

ABSTRAK

Bambang Irawan 2015 : Pengaruh Variasi Latihan *Passing* Terhadap Kecepatan *Chest Pass* Pemain Bola Basket Pada Siswi SMK Negeri 2 Kota Jambi. Program Studi Pendidikan Olahraga dan Kesehatan. Fakultas Ilmu Keolahragaan. Universitas Jambi. Pembimbing I : Dr. Drs. H. Ilham, M.Kes. Pembimbing II : David Iqroni, S.Pd, M.Pd

Kata Kunci : pengaruh, latihan, passing, chest pass

Chest pass adalah mengoper ke arah dada atau antara pinggang dan bahu rekan satu tim atau yang menerima dalam permainan bola basket. Operan ini berguna untuk operan jarak pendek sehingga membutuhkan kecepatan, ketepatan, dan kecermatan dalam mengoper bola. Dengan latihan yang baik, maka akan mampu meningkatkan hasil *chest pass* pada permainan bola basket sehingga dapat memperoleh prestasi yang baik dan dapat mempertahankan prestasinya tersebut.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh variasi latihan *passing* terhadap hasil *chest pass* pemain bola basket pada siswi SMK Negeri 2 Kota Jambi..

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode eksperimen, penelitian ini termasuk dalam bentuk *one group pretest-posttest desing*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswi tim bola basket SMK Negeri 2 Kota Jambi yang berjumlah 25 orang, sedangkan sampel yang digunakan adalah keseluruhan dari jumlah populasi, atau seluruh siswi tim bola basket SMK Negeri 2 Kota Jambi yang berjumlah 25 orang. Teknik analisis data yang digunakan yaitu analisis statistik dengan pengujian hipotesis dan perhitungan persentase peningkatan.

Hasil analisis menunjukkan bahwa ada pengaruh signifikan antara variasi latihan *passing* terhadap hasil *chest pass* pemain bola basket SMK Negeri 2 Kota Jambi. Dari data uji t dapat dilihat bahwa $t_{hitung} (27.0331) > t_{table} (1.71)$, maka terdapat perbedaan yang signifikan terhadap tingkatan hasil *chest pass*. Persentase peningkatan yaitu 15%.

Hasil penelitian dan pembahasan dapat diambil kesimpulan bahwa ada pengaruh variasi latihan *passing* terhadap hasil *chest pass* pemain bola basket pada siswi SMK Negeri 2 Kota Jambi.