

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis ucapkan kepada Tuhan Yang Maha Esa atas segala rahmat dan karuniaNya serta atas kemurahanNya untuk memberikan kesehatan, kesempatan, dan kemudahan kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Skripsi ini berjudul **“Pengaruh Latihan *Hollow Sprint* Dan *Single Leg Bound* Terhadap Peningkatan Kecepatan Lari 100 Meter Pada Atlet Putra PASI Asahan Tahun 2024”** yang disusun untuk memenuhi persyaratan memperoleh gelar Sarjana Olahraga di Program Studi Ilmu Keolahragaan, Jurusan Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Medan.

Dalam penyusunan skripsi ini, penulis telah mendapatkan banyak bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak sehingga skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik. Untuk itu pada kesempatan ini, penulis menyampaikan terimakasih 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., AIFO selaku Wakil Dekan II FIK Universitas Negeri Medan dan Ibu Dr. Novita, M. Pd selaku Wakil Dekan III FIK Universitas Negeri Medan.
4. Bapak Yan Indra Siregar, S. Pd., M. Pd selaku Ketua Prodi Pendidikan Kepelatihan Olahraga FIK Universitas Negeri Medan.

5. Bapak Mahmuddin, S. Pd., M. Pd selaku Sekretaris Prodi Pendidikan Kepelatihan Olahraga FIK Universitas Negeri Medan.
6. Bapak Prof. Dr. Albadi Sinulingga, M. Pd selaku pembimbing skripsi dan pembimbing akademik yang telah memberikan banyak waktu, arahan, nasehat dan bimbingan dalam penyusunan skripsi ini, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
7. Bapak Yan Indra Siregar, S. Pd., M. Pd selaku dosen pengarah I dan Bapak. Syahputra Manik, S. Si., M. Pd selaku pengarah II, yang telah banyak memberikan masukan dan arahan serta bimbingan kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
8. Staf Pengajar dan staf pegawai FIK Universitas Negeri Medan yang telah memberikan ilmu pengetahuan dan kemudahan administrasi dalam proses perkuliahan.
9. Ibunda Afrida Maharani seseorang yang saya sebut mama. Beliau memang tidak sempat merasakan pendidikan sampai bangku perkuliahan, namun beliau mampu mendidik penulis, memotivasi, memberikan dukungan hingga penulis mampu menyelesaikan studinya sampai sarjana. Terima kasih mama.
10. Cinta petamaku, Bapak Amin Yusuf. Seseorang yang darahnya mengalir dalam tubuh saya. Yang telah membesarkan putri sulungnya, selalu jadi penasihat terbaik dan selalu berdoa untuk keberhasilanku. Terima kasih papa.
11. Terima kasih untuk saudara kandungku Haulya Syahrani, dan Pangeran Zidan Perdana. Tumbuh lebih baik cari panggilanmu jadi lebih baik dibanding diriku.

