

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan atas kehadiran Allah SWT, yang telah memberikan rahmat dan hidayah-Nya kepada khususnya dalam menyelesaikan skripsi ini. Skripsi ini disusun untuk memenuhi syarat dalam memperoleh gelar sarjana pendidikan program studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan dengan judul : “Pengaruh Latihan *Resistance Band* dan *Ladder Drill* Terhadap *Power* Otot Tungkai dan Kecepatan Tendangan Depan Pada Atlet Silat Persaudaraan Setia Hari Terate Ranting Beringin Tahun 2025”

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. Baharuddin, ST., M.Pd. selaku Rektor Universitas Negeri Medan.
2. Bapak Prof. Dr. Imran Akhmad, M.Pd selaku Dekan FIK Universitas Negeri Medan.
3. Bapak Drs. Zulfan Heri, M.Pd selaku Wakil Dekan I FIK Universitas Negeri Medan, Bapak Dr. Hariadi, M.Kes selaku Wakil Dekan II FIK Universitas Negeri Medan dan Dr. Amansyah, S.Pd., M.Pd, selaku Wakil Dekan III FIK Universitas Negeri Medan.
4. Bapak Yan Indra Siregar, S.Pd.,M.Pd selaku Ketua Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga FIK Universitas Negeri Medan dan juga Bapak Mahmuddin, S.Pd.,M.Pd selaku Sekretaris Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga FIK Universitas Negeri Medan.

5. Bapak Mahmuddin, S.Pd., M.Pd selaku dosen pembimbing skripsi saya yang telah membimbing saya sehingga skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik.
6. Kepada Ibu Dr. Novita, M.Pd selaku dosen pengarah I, Bapak Dr. Pangondian Hotliber Purba, M.Pd selaku dosen pengarah II, dan Bapak Indra Drama Sitepu, S.Pd., M.Kes.AIFO selaku dosen pengarah III. yang telah memberi masukan dan arahan kepada penulis dalam penyelesaian Skripsi ini.
7. Staf pengajar dan pegawai FIK Unimed yang telah memberikan ilmu pengetahuan dan kemudahan administrasi dalam proses perkuliahan.
8. Kepada Bapak/Ibu pada ahli validator yang telah memberi arahan dan meluangkan waktu maupun tenaga untuk kesuksesan Skripsi ini.
9. Terkhusus terima kasih kepada Ayah penulis Adil Makmur Siregar dan Ibu penulis Rodia Daulay yang telah mendoakan dan berkorban tanpa henti untuk penulis agar dapat menggelar sarjana ini dan hadir disetiap perjalanan kuliah penulis. Skripsi ini adalah persembahan kecil penulis untuk kedua orangtua penulis. Ketika dunia menutup pintunya pada penulis, ayah dan ibu membuka lengannya untuk penulis. Ketika orang-orang menutup telinga mereka untuk penulis, mereka berdua membuka hati untuk penulis. Terima kasih karena selalu ada untuk penulis.
10. Terima kasih bapak Imam Bukhrori yang telah memberikan izin penulis meneliti di lapangan ranting beringin dan kepada semua atlet pencak silat

dan pelatih yang telah membantu dalam hal penulisan untuk kesuksesan skripsi ini.

11. Kepada teman seperjuangan saya PKO E 2021 yang selalu memberi dukungan dan mensupport selama ini.
12. Terima kasih kepada abang kandung penulis Fachri Azhari Siregar, A.Md.Bns yang telah membantu penulis untuk mencapai gelarnya, serta dukungan yang telah abang berikan kepada penulis, motivasi yang tiada henti untuk penulis.
13. Terima kasih kepada adek kandung penulis Afriliani Siregar terima kasih juga telah mendukung dan memotivasi penulis.
14. Terima kasih kepada teman-teman saya Lestari Herayani, Friya Rizka Siregar, Putri Rahmadani Lubis, Ursulla Duti dan Fitri terimakasih telah menemani penulis mengerjakan skripsi ini dan mendengarkan segala kendala yang ada pada skripsi ini.
15. Terimakasih kepada penulis yang sudah berjuang sejauh ini untuk melangkah, banyak cobaan yang dilalui mulai dari awal perkuliahan yang membuat penulis enggan untuk berhenti, tetapi dengan itu penulis bangkit dan yakin kan bahwa penulis pasti bisa ditahap yang di inginkan untuk pencapaian yang sempurna. Banyak tetesan air mata untuk mencapi titik sekarang ini dengan kepuasan untuk gelar sarjana. Semoga pencapaian ini bukan akhir, melainkan awal dari perjalanan yang lebih bermakna. Penulis bangga pada dirinya, dan semoga penulis menjadi pribadi yang lebih baik. Terimakasih banyak dan peluk hangat untuk si penulis.

