

ABSTRAK

Minarti Wulandari (2020) Pengaruh Latihan *Air Alert* Terhadap Kemampuan *Jump Shoot* Pemain Bolabasket Klub Andromeda Padang

Masalah dalam penelitian ini adalah masih rendahnya kemampuan *jump shoot* dikarenakan kurangnya kemampuan *jump shoot* pemain bolabasket klub Andromeda Padang. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah latihan *air alert*, dan variabel terikat dalam penelitian ini adalah kemampuan *jump shoot*. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk meningkatkan kemampuan *jump shoot* menggunakan metode latihan *air alert* pada pemain bolabasket klub Andromeda Padang.

Jenis penelitian ini adalah eksperimen semu. Populasi dalam penelitian ini adalah klub basket Andromeda Padang yang tercatat 22 orang terdiri dari 12 orang atlet putra dan 10 atlet putri, atlet yang mengikuti latihan berjumlah 12 orang. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling*, jadi jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 12 orang. Instrumen penelitian ini adalah kemampuan *jump shoot* pemain bolabasket klub Andromeda Padang. Teknik analisis data dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan uji t.

Berdasarkan hasil penelitian dan pengujian hipotesis maka dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dari metode latihan *air alert* terhadap kemampuan *jump shoot* pemain bolabasket klub Andromeda Padang, hal ini dibuktikan dengan nilai t_{hitung} 8,06 sedangkan t_{tabel} 2,20 dengan taraf signifikan $\alpha = 0,05$.