

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena berkat dan rahmatnya sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik. Adapun judul skripsi ini adalah “ Pengaruh Senam Aerobik *Mix Impact* Terhadap Peningkatan Daya Tahan Jantung Paru Ibu-Ibu Desa Aras Kabu Dusun Segitiga Kecamatan Beringin Kabupaten Deli Serdang”. Skripsi ini disusun untuk memenuhi sebagai syarat memperoleh gelar sarjana olahraga.

Dalam proses mulai dari penulisan, seminar proposal penulis banyak mendapat bantuan bimbingan, nasihat, dorongan, saran dan kritik yang sangat berharga dari beberapa pihak. Dalam kesempatan ini penulis dengan setulus hati mengucapkan terima kasih kepada :

1. Bapak Dr. Syamsul Gultom, SKM, M. Kes selaku Rektor Universitas Negeri Medan.
2. Bapak Dr. Budi Valianto, M.Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan.
3. Bapak Dr. Hariadi, M. Kes. AIFO selaku Wakil Dekan I Fakultas Ilmu Keolahragaan.
4. Bapak Dr. Imran Akhmad, M.Pd selaku Wakil Dekan II Fakultas Ilmu Keolahragaan.
5. Ibu Dr. Novita, M. Pd selaku Wakil Dekan III Fakultas Ilmu Keolahragaan.
6. Bapak Dr. Fajar Apollo Sinaga, S.Si, M.Si, Apt, selaku Ketua Jurusan Program Studi Ilmu Keolahragaan Fakultas Ilmu Keolahragaan.

7. Ibu Zulaini, SKM, M.Kes, selaku Sekertaris Jurusan Program Studi Ilmu Keolahragaan Fakultas Ilmu Keolahragaan.
8. Bapak Drs. Mesnan, M.Kes. selaku Pembimbing Skripsi yang telah memberikan bimbingan, saran dan arahan mulai dari proses akademik hingga dalam penulisan skripsi.
9. Bapak Dr. Ardi Nusri, M.Kes, AIFO dan Bapak Agus Salim Samosir, S.Si, M.Or, AIFO selaku dosen penguji yang telah memberikan masukan kepada penulis untuk melengkapi penulisan skripsi.
10. Teristimewa kepada orang tua saya yang tercinta, Bapak Patiaman Tarigan dan Ibu Pinna Br Sinabariba yang telah memberikan kasih sayang, motivasi dan semangat yang luar biasa serta selalu mendoakan penulis sehingga dapat menyelesaikan studi ini dengan penuh perjuangan, materi dan dukungan kepada saya dalam menyelesaikan Skripsi ini.
11. Kepada Saudara Kandung Saya, Rianto Tarigan, Erlita Br Tarigan, Ronim Br Tarigan, Nita Udelhi Br Tarigan dan Putri Rehulina Br Tarigan, yang selalu memberikan semangat dan mendoakan saya dengan tulus dalam menyelesaikan penulisan skripsi ini.
12. Terima kasih kepada PKK saya Daniel pandiangan S.Pd dan KTB saya, Jumba Tarigan, Josua Perulian Sitompul, Desmatri Manurung, Join, Jhon Alexander, Hebron Ginting, Roni Hutagalung, Sangapta Ras Sitepu yang selalu memberikan semangat dan mendoakan saya sampai saat ini dalam menyelesaikan penulisan skripsi ini.

13. Terima kasih kepada teman saya Armansya Situmeang yang selalu memberikan semangat, motivasi dan mendoakan saya sampai saat ini dalam menyelesaikan penulisan skripsi.

14. Terima kasih kepada teman seperjuangan IKOR 2017 terkhusus IKOR A 2017 atas kebersamaannya dan yang selalu mendoakan saya dalam menyelesaikan penulisan skripsi ini.

15. Terima kasih kepada Ibu-Ibu Desa Aras Kabu Dusun Segi Tiga Kecamatan Beringin Kabupaten Deli Serdang yang telah bersedia memberikan tempat dan waktu kepada penulis selama penelitian berlangsung secara khusus kepada Bapak Kepala Desa Aras Kabu Abdul Rahman Ependi.

Terima kasih kepada semua pihak yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu yang telah membantu saya dalam penyusunan skripsi ini. Dengan segala kekurangan dan keterbatasan, penulis berharap semoga skripsi ini dapat memberikan sumbangan dan manfaat ilmu bagi para pembaca. Sehingga dapat memperkaya penelitian peneliti sebelumnya, dan dapat memberikan inspirasi untuk penelitian lebih lanjut. Hanya Kepada Tuhan Yesus Kristus penulis memohon, semoga segala kebaikan menjadi kasih sukacita yang abadi dan kekal untuk selama lamanya, Amin.

Medan, Januari 2021

Erikson Tarigan
6171210007