

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur Penulis panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa yang telah menumpahkan kasih karunia-Nya kepada penulis khususnya dalam menyelesaikan skripsi ini.

Skripsi ini disusun untuk memenuhi syarat dalam memperoleh gelar Sarjana Ilmu Keolahragaan Fakultas Ilmu Keolahragaan dengan judul: **“PENGARUH MASASE TERHADAP DAYA INGAT JANGKA PENDEK PADA MAHASISWA ILMU KEOLAHRAGAAN FIK UNIVERSITAS NEGERI MEDAN ANGKATAN 2023”**.

Selama penulisan skripsi ini tentu saja tidak terlepas dari bantuan, bimbingan, dan arahan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis menyampaikan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Ir. Baharuddin, ST., M.Pd. selaku Rektor Universitas Negeri Medan.
2. Bapak Prof. Dr. Imran Akhmad, S.Pd., M.Pd. selaku Dekan FIK UNIMED.
3. Bapak Drs. Zulfan Heri, M.Pd. selaku Wakil Dekan I FIK UNIMED.
4. Bapak Dr. Hariadi, M.Kes., AIFO. selaku Wakil Dekan II FIK UNIMED.
5. Ibu Dr. Amansyah, S.Pd., M.Pd. selaku Wakil Dekan III FIK UNIMED.
6. Ibu Dr. Nurhamida Sari Siregar, SKM., M.Kes. selaku Ketua Jurusan IKOR FIK UNIMED.
7. Bapak Deni Rahman Marpaung S.Pd., M.Or selaku Sekretaris Jurusan IKOR FIK UNIMED.

8. Ibu Rima Mediyana Sari, S.Si., M.Or. selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang telah banyak mengarahkan, membimbing, dan memberi masukan dalam penyelesaian skripsi penulis.
9. Ibu Dr. Nurhayati Simatupang, M.Kes. selaku Dosen Pengarah I yang telah memberikan masukan dan arahan dalam penyelesaian skripsi.
10. Ibu Indah Vrawati, S.Psi., M.A. selaku Dosen Pengarah II yang telah banyak membimbing dan memberi masukan dalam penyelesaian skripsi.
11. Ibu Zulaini, SKM., M.Kes., AIFO. selaku Dosen Pengarah III yang telah memberikan masukan dan arahan selama penyelesaian skripsi.
12. Bapak/Ibu Dosen yang juga turut serta membantu penulis dalam penyelesaian skripsi ini, serta Staf Administrasi FIK UNIMED yang turut serta dalam membantu menyelesaikan skripsi ini.
13. Terkhusus Ayahanda tercinta Palaren Sitepu dan Ibunda tercinta Riahmin Br Sembiring yang telah banyak memberikan semangat, doa, dan kasih sayang yang tiada habis, sehingga penulis dapat mempersembahkan gelar ini.
14. Kepada seluruh saudara saudara penulis Abang Erik Estrada Sitepu, Kakak Karmilla Betseba Sitepu, dan Abang Independen Sitepu yang telah memberikan perhatian, doa dan dukungan dalam proses penyelesaian Skripsi. Terima kasih menjadi inspirasi dan motivator penulis.
15. Kepada seluruh keluarga besar di Kabanjahe dan lingkungan rumah yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu, terima kasih atas setiap doa dan pemahaman yang tulus. Rasa syukur ini juga tercurah kepada sahabat-sahabat sejati penulis selama tujuh tahun, Roma Malango, Juarti Tarigan,

Devi Sitepu, dan Jesika Panjaitan, yang selalu menjadi tempat bercerita dan berbagi rasa lelah dan sedih saat di Kabanjahe serta menjadi penguat hati penulis selama berjuang menyelesaikan skripsi ini.

16. Teman-teman terbaik penulis, Stephani Sitanggang, Maerselina Barus, Rosa Sitepu, Nazira Naibaho, Shelly Siregar, Nurul Azizah, Hotman Simanihuruk, dan Ulman Sitanggang yang telah memberikan waktu, tenaga dan semangat untuk membantu penelitian penulis. Terima kasih atas seluruh jasanya semoga hubungan kedekatan kita tidak pudar dan kita menjadi orang sukses dikemudian hari.
17. Teman seperjuangan IKOR 2021, terkhusus teman-teman IKOR C – 2021 yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu. Juga adik tingkat IKOR stambuk 2023 terkhusus yang bersedia menjadi sampel peneliti. Juga terima kasih terkhusus kepada Enmo, Naomi, Natalia, dan Ventika atas perjuangan bersama dalam menyusun skripsi dan menjadi sumber tawa yang membantu menghilangkan stres. Semoga kita semua tetap semangat dalam pendidikan dan sukses di esok kelak.
18. Terima kasih juga kepada organisasi Mapala Unimed, khususnya Tunas 30 (Equus, Phantra, Damacena, Otar, Gator, dan Helan, Tivum), serta seluruh rekan KKN Kanopan Ulu, terutama Desy Mayang Sari, Kristin Tambunan, Shintia Ramadhani, Sophi Junandari, dan Ulya. Kenangan kebersamaan kita adalah sumber kekuatan yang selalu penulis rindukan.
19. Kepada teman-teman kos Rela 47, Loficha Ginting, Cindy Rizki, dan Giva Siahaan, terima kasih telah menjadi pendengar setia dan selalu ada untuk berbagi keluh kesah penulis.

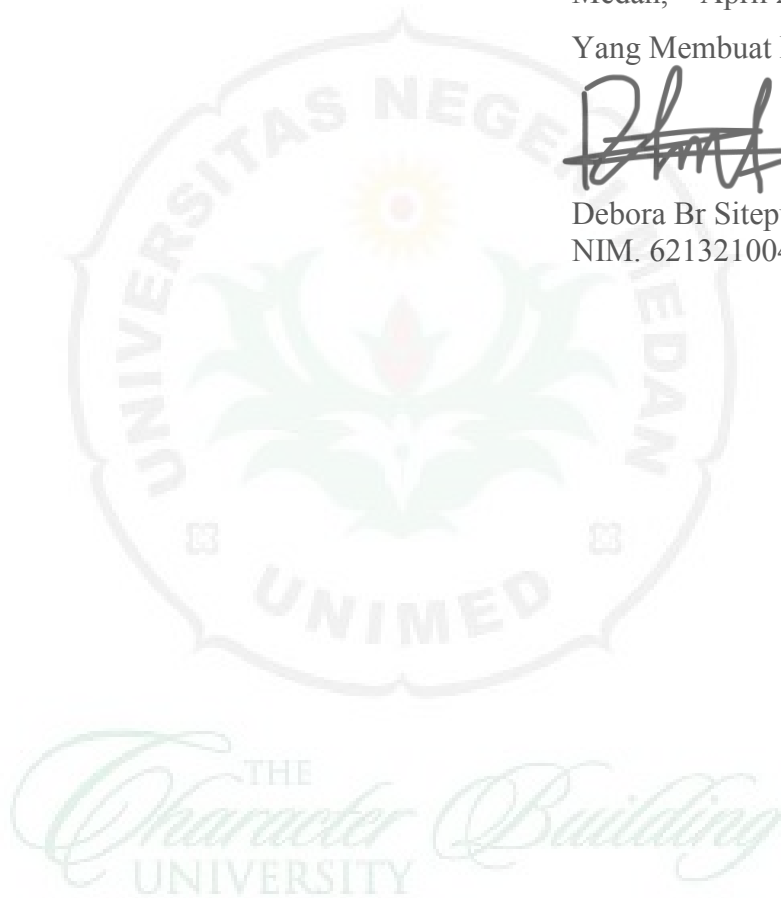
Penulis telah berusaha sebaik mungkin dengan keterbatasan ilmu dan kemampuan, skripsi ini masih jauh dari kata sempurna, Oleh karena itu, penulis mengharapkan saran dan kritik yang membangun. Akhir kata, penulis berharap semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi pembaca dan masyarakat luas.

Medan, April 2026

Yang Membuat Pernyataan



Debora Br Sitepu
NIM. 6213210046



KATA PENGANTAR

Puji dan syukur Penulis panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa yang telah menumpahkan kasih karunia-Nya kepada penulis khususnya dalam menyelesaikan skripsi ini.

Skripsi ini disusun untuk memenuhi syarat dalam memperoleh gelar Sarjana Ilmu Keolahragaan Fakultas Ilmu Keolahragaan dengan judul: **“PENGARUH MASASE TERHADAP DAYA INGAT JANGKA PENDEK PADA MAHASISWA ILMU KEOLAHRAGAAN FIK UNIVERSITAS NEGERI MEDAN ANGKATAN 2023”**.

Selama penulisan skripsi ini tentu saja tidak terlepas dari bantuan, bimbingan, dan arahan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis menyampaikan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Ir. Baharuddin, ST., M.Pd. selaku Rektor Universitas Negeri Medan.
2. Bapak Prof. Dr. Imran Akhmad, S.Pd., M.Pd. selaku Dekan FIK UNIMED.
3. Bapak Drs. Zulfan Heri, M.Pd. selaku Wakil Dekan I FIK UNIMED.
4. Bapak Dr. Hariadi, M.Kes., AIFO. selaku Wakil Dekan II FIK UNIMED.
5. Ibu Dr. Amansyah, S.Pd., M.Pd. selaku Wakil Dekan III FIK UNIMED.
6. Ibu Dr. Nurhamida Sari Siregar, SKM., M.Kes. selaku Ketua Jurusan IKOR FIK UNIMED.
7. Bapak Deni Rahman Marpaung S.Pd., M.Or selaku Sekretaris Jurusan IKOR FIK UNIMED.

8. Ibu Rima Mediyana Sari, S.Si., M.Or. selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang telah banyak mengarahkan, membimbing, dan memberi masukan dalam penyelesaian skripsi penulis.
9. Ibu Dr. Nurhayati Simatupang, M.Kes. selaku Dosen Pengarah I yang telah memberikan masukan dan arahan dalam penyelesaian skripsi.
10. Ibu Indah Vrawati, S.Psi., M.A. selaku Dosen Pengarah II yang telah banyak membimbing dan memberi masukan dalam penyelesaian skripsi.
11. Ibu Zulaini, SKM., M.Kes., AIFO. selaku Dosen Pengarah III yang telah memberikan masukan dan arahan selama penyelesaian skripsi.
12. Bapak/Ibu Dosen yang juga turut serta membantu penulis dalam penyelesaian skripsi ini, serta Staf Administrasi FIK UNIMED yang turut serta dalam membantu menyelesaikan skripsi ini.
13. Terkhusus Ayahanda tercinta Palaren Sitepu dan Ibunda tercinta Riahmin Br Sembiring yang telah banyak memberikan semangat, doa, dan kasih sayang yang tiada habis, sehingga penulis dapat mempersembahkan gelar ini.
14. Kepada seluruh saudara saudara penulis Abang Erik Estrada Sitepu, Kakak Karmilla Betseba Sitepu, dan Abang Independen Sitepu yang telah memberikan perhatian, doa dan dukungan dalam proses penyelesaian Skripsi. Terima kasih menjadi inspirasi dan motivator penulis.
15. Kepada seluruh keluarga besar di Kabanjahe dan lingkungan rumah yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu, terima kasih atas setiap doa dan pemahaman yang tulus. Rasa syukur ini juga tercurah kepada sahabat-sahabat sejati penulis selama tujuh tahun, Roma Malango, Juarti Tarigan,

Devi Sitepu, dan Jesika Panjaitan, yang selalu menjadi tempat bercerita dan berbagi rasa lelah dan sedih saat di Kabanjahe serta menjadi penguat hati penulis selama berjuang menyelesaikan skripsi ini.

16. Teman-teman terbaik penulis, Stephani Sitanggang, Maerselina Barus, Rosa Sitepu, Nazira Naibaho, Shelly Siregar, Nurul Azizah, Hotman Simanihuruk, dan Ulman Sitanggang yang telah memberikan waktu, tenaga dan semangat untuk membantu penelitian penulis. Terima kasih atas seluruh jasanya semoga hubungan kedekatan kita tidak pudar dan kita menjadi orang sukses dikemudian hari.
17. Teman seperjuangan IKOR 2021, terkhusus teman-teman IKOR C – 2021 yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu. Juga adik tingkat IKOR stambuk 2023 terkhusus yang bersedia menjadi sampel peneliti. Juga terima kasih terkhusus kepada Enmo, Naomi, Natalia, dan Ventika atas perjuangan bersama dalam menyusun skripsi dan menjadi sumber tawa yang membantu menghilangkan stres. Semoga kita semua tetap semangat dalam pendidikan dan sukses di esok kelak.
18. Terima kasih juga kepada organisasi Mapala Unimed, khususnya Tunas 30 (Equus, Phantra, Damacena, Otar, Gator, dan Helan, Tivum), serta seluruh rekan KKN Kanopan Ulu, terutama Desy Mayang Sari, Kristin Tambunan, Shintia Ramadhani, Sophi Junandari, dan Ulya. Kenangan kebersamaan kita adalah sumber kekuatan yang selalu penulis rindukan.
19. Kepada teman-teman kos Rela 47, Loficha Ginting, Cindy Rizki, dan Giva Siahaan, terima kasih telah menjadi pendengar setia dan selalu ada untuk berbagi keluh kesah penulis.

Penulis telah berusaha sebaik mungkin dengan keterbatasan ilmu dan kemampuan, skripsi ini masih jauh dari kata sempurna, Oleh karena itu, penulis mengharapkan saran dan kritik yang membangun. Akhir kata, penulis berharap semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi pembaca dan masyarakat luas.

Medan, April 2026

Yang Membuat Pernyataan



Debora Br Sitepu
NIM. 6213210046

