

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa, atas limpahan rahmat, karunia, serta pertolongan-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini.

Skripsi ini disusun untuk memenuhi syarat dalam memperoleh gelar Sarjana Olahraga pada Program Studi Ilmu Keolahragaan, Fakultas Ilmu Keolahragaan dengan judul: “Pengaruh Latihan Dengan Penggunaan Aplikasi Kelas *Fitness* Terhadap Tingkat Kebugaran Ibu PKK Jalan Merak Lingkungan VIII Kota Binjai”. Penulis menyadari sepenuhnya bahwa skripsi ini masih terdapat keterbatasan baik dalam hal penyusunan maupun analisis data. Oleh sebab itu, penulis sangat terbuka terhadap kritik dan saran yang bersifat membangun guna perbaikan di masa mendatang. Dalam proses penyusunan skripsi ini, penulis memperoleh dukungan, serta bantuan dari berbagai pihak, baik secara langsung maupun tidak langsung. Untuk itu, penulis menyampaikan penghargaan dan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Baharudin, S.T., M.Pd selaku Rektor Universitas Negeri Medan.
2. Bapak Prof. Dr. Imran Akhmad, S.Pd., M.Pd. Selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Medan.
3. Bapak drs. Zulfan Heri, M.Pd. selaku Wakil Dekan I Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Medan.
4. Bapak Dr. Hariadi, M.Kes., AIFO. selaku Wakil Dekan II Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Medan.

5. Bapak Dr. Amansyah, M.Pd. selaku Wakil Dekan III Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Medan.
6. Ibu Dr. Nurhamida Sari Siregar, S.KM., M.Kes. selaku Ketua Jurusan IKOR Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Medan.
7. Bapak Deni Rahman Marpaung, S.Pd., M.Or. selaku Sekretaris Jurusan IKOR Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Medan.
8. Bapak Dr. Mesnan, M.Kes., AIFO. selaku Pembimbing Akademik dan sekaligus Pembimbing Skripsi yang telah banyak membimbing dan memberi masukan dan arahan serta pembelajaran yang berharga selama proses penyelesaian skripsi ini
9. Bapak Agussalim Samosir, S.Si., M.Or. selaku Dosen Penguji I yang telah banyak memberikan masukan dan arahan kepada peneliti dalam penulisan skripsi ini.
10. Ibu Alin Anggreni Ginting, S.Pd., M.Kes. selaku Dosen Penguji II yang telah banyak memberikan masukan dan arahan kepada peneliti dalam penulisan skripsi ini.
11. Bapak Deni Rahman Marpaung, S.Pd., M.Or. selaku Dosen Penguji III yang telah banyak memberikan masukan dan arahan kepada peneliti dalam penulisan skripsi ini.
12. Bapak/Ibu dosen yang juga turut serta membantu penulis dalam penyelesaian skripsi ini. Staf Administrasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Medan yang turut serta dalam membantu menyelesaikan skripsi ini.

13. Penulis menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada kedua orang tua tercinta, Bapak Herman, S.E. dan Ibu Radudewiseh, yang senantiasa memberikan doa, kasih sayang, motivasi, serta pengorbanan yang tidak pernah terhitung nilainya. Dukungan dan kepercayaan yang diberikan menjadi kekuatan utama bagi penulis dalam penyelesaian skripsi ini. Gelar ini penulis persembahkan untuk orang tua tercinta.
14. Ucapan terima kasih juga penulis sampaikan kepada seluruh keluarga, yang selalu memberikan semangat, perhatian, dan dukungan moral selama proses perkuliahan hingga penyusunan skripsi ini.
15. Selanjutnya, penulis mengucapkan terima kasih kepada teman-teman IKOR A angkatan 22 yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu, yang telah menjadi rekan seperjuangan selama perkuliahan dan kebersamaan yang terjalin menjadi bagian berharga dalam perjalanan akademik penulis.
16. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada teman-teman KKN (Kuliah Kerja Nyata) yang tidak dapat disebutkan satu per satu, yang telah menjadi rekan seperjuangan selama pelaksanaan kegiatan KKN (Kuliah Kerja Nyata). Terima kasih atas kebersamaan, kerja sama, serta dukungan yang diberikan sehingga setiap program dapat terlaksana dengan baik. Pengalaman dan kenangan yang terjalin selama KKN (Kuliah Kerja Nyata) menjadi bagian berharga dalam perjalanan akademik dan kehidupan penulis.
17. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada sahabat-sahabat semasa SMA, yaitu Dea Ananda br. Saragih, Shaerlleen Naviry br. Kembaren, dan Sindy Margareta br. Sembiring, yang telah memberikan dukungan, doa, dan

