

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa atas rahmat dan karuniaNya, penulis dapat menyelesaikan skripsi ini yang berjudul : “Pengaruh Minuman Kopi Dan Latihan *Squat* Terhadap Daya Tahan Otot Tungkai Siswa Ekstrakurikuler Pramuka SMA N 1 Laguboti”. Yang dimana untuk meningkatkan Daya Tahan Otot Tungkai Pada Siswa Ekstrakurikuler Pramuka SMA N 1 Laguboti.

Penyusunan tugas akhir skripsi ini tidak ada kemungkinan untuk selesai jika tidak adanya bimbingan, bantuan, dan arahan serta kerja sama dari berbagai pihak baik secara langsung maupun tidak langsung. Untuk itu penulis mengucapkan terimakasih kepada :

1. Bapak Prof. Dr. Syamsul Gultom, S.KM., M.Kes selaku Rektor Universitas Negeri Medan beserta jajarannya.
2. Bapak Dr. Budi Valianto, M.Pd. selaku Dekan FIK Universitas Negeri Medan beserta jajarannya.
3. Ibu Zulaini, S.KM., M.Kes., AIFO selaku Ketua Prodi IKOR FIK Universitas Negeri Medan.
4. Bapak Puji Ratno, S.Si, M.Pd. selaku Sekretaris Prodi IKOR FIK Universitas Negeri Medan.
5. Ibu dr. Rika Nailuvar Sinaga, M.Biomed. selaku dosen pembimbing skripsi dan dosen pembimbing akademik.
6. Bapak Dr. Fajar Apollo Sinaga, M.Si., Apt.AIFO. dan bapak Dr. Nurman Hasibuan, M.Or. selaku dosen penguji dan bapak Puji Ratno, S.Si, M.Pd.

sebagai moderator yang sudah memberikan masukan dan saran dalam penyusunan skripsi ini.

7. Bapak Sabar Siagian, S.Pd. yang telah membantu dan mengarahkan saya selama melakukan penelitian di SMA N 1 Laguboti.
8. Bapak/Ibu Dosen FIK Universitas Negeri Medan yang juga ikut serta membantu saya dalam menyelesaikan skripsi ini. Staf Administrasi FIK Universitas Negeri Medan yang juga turut serta dalam membantu menyelesaikan skripsi ini.
9. Orang tua saya yang luar biasa yaitu bapak Mister Pasaribu (+), dan ibu Tiobonur Sipahutar dalam memberikan kasih sayang, doa-doa, semangat serta dukungan yang tak henti-hentinya kepada penulis.
10. Ke-empat saudari saya Irawanti Pasaribu, A.Md, Yulintra Pasaribu, Rista Kurnia Pasaribu, A.P, Ruth Lasniroha Pasaribu yang selalu memberi semangat, doa, motivasi, juga dukungan penuh kepada penulis dalam menyelesaikan studi.
11. Teruntuk teman-teman seperjuangan saya di Universitas Negeri Medan khususnya IKOR C 2018, dan sahabat-sahabat saya Petrus Ambarita, Tio Siburian, juga keluarga besar sekretariat HIMA Toba, Gg.Bersama : Andika, Anre, Anri, Axel, Ellen, Irma, Johannes, Josua, Juan, Kevin, Levin, Mery, Rahma, Togi, Youliaty, serta semua teman yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu yang telah banyak membantu, menyemangati dan juga mendukung saya dalam menyelesaikan skripsi ini. Semoga Tuhan Yang Maha Esa membalas semua kebaikan teman-teman sekalian.

12. Terima kasih juga kepada adik-adik anggota Gerakan Pramuka Gugus Depan SMA N 1 Laguboti yang telah membantu saya menyelesaikan penelitian dalam skripsi ini.

13. Tak lupa juga untuk sahabat saya Ares Pasaribu yang selalu siap membantu dan mendukung saya kemanapun saya pergi.

Semoga Tuhan Yang Maha Esa membalas semua kebaikan bapak/ibu dan juga saudara/i sekalian. Akhir kata penulis mengharapkan bahwa skripsi ini dapat berguna dan bermanfaat bagi banyak orang.



THE  
*Character Building*  
UNIVERSITY