

**PERANAN OLAHRAGA LEMPAR PISAU TERHADAP  
TINGKAT KONSENTRASI PENGGIAT DI BOGOR**



*Mencerdaskan &  
Memartabatkan Bangsa*

**NUR APRIANTO**


**1605618029**


**Skripsi Ini Disusun Sebagai Salah Satu Persyaratan Untuk  
Memperoleh Gelar Sarjana Olahraga**

**PROGRAM STUDI OLAHRAGA REKREASI  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

**2023**

## LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI

Nama	Tanda Tangan	Tanggal
<b>Pembimbing I</b> Hartman Nugraha, M.Pd NIP. 197409092003121001		09/02 2023
<b>Pembimbing II</b> Dr. Aan Wasan, S.Sos, M.Si NIP. 197112192005011001		14/02 2023

Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
1. Masnur Ali, M.Pd NIP. 199209012019031014	Ketua		22/02 2023
2. Dr. Abdul Sukur, M.Si NIP. 196911302000031001	Sekretaris		13/02 2023
3. Hartman Nugraha, M.Pd NIP. 197409092003121001	Dosen Penguji		09/02 2023
4. Dr. Aan Wasan, S.Sos., M.Si NIP. 1974112192005011001	Dosen Penguji		14/02 2023
5. Abdul Kholik, M.Pd NIP. 197512282005011001	Dosen Penguji		20/02 2023

Tanggal Lulus : 01 Februari 2023

## PERNYATAAN ORISINALITAS

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Skripsi ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik sarjana, baik di Universitas Negeri Jakarta maupun di perguruan tinggi lain.
2. Skripsi ini adalah murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan dari pihak lain, kecuali arahan dosen pembimbing.
3. Dalam skripsi ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidak benaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena skripsi ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Negeri Jakarta.

Jakarta, 16 Januari 2023

Yang membuat pernyataan,



Nur Aprianto

NIM. 160561802





KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN  
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA  
UPT PERPUSTAKAAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220  
Telepon/Faksimili: 021-4894221  
Laman: [lib.unj.ac.id](http://lib.unj.ac.id)

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI  
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademika Universitas Negeri Jakarta, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Nur Aprianto  
NIM : 1605618029  
Fakultas/Prodi : Ilmu Keolahragaan/ Olahraga Rekreasi  
Alamat email : [nuranprianto@gmail.com](mailto:nuranprianto@gmail.com)

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah:

Skripsi     Tesis     Disertasi     Lain-lain (.....)

yang berjudul :

**MOTIVASI PENGGIAT OLAHRAGA LEMPAR PISAU DALAM MENGISI WAKTU  
LUANG DI BOGOR**

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmediakan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 16 Februari 2023

Penulis

(Nur Aprianto)

# PERAN OLAHRAGA LEMPAR PISAU TERHADAP TINGKAT KONSENTRASI PENGGIAT DI BOGOR

## ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peranan konsentrasi pada penggiat olahraga lempar pisau. Proses terjadinya konsentrasi selalu dipengaruhi oleh adanya perhatian seseorang terhadap satu objek yang dipilih. Konsentrasi memiliki peran penting bagi aktivitas seseorang seperti konsentrasi untuk bekerja, belajar, berolahraga hingga ber-rekreasi. Penggiat olahraga lempar pisau dalam bermain tidak lepas dari konsentrasi dalam setiap gerakannya. Penelitian ini dilakukan di Cico Resort Boogor pada penggiat komunitas lempar pisau dengan sampel yang berjumlah 15 orang. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif, metode survei dengan teknik observasi dan dokumentasi yang digunakan dalam prosedur pengumpulan data. Metode penyebaran angket dipilih untuk mendapatkan data primer dan difokuskan kepada penggiat olahraga lempar pisau dalam penelitian ini, yaitu mengenai konsentrasi penggiat olahraga lempar pisau. Hasil penelitian menunjukkan bahwa aktivitas lempar pisau mampu menjadikan seseorang berkonsentrasi. Seorang penggiat lempar pisau mampu berkonsentrasi terhadap target lemparan yang akan dituju. Dari penelitian ini dapat disimpulkan bahwa peranan konsentrasi mampu memberikan hal positif pada penggiat lempar pisau

**Kata Kunci** : konsentrasi, Olahraga lempar pisau.

# ***THE ROLE OF KNIFE THROWING SPORTS ON THE CONCENTRATION LEVEL OF ACTIVITIES IN BOGOR***

## ***ABSTRACT***

*This study aims to determine the role of concentration in knife throwing sports activists. The process of concentration is always influenced by a person's attention to one selected object. Concentration has an important role for one's activities such as concentration for work, study, exercise to recreation. Throwing knife sports activists in play cannot be separated from concentration in every move. This research was conducted at Cico Resort Boogor on knife throwing community activists with a sample of 15 people. This study uses a qualitative approach, survey method with observation and documentation techniques used in data collection procedures. The questionnaire distribution method was chosen to obtain primary data and was focused on knife throwing sports activists in this study, namely regarding the concentration of knife throwing sports activists. The results of the study show that knife throwing activities can make a person concentrate. A knife throwing activist is able to concentrate on the target he is throwing. From this study it can be concluded that the role of concentration is able to give positive things to knife throwing activists.*

***Keywords:*** *concentration, knife throwing sport.*

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadiran Allah S.W.T, karena atas berkat rahmat-Nya penulis diberikan kelancaran dan kemudahan dalam menyelesaikan skripsi dengan judul “Meningkatkan Konsentrasi Komunitas Penggiat Olahraga Lempar Pisau di Bogor”. Penulisan skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi persyaratan untuk mencapai gelar Sarjana Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta. Penulis menyadari bahwa tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, dari masa perkuliahan sampai pada penyusunan skripsi ini, sangatlah sulit bagi saya untuk menyelesaikan skripsi ini.

Pada kesempatan ini, penulis hendak menyampaikan terima kasih kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan moril maupun materiil sehingga skripsi ini dapat selesai. Penyelesaian penyusunan skripsi ini tidak lepas dari bantuan berbagai pihak, dengan rasa rendah hati saya menyampaikan ucapan terimakasih kepada Bapak Hartman Nugraha, S.Pd M.Pd, selaku Koordinator Program Studi Olahraga Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta, Pembimbing Akademik dan Dosen Pembimbing satu yang telah memberikan banyak arahan, meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran untuk membantu saya dalam penyusunan skripsi ini, Bapak Dr. Aan Wasan, S.Sos, M.Si selaku Dosen Pembimbing dua, yang dengan tulus ikhlas dan penuh kesabaran dalam membimbing, mendorong dan mengarahkan, sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik, tidak lupa kepada kedua orang tua dan keluarga atas doa restu, kasih sayang, didikan dan arahan, dukungan moril dan materiil, serta kesabaran kepada saya selama ini, seluruh Dosen Program Studi Olahraga



Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta yang telah memberikan bekal ilmu dan berbagi pengalamannya kepada saya, terimakasih juga saya sampaikan kepada Bapak Ramadin Wahono Subeki, selaku sekjen PP Porlempika, yang telah memberikan izin dan data pendukung yang diperlukan dalam melakukan penelitian ini, teman-teman olahraga rekreasi 2018 yang telah banyak membantu dalam melakukan penelitian, pengambilan data, memberikan informasi, dan memotivasi dalam penyelesaian skripsi ini, serta semua pihak yang terlibat dalam penelitian dan penyusunan skripsi ini yang tidak bisa disebutkan satu persatu. Yang selalu menjadi tempat untuk mendengar keluh kesah selama penelitian dan menemani masa kuliah saya sehinggamenjadi lebih menarik, bermakna dan memberikan warna baru dalam kehidupan penulis. Akhir kata, penulis berharap semoga Allah SWT berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga skripsi ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan keolahragaan.

Jakarta, 16 Januari 2023

NA

## DAFTAR ISI

<b>PERNYATAAN ORISINALITAS.....</b>	<b>i</b>
<b>ABSTRAK.....</b>	<b>i</b>
<b>ABSTRACT.....</b>	<b>i</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>iv</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	6
C. Pembatasan Masalah.....	6
D. Perumusan Masalah.....	6
E. Kegunaan Penelitian.....	6
<b>BAB II KAJIAN TEORETIK.....</b>	<b>8</b>
A. Deskripsi Konseptual.....	8
1. Olahraga Lempar Pisau.....	8
2. Konsentrasi.....	22
B. Kerangka Berpikir.....	31
<b>BAB III METODELOGI PENELITIAN.....</b>	<b>33</b>
A. Tujuan Penelitian.....	33
B. Tempat dan waktu Penelitian.....	33
C. Metode Penelitian.....	33
E. Teknik Pengumpulan Data.....	36
F. Instrumen Penelitian.....	38
G. Pengujian Validitas dan Reliabilitas.....	42
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>46</b>
A. Deskripsi Data.....	46
B. Pembahasan.....	54
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....</b>	<b>58</b>
A. Kesimpulan.....	58
B. Saran.....	58
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>59</b>
<b>RIWAYAT HIDUP.....</b>	<b>75</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Indikator Konsentrasi Lempar Pisau.....	40
Tabel 4. 1 Hasil Data Pengamatan Tingkat Konsentrasi Lempar Pisau.....	45
Tabel 4. 2 Deskripsi Hasil Pengamatan Tingkat Konsentrasi Lempar Pisau.....	46



## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Bentuk pisau.....	12
Gambar 2. 2 Bentuk sasaran.....	12
Gambar 2. 3 Putaran Pisau.....	14
Gambar 2. 4 Teknik Genggaman <i>Full Spin</i> .....	14
Gambar 2. 5 Posisi Tangan Teknik <i>Half Spin</i> .....	16
Gambar 2. 6 Posisi Tubuh.....	17
Gambar 2. 7 Posisi Genggaman.....	17
Gambar 2. 8 Posisi Sikap Melempar.....	18
Gambar 2. 9 Posisi Melempar.....	18
Gambar 2. 10 Proses Melempar Pisau.....	19
Gambar 2. 11 Genggaman Pisau Teknik <i>No Spin</i> .....	20
Gambar 2. 12 Posisi Tangan.....	20
Gambar 2. 13 Sikap Melempar.....	20
Gambar 2. 14 Proses Melempar Pisau Teknik <i>No Spin</i> .....	22
Gambar 2. 15 Posisi Pisau Menancap.....	23
Gambar 3. 1 Komponen Analisis Data.....	42



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Data Angket Uji Validasi.....	61
Lampiran 2 Data Angket Valid.....	64
Lampiran 3 Hasil Olah Data Tingkat Konsentrasi Lempar Pisau.....	67
Lampiran 4 Surat Izin Penelitian.....	68
Lampiran 5 Surat Izin Balasan Penelitian.....	69
Lampiran 6 Surat Validasi Ahli Psikologi.....	70
Lampiran 7 Surat Validasi Ahli Lempar Pisau.....	71
Lampiran 8 Surat Validasi Ahli Lempar Pisau.....	72
Lampiran 9 Dokumentasi Penelitian.....	70



