
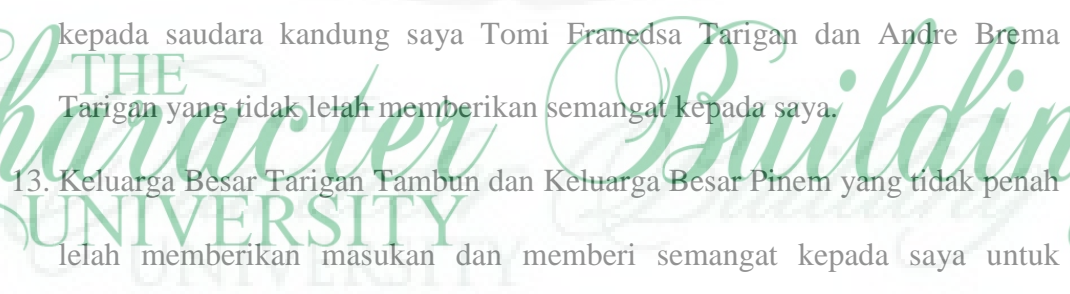


KATA PENGANTAR

Dengan segala kerendahan hati, puji dan syukur saya panjatkan kepada Tuhan Yesus Kristus yang telah memberikan saya kekuatan menyelesaikan skripsi ini yang berjudul **“Pengaruh Aktivitas Fisik Submaksimal Menggunakan Sepeda Dengan Jarak 15 Kilometer Terhadap Perubahan Kadar Gula Darah Pada Komunitas Bersepeda Kecamatan Pancur Batu”**. Skripsi ini dimaksudkan untuk memenuhi syarat dalam memperoleh gelar Sarjana Olahraga Program Studi Ilmu Keolahragaan Fakultas Ilmu Keolahragaan.

Saya menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini, Saya banyak mengalami kesulitan yang disebabkan keterbatasan waktu, tenaga, materi maupun bahan. Selama penyusunan skripsi ini, tentu saja tidak terlepas dari bantuan, bimbingan, dan arahan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan segenap ketulusan hati peneliti menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Bapak Dr. Syamsul Gultom, S.KM., M.Kes selaku Rektor UNIMED
2. Bapak Dr. Budi Valianto, M. Pd selaku Dekan FIK UNIMED
3. Bapak Dr. Hariadi, S.Pd., M.Kes., AIFO selaku Wakil Dekan I FIK UNIMED
4. Bapak Dr. Imran Ahmad, M.Pd. selaku Wakil Dekan II FIK UNIMED
5. Ibu Dr. Novita, M.Pd selaku Wakil Dekan III FIK UNIMED
6. Bapak Dr. Fajar Apollo Sinaga, S.Si, M.Si, Apt, AIFO. Selaku Ketua Jurusan Ilmu Keolahragaan FIK UNIMED
7. Ibu Zulaini, S.KM, M.Kes, AIFO selaku Sekretaris Jurusan Ilmu Keolahragaan FIK UNIMED

- 
- 
8. Ibu Dra. Rosmaini Hasibuan, M.Pd selaku dosen pembimbing skripsi dan dosen pembimbing akademik yang telah membantu saya selama proses pembuatan proposal ini dan membimbing selama saya berkuliah di Universitas Negeri Medan.
 9. Bapak Drs. Jumadin IP,M.Kes.AIFO selaku dosen penguji I yang telah memberikan masukan kepada saya untuk melengkapi penulisan skripsi.
 10. Ibu dr.Rika Nailuvar Sinaga, M.Biomed selaku penguji II yang telah memberikan masukan kepada saya untuk melengkapi penulisan skripsi.
 11. Kepada seluruh Dosen dan Pegawai TU yang telah membantu untuk menyelesaikan studi dan kemudahan dalam administrasi.
 12. Teristimewa kepada keluarga saya tercinta, Bapa i tengah Jabu Edison Tarigan dan Nande i tengah Jabu Sada Aarih br.Pinem S.Pd selaku orang tua saya yang telah memberikan kasih sayang, motivasi, semangat yang begitu luar biasa mendoakan saya agar bisa menjadi seorang sarjana dan sudah banyak berkorban materi untuk perkuliahan saya. Juga saya berterimakasih kepada saudara kandung saya Tomi Franedsa Tarigan dan Andre Brema Tarigan yang tidak lelah memberikan semangat kepada saya.
 13. Keluarga Besar Tarigan Tambun dan Keluarga Besar Pinem yang tidak pernah lelah memberikan masukan dan memberi semangat kepada saya untuk menyelesaikan studi saya.
 14. Kepada teman-teman seperjuangan IKOR 2014 yang teteap memberikan dukungan dan kepada sahabat saya Resni Nanda S.Or yang selalu

memberikan saya masukan untuk menyelesaikan perkuliahan dan menyemangati saya

15. Kepada Teman-teman pengurus IMORI (Ikatan Mahasiswa Olahraga Republik Indonesia) baik di kepengurusan pusat dan Sumatera Utara yang memberikan masukan-masukan untuk menyelesaikan skripsi saya. “Jayalah Olahraga Nusantara!!!”

16. Kepada keluarga Besar IMKA (Ikatan Mahasiswa Karo), SIMBISA FIK UNIMED dan IMKA Rudang Mayang UNIMED. Mejuang-juang kita kerina!!!

17. Kepada PERMATA VICTORIA Runggu Pancur Batu yang selalu mendoakan saya agar kuat menghadapi segala tantangan untuk menyelesaikan studi saya.

18. Kepada Guru-Guru SDN 060937 Medan Johor yang selalu menasihati agar menyelesaikan studi dan menjadi motivasi saya.

19. Kepada KKG PJOK Medan Johor yang selalu memberikan motivasi untuk menyelesaikan studi saya.

20. Kepada teman-teman Komunitas Bersepeda Kecamatan Pancur Batu ASPAN REBORN yang telah bersedia menjadi sampel penelitian dan menjadi tim sukses penelitian

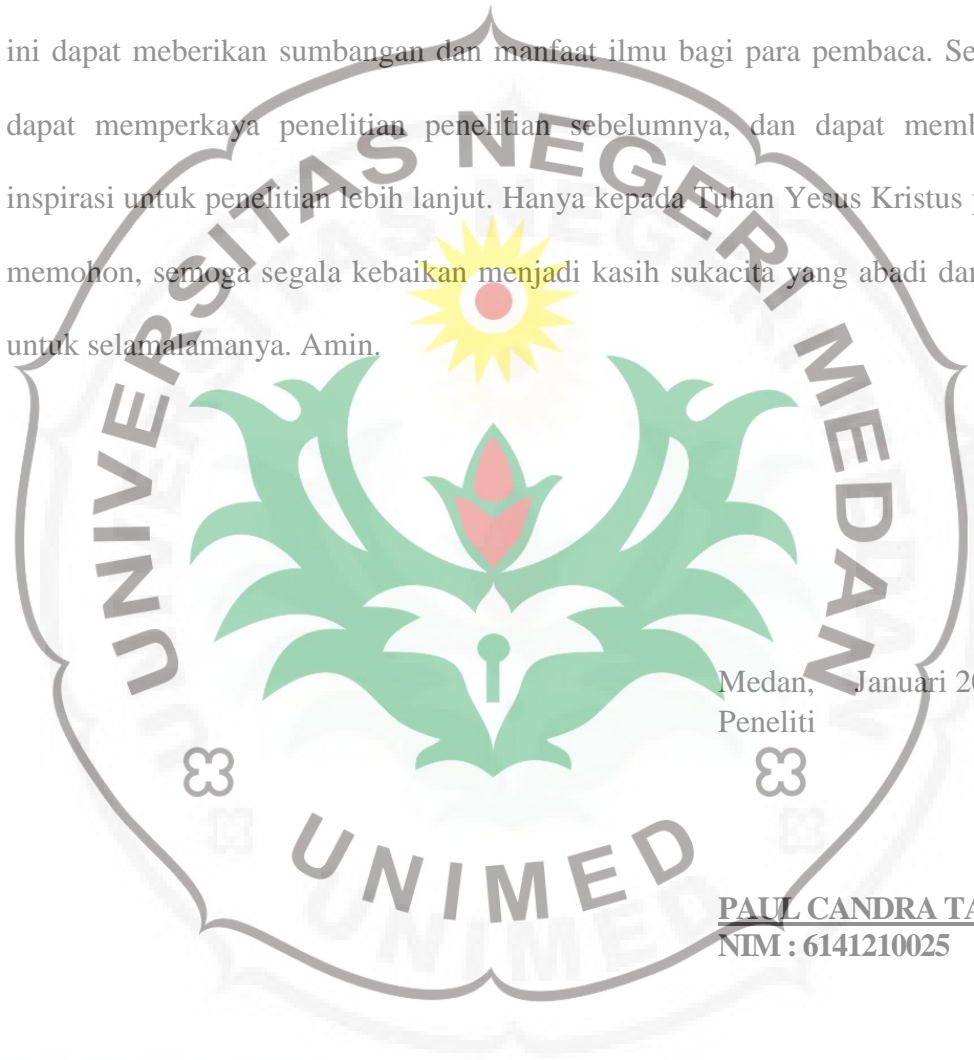
21. Kepada tim kesehatan dr.Kinia Putri br.Barus S.Kes, apt. Chaterine Hanshella

Enintha perangin-nangin, S.Farm , Friska Rona br.Purba A.Md.G, Yoelika

Mahalia br.Sembiring Amd.RMIK

22. Terima kasih kepada semua pihak yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu yang telah mebantunya 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 penelitian 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 selamanya. Amin.



Medan, Januari 2021
Peneliti

PAUL CANDRA TARIGAN
NIM : 6141210025

THE
Character Building
UNIVERSITY