

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* 45 Menit dan Konsumsi Bawang Putih (*Allium Sativum L*) Terhadap Penurunan Kadar Kolesterol LDL (*Low Density Lipoprotein*) Pada Member KIOSU (Komunitas Intelektual Olahraga Sumatera Utara) tahun 2019 ”. Skripsi ini disusun untuk memenuhi sebagian syarat memperoleh gelar Sarjana Olahraga.

Dalam proses mulai dari penulisan, seminar proposal penulis banyak mendapatkan bantuan bimbingan, nasihat, dorongan, saran dan kritik yang sangat berharga dari berbagai 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. Bapak Dr. Novita, M. Pd selaku Wakil Dekan III Fakultas Ilmu Keolahragaan.

6. Bapak 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 Sekretaris Jurusan Program Studi Ilmu Keolahragaan Fakultas Ilmu Keolahragaan.
8. Bapak Dr. Ardi Nusri, M.Kes, AIFO selaku Pembimbing skripsi yang telah memberikan bimbingan, saran dan arahan mulai dari proses akademik hingga dalam penulisan skripsi ini.
9. Bapak Agus Salim Samosir, S.Si, M.Or, AIFO dan Ibu dr. Rika Nailuvar Sinaga, M. Biomed, AIFO-K selaku dosen penguji yang telah memberikan masukan kepada penulis untuk melengkapi penulisan skripsi.
10. Teristimewa kepada orang tua saya yang tercinta, Ayahanda Marudut Nababan dan Ibunda Resdiana Simamora yang telah memberikan kasih sayang, motivasi, dan semangat yang begitu 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 saya Anila Nababan, Anisa Nababan, Eva Nababan, Clesia Nababan dan Marres Nababan, yang selalu memberikan semangat dan mendoakan saya dengan tulus dalam menyelesaikan penulisan skripsi ini.
12. Terima kasih kepada PKK saya Riando Silalahi, S.Si dan ketiga KTB saya Ningsih Purba, S.Or, Ropeman simanullang dan Solagratia Haloho serta kelompok kecil Blessing, Christine Simanungkalit, Ewa Sigalingging, Ezra Hutabarat dan Lovely Siregar yang selalu memberikan semangat dan mendoakan saya sampai saat ini dalam menyelesaikan penulisan skripsi ini.

13. Terima kasih kepada rekan pengurus koordinasi UKMKP dan UKMKP UP FIK tahun 2017, 2018 dan 2019 serta WS UKMKP juga UP FIK yang selalu memberikan semangat dan mendoakan saya dalam menyelesaikan penulisan skripsi ini.
14. Terima kasih kepada teman seperjuangan IKOR 2015 terkhusus IKOR B 2015 atas kebersamaannya dan yang selalu mendoakan saya dalam menyelesaikan penulisan skripsi ini.
15. Terima kasih kepada kepada KIOSU yang telah bersedia memberikan tempat dan waktu kepada penulis selama penelitian berlangsung secara khusus kepada Bapak Pembina Heri Masmur Sembiring, S.Pd, M.Pd.

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 penelitisn 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 2020

Asnita Novida Nababan
6153210005