

**PERBANDINGAN PENGARUH LATIHAN ANTARA MENGGUNAKAN  
METODE DISTRIBUSI MENINGKAT DENGAN DISTRIBUSI LINIER  
TERHADAP KETERAMPILAN CHEST PASS PERMAINAN  
BOLA BASKET  
(Eksperimen pada Peserta Ekstrakurikuler Bola Basket SMPN 4  
Kota Tasikmalaya)**

Fariqi Talhaq<sup>1)</sup> H. Iis Marwan<sup>2)</sup> H. Gumilar Mulya<sup>3)</sup>

<sup>1)</sup> Jurusan Pendidikan Jasmani Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Siliwangi Tasikmalaya

<sup>2)</sup> Jurusan Pendidikan Jasmani Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Siliwangi Tasikmalaya

<sup>3)</sup> Jurusan Pendidikan Jasmani Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Siliwangi Tasikmalaya

<sup>1)</sup> [Fariqitalhaq22@gmail.com](mailto:Fariqitalhaq22@gmail.com) <sup>2)</sup> [iismarwan@unsil.ac.id](mailto:iismarwan@unsil.ac.id) <sup>3)</sup> [gumilarmulya@unsil.ac.id](mailto:gumilarmulya@unsil.ac.id)

**ABSTRAK**

Tujuan Penelitian ini adalah untuk mengungkapkan perbandingan pengaruh latihan antara menggunakan metode distribusi meningkat dengan metode distribusi linier terhadap keterampilan *chest pass* permainan bola basket. Metode penelitian menggunakan metode eksperimen, dilakukan pada dua kelompok yang berbeda perlakuannya (*treatment*). Pengujian hipotesis digunakan uji t. Dari pengolahan data secara statistika diperoleh hasil sebagai berikut: kedua kelompok latihan secara signifikan berpengaruh terhadap peningkatan keterampilan *chest pass* permainan bola basket.

**Kata kunci : Latihan, distribusi meningkat, distribusi linier, *chest pass*.**

---

**ABSTRACT**

*Abstract. The purpose of this study was to reveal the comparison of the effect of exercise between using the distribution method to increase and the linear distribution method of basketball skill in chest pass. The research method used the experimental method, carried out in two groups that were treated differently (treatment). Hypothesis testing is used t test. From statistical data processing, the following results are obtained: the two groups of exercises significantly influence the increase in basketball pass basketball game skills.*

**Keywords: Exercise, increased distribution, linear distribution, chest pass.**