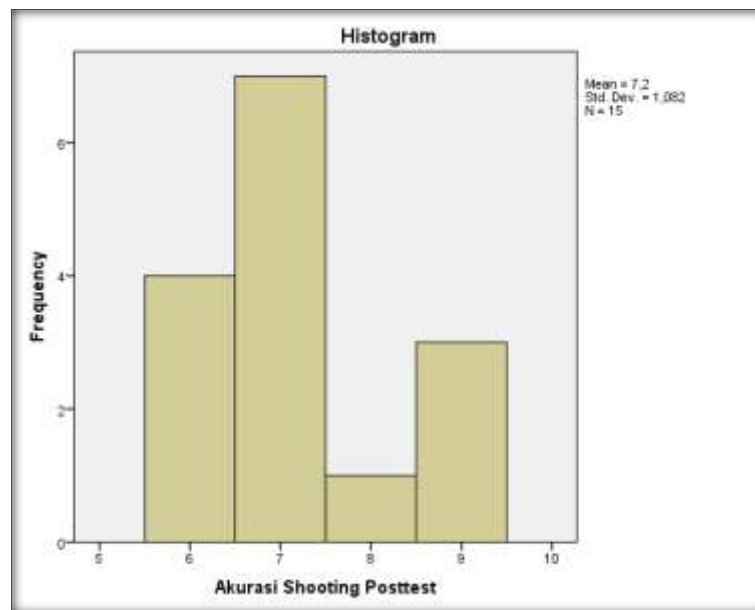
**Tabel 4.4**  
**Distribusi Frekuensi *Posttest* Akurasi *Shooting***

<b>No</b>	<b>Akurasi <i>Shooting</i></b>	<b>Frekuensi</b>	<b>Persentase</b>	<b>Kategori</b>
1	6	4	26,7%	Sedang
2	7	7	46,7%	Baik
3	8	1	6,7%	Baik
4	9	3	20,0%	Sangat Baik

Adapun sebaran distribusi frekuensi untuk nilai akurasi *shooting* setelah diberikan latihan media target ban pada atlet FC Mengkirai sebagai berikut:

- 1) Akurasi *shooting* 6 kali tendangan sebanyak 4 atlet atau 26,7%
- 2) Akurasi *shooting* 7 kali tendangan sebanyak 7 atlet atau 46,7%
- 3) Akurasi *shooting* 8 kali tendangan sebanyak 1 atlet atau 6,7%
- 4) Akurasi *shooting* 9 kali tendangan sebanyak 3 atlet atau 20 %

Dari hasil penelitian diatas diperoleh perbaikan dalam banyaknya akurasi *shooting* yang dilakukan oleh atlet FC Mengkirai rata-rata (*mean*) antara *pretest* dan *posttest* pada kelompok eksperimen yaitu dari *pretest* 3,93 ke *posttest* 7,20, sehingga dapat disimpulkan ada peningkatan kemampuan akurasi *shooting* setelah diberikan latihan media target ban. Secara histogram dapat dilihat pada gambar dibawah ini.



**Gambar 4.2 Histogram *posttest* akurasi *shooting* atlet FC Mengkirai**

## **B. Uji Persyaratan Analisis Data Penelitian**

Analisis data untuk menguji hipotesis memerlukan beberapa uji persyaratan yang harus dipenuhi agar hasilnya dapat dipertanggung jawabkan. Hasil uji persyaratan yaitu uji normalitas, uji homogenitas data dan uji hipotesis (uji-t).

### **1. Uji Normalitas**

Uji normalitas data dilakukan untuk mengetahui normal tidaknya data yang akan dianalisis. Adapun uji normalitas dalam penelitian ini menggunakan uji *Shapiro-Wilk* dikarenakan lebih cocok dengan sampel kurang dari 50, dengan nilai kepercayaan 95% atau nilai toleransi 0,05 menggunakan alat bantu SPSS versi 23. Apabila nilai signifikan pada uji ini di atas 0,05 maka data

berdistribusi normal. Sebaliknya jika nilai signifikan dibawah 0,05 maka data tidak berdistribusi normal.

Uji normalitas data akurasi *shooting* pada atlet FC Mengkirai, *pretest* dan *posttest* menggunakan uji *Shapiro-Wilk* dapat dilihat pada tabel 4.5 sebagai berikut:

**Tabel 4.5**

**Hasil uji Normalitas Data *Pretest* dan *Posttest***

Tests of Normality			
	<i>Shapiro-Wilk</i>		
	Statistic	Df	Sig.
<i>Pretest</i>	0.803	15	0.004
<i>Posttest</i>	0.817	15	0.006

Dari tabel di atas, terlihat nilai signifikan data *pretest* (0.004) dan *posttest* (0.006) > 0.05, jadi dapat disimpulkan data *pretest* dan *posttest* berdistribusi normal.

## 2. Uji Homogenitas

Tujuan dilakukannya uji homogenitas adalah untuk mengetahui apakah variansi-variansi berasal dari populasi yang memiliki varian yang sama. Uji homogenitas dengan bantuan aplikasi SPSS v 23.

**Tabel 4.6**

**Hasil Uji Homogenitas data *pretest* dan *posttest***

Test of Homogeneity of Variances				
	Levene Statistic	df1	df2	Sig.
<i>pretest</i>	0,566	1	28	0,458
<i>posttest</i>	0,566	1	28	0,458

Keterangan:

Berdasarkan hasil perhitungan statistik diperoleh nilai signifikansi 0,458 dan nilainya lebih tinggi dari 0,05. Maka dapat disimpulkan bahwa data bersifat homogen atau sama dengan nilai *sig.* 0.458 > 0,05.

## 3. Uji Hipotesis

Berdasarkan hasil pengujian persyaratan analisis data yaitu uji normalitas dan uji homogenitas, yang mana diperoleh hasil bahwa data *pretest* dan *posttest* berdistribusi normal dan berdistribusi homogen, maka untuk melihat apakah terdapat pengaruh antara hasil tes pada saat *pretest* dan *posttest*, dapat digunakan uji statistik *independent sampel test*. Hasil uji statistik tersebut dapat dirangkum sebagai tabel 4.7 berikut :

**Tabel 4.7 Hasil Uji t**

Paired Samples Statistics					
		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	<i>pretest</i>	3,93	15	0,961	0,248
	<i>posttest</i>	7,20	15	1,082	0,279

Keterangan :

Pada tabel *Paired Samples Statistics* terlihat rata-rata kemampuan akurasi *shooting* pada atlet FC Mengkirai sebelum diberikan latihan media target ban sebesar 3,93 dan standar deviasi 0,961 dan setelah diberikan latihan media target ban sebesar 7,20 dan standar deviasi 1,082. Hal ini berarti secara deskriptif terdapat perbedaan rata-rata kemampuan akurasi *shooting* pada atlet FC Mengkirai sebelum dan setelah diberikan latihan media target ban.

**Tabel 4.8**

Paired Samples Correlations				
		N	Correlation	Sig.
Pair 1	<i>pretest &amp; posttest</i>	15	0.494	0,061

Keterangan:

Pada tabel *Paired Samples Correlations*, diperoleh koefisien korelasi hasil akurasi *shooting* pada pemain FC Mengkirai antara

sebelum dan sesudah diberikan latihan media target ban sebesar 0.494 dengan angka *sig.* atau *p-value* = 0,061 > 0,05 atau signifikan.

**Tabel 4.9**

Paired Samples Test									
Pair 1	<i>pretest</i> - <i>posttest</i>	Paired Differences					T	Df	Sig. (2-tailed)
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower	Upper			
		3.267	1.033	0.267	3.839	2.695	12.250	14	.000

Keterangan:

Pada tabel *Paired Samples Test*, diperoleh perbedaan mean = 3.267 yang berarti selisih akurasi *shooting* sebelum dan setelah diberikan latihan media target ban. Selanjutnya yang terpenting dari tabel ini adalah pada kelompok eksperimen diperoleh nilai t hitung sebesar 12.250 > 1.76131 (t tabel) dengan *sig.* (2-tailed) 0,000 atau nilai *probabilitas* atau *sig.* (2-tailed) < 0,05. hal tersebut menunjukkan **H<sub>0</sub>** ditolak dan **H<sub>a</sub>** diterima yang berarti bahwa ada perbedaan dan peningkatan kemampuan akurasi *shooting* pemain FC Mengkirai setelah diberi latihan media target ban.

**Tabel 4.9**

**Peningkatan Hasil Tes**

Kelompok	Mean	Perbedaan Mean	Peningkatan
<i>Pretest</i>	3.93	3.27	83,20%
<i>Posttest</i>	7.20		

Berdasarkan perbandingan hasil uji efektivitas diatas dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan dengan dibuktikan dari hasil perbedaan mean kelompok *pretest* dan kelompok

*posttest* yang di peroleh sebesar 3,27 dengan peningkatan sebesar 83,20%.

### C. PEMBAHASAN

Secara umum penelitian ini dilakukan pada pemain FC Mengkirai Kecamatan Kayan Hilir Kabupaten Sintang. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh latihan media target ban terhadap akurasi *shooting* dengan sampel pemain FC Mengkirai yang berjumlah 15 orang pemian. Penelitian ini dilaksanakan selama 4 minggu.

Menurut Tenang, John D . (2018:84). *shooting* adalah menendang bola dengan keras ke gawang guna mencetak gol. Ini juga merupakan bagian tersulit karena perlu kematangan dan kecerdikan pemain dalam menendang bola agar tidak bisa dijangkau atau ditangkap kiper. *Shooting* adalah suatu usaha untuk memasukan bola membutuhkan ketepatan sasaran dengan keras ke gawang guna mencetak gol.

Keterampilan dasar/teknik dasar menurut Sudrajat dalam Usli lingling, dkk dalam Mailani, Anbar (2016:3) adalah keterampilan-keterampilan pokok yang harus dikuasai untuk dapat berprestasi tinggi. Sedangkan menurut Luxbacher dalam Usli lingling, dkk dalam Mailani, anbar (2016:3), menjelaskan teknik dasar ialah semua gerakan yang mendasari permainan, dan dengan modal tersebut seseorang dapat bermain dengan baik atau berlatih secara terarah. Jadi keterampilan adalah kemampuan yang harus dikuasai atau gerakan dasar yang baik sehingga gerakan atau kemampuan seseorang menjadi baik dan terarah.

Menurut Rosa Anggitaning dkk (2021:143) ketepatan shooting adalah cara untuk mencetak gol ke gawang lawan, dengan tepatnya arah pada sasaran, tendangan itu sangat berarti bagi sebuah kemenangan tim. Menurut (Adiyatama, 2017:15) beberapa faktor yang mempengaruhi ketepatan tembakan yaitu: kecepatan, kekuatan, kelenturan, keseimbangan, daya tahan kelincahan dan koordinasi. Ketepatan shooting



dapat berpengaruh pada hasil tembakan dan tentunya akan sangat menguntungkan dan memudahkan mencetak gol ke gawang lawan, pemain yang memiliki tingkat akurasi yang baik akan menjadi pemain yang sangat ditakuti oleh lawan.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan nilai rata-rata akurasi *shooting* pada pemain FC Mengkirai sebelum diberikan latihan media target ban adalah 3,93, sementara setelah diberikan latihan media target ban nilai rata-rata akurasi *shooting* pada pemain FC Mengkirai adalah 7,20.

Hasil uji normalitas data penelitian juga menunjukkan nilai signifikansi pada data *pretest* sebesar 0,004 dan data *posttest* sebesar 0,006 dimana kedua nilai tersebut  $< 0,005$ , sehingga dapat disimpulkan bahwa data penelitian berdistribusi normal. Hasil uji homogenitas juga menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,458 dimana  $> 0,05$  yang menunjukkan bahwa data bersifat homogen.

Berdasarkan hasil uji *Paired Samples Test*, diperoleh perbedaan mean = 3.267 yang berarti selisih akurasi *shooting* sebelum dan setelah diberikan latihan media target ban. Selanjutnya yang terpenting dari tabel ini adalah pada kelompok eksperimen diperoleh nilai t hitung sebesar  $12.250 > 1.76131$  (t tabel) dengan *sig. (2-tailed)* 0,000 atau nilai *probabilitas* atau *sig. (2-tailed)*  $< 0,05$ . hal tersebut menunjukkan **H<sub>0</sub>** ditolak dan **H<sub>a</sub>** diterima yang berarti bahwa ada perbedaan dan peningkatan kemampuan akurasi *shooting* pemain FC Mengkirai setelah diberi latihan media target ban.