

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur peneliti ucapkan kepada Tuhan Yesus Kristus atas segala berkat dan anugerah yang diberikan sehingga skripsi ini dapat diselesaikan sebagaimana yang diharapkan.

Skripsi ini disusun untuk memenuhi syarat dalam memperoleh gelar Sarjana Olahraga Program Studi Ilmu Keolahragaan Fakultas Ilmu Keolahragaan dengan judul **“Pengaruh Latihan *Circuit Bodyweight* Terhadap Penurunan Berat Badan Mahasiswa *Overweight* IKOR angkatan 2022 Universitas Negeri Medan”**. Selama penulisan skripsi ini tentu tidak lepas dari bantuan, bimbingan, dan arahan dari banyak pihak, 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 Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Medan.
3. Bapak Drs. Zulfan Heri, M.Pd. selaku Wakil Dekan I Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Medan, Bapak Dr. Hariadi, M.Kes., AIFO, selaku Wakil Dekan II Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Medan, dan Ibu Dr. Novita, M.Pd, selaku Wakil Dekan III Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Medan.
4. Ibu Zulaini, S.K.M., M.Kes., AIFO, selaku Ketua Jurusan Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Medan.
5. Bapak Puji Ratno, S.Si., M.Pd, selaku Sekretaris Jurusan Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Medan.

6. Ibu Dra. Rosmaini Hasibuan, M.Pd, selaku Pembimbing Skripsi yang telah banyak memberikan arahan, bimbingan, dan dukungan dalam penyelesaian skripsi ini.
7. Ibu Prof. Dr. dr. Novita Sari Harahap, M.Kes., AIFO-K, selaku dosen Penguji I yang telah banyak memberikan arahan dan masukan kepada peneliti dalam penulisan skripsi ini.
8. Ibu Alin Anggreni Ginting, S.Pd., M.Kes, selaku dosen Penguji II yang telah banyak memberikan arahan dan masukan kepada peneliti dalam penulisan skripsi ini.
9. Seluruh Bapak dan Ibu Dosen Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Medan beserta Staf Administrasi yang memberikan banyak bantuan dan pengetahuan kepada penulis selama mengikuti aktivitas akademik di bangku perkuliahan.
10. Terkhusus kepada kedua orang tua saya yang saya sayangi, Bapak saya Parlindungan Sitanggang dan Ibu saya Merliana Sitindaon, yang telah memberikan semangat, doa, dan dukungan moral/material untuk anaknya. Terimakasih Kepada Oppung Doli saya Tikkos Sitanggang, Inong saya Nursenti Naibaho, Namboru saya Sartika Sitanggang, Laspentti Sitanggang, Friska Evienda Sitanggang, Dan seluruh keluarga besar yang memberikan dukungan penuh kepada penulis dan membantu kebutuhan finansial saya selama proses perkuliahan dan pengerjaan skripsi ini.
11. Adik-adik saya Rein Sitanggang, Karel Sitanggang, Miranda Sitanggang yang memberikan semangat dan dukungan kepada penulis untuk menyelesaikan pengerjaan skripsi ini, semoga kita sukses untuk meraih impian kita.

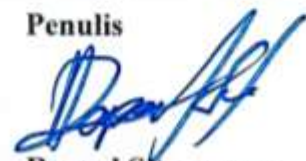
12. Kepada teman yang saya sayangi Reka Rina br Bangun, Zhara Maradu Sianturi, Rizky Zainur Siregar, Hepri Adi Malau, Grace Dela Sitanggang, Rosanti Siregar, Yovanca Tobing, yang memberikan dukungan, motivasi, dan semangat dalam penulisan skripsi ini. Dan harapan penulis semoga kita sukses mencapai impian kita.
13. Terimakasih kepada Mahasiswa Ilmu Keolahragaan UNIMED Angkatan 2022 yang telah bersedia sebagai sampel dalam penelitian ini.
14. Teman seperjuangan IKOR-D 2020 yang memberikan semangat, motivasi, bantuan, dan dukungan kepada penulis selama penulisan skripsi ini
15. Buat semua pihak yang turut membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini yang tidak bisa saya sebutkan satu per satu. Semoga Tuhan Yang Mahakuasa yang membalas kebaikan saudara dan pihak yang terkait penelitian ini, semoga kita semua berhasil.

Akhir kata, dengan semua kebaikan yang diberikan kepada penulis, semoga semua menjadi berkat bagi kita. Penulis juga berharap skripsi ini dapat bermanfaat bagi masyarakat luas dan penulis juga sadar bahwa penulisan skripsi ini belum sepenuhnya sempurna, maka dari itu penulis mohon maaf apabila ada kesalahan penulisan dan kata-kata.

Penulis juga mengharapkan kritik dan saran yang membangun demi kebaikan dan penulis akan menerima dengan senang hati.

Medan, Januari 2025

Penulis



Rapael Sitanggang
NIM. 6203210031