

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa atas segala rahmat, kasih karunia, dan penyertaan-Nya, sehingga skripsi ini dapat diselesaikan dengan judul Pengaruh Pemberian Jus Jambu Biji (*Psidium guajava* L.) terhadap Tingkat Kelelahan Atlet Lari di Klub Dumpang Atletik Medan.

Dengan segala kerendahan hati, penulis menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Hardi Firmansyah, S.Si., M.Si. selaku dosen pembimbing skripsi yang senantiasa memberikan arahan, bimbingan, serta motivasi sehingga skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik. Ucapan terima kasih dan penghargaan juga penulis sampaikan kepada:

1. Prof. Dina Ampera, M.Si. selaku Dekan Fakultas Teknik, Universitas Negeri Medan.
2. Prof. Dr. Muhammad Amin, S.T., M.Pd. selaku Wakil Dekan Bidang Akademik Fakultas Teknik, Universitas Negeri Medan.
3. Dra. Fatma Tresno Ingtyas, M.Si. selaku Ketua Jurusan Pendidikan Kesejahteraan Keluarga, Fakultas Teknik, Universitas Negeri Medan.
4. Erni Rukmana, S.Gz., M.Si. selaku Ketua Program Studi di Fakultas Teknik, Universitas Negeri Medan.
5. Dr. Esi Emilia, M.Si. selaku dosen Pembimbing Akademik sekaligus dosen penguji yang telah memberikan perhatian dan masukan berharga bagi penulis.
6. Yatty Destani Sandy, S.S.T., M.Gizi dan Nila Reswari Haryana, S.Gz., M.Si selaku dosen penguji yang telah memberikan masukan dan arahan dalam penyusunan skripsi ini.

7. Seluruh dosen serta staf tata usaha Jurusan Pendidikan Kesejahteraan Keluarga, Fakultas Teknik, Universitas Negeri Medan, atas ilmu, bimbingan, dan pelayanan akademik yang telah diberikan selama masa perkuliahan.
8. Pihak Klub Dumpang Atletik beserta para atlet yang telah memberikan izin, kepercayaan, dan partisipasi dalam pelaksanaan penelitian ini.
9. Yang tercinta, Bapak P. Purba, penulis menyampaikan rasa terima kasih yang tulus atas kasih sayang, doa, serta pengorbanan yang diberikan. Bapak adalah sumber kekuatan dan semangat yang mendorong untuk terus berjuang menyelesaikan skripsi ini. Seluruh pencapaian ini tidak terlepas dari cinta dan ketulusan Bapak. Semoga Bapak senantiasa diberikan kesehatan, kebahagiaan, serta umur panjang.
10. Kepada Mendiang Ibu R. br Ginting, yang penulis panggil dengan penuh kasih sebagai "Mamak", penulis mengucapkan terima kasih atas kasih sayang, doa, dan nilai-nilai kehidupan yang ditanamkan semasa hidup. Meskipun Mamak tidak menyaksikan langsung pencapaian ini, penulis meyakini kasih sayang Mamak akan selalu hidup dalam doa dan perjalanan penulis. Semoga Mamak berbahagia di rumah Bapa di surga.
11. Tidak lupa, penulis berterima kasih kepada abang tua, abang tengah, abang uda, serta eda-eda tercinta atas doa, dukungan, dan semangat yang senantiasa diberikan. Kebersamaan keluarga menjadi sumber kekuatan yang berarti bagi penulis hingga mampu menyelesaikan skripsi ini.
12. Ucapan terima kasih yang tulus penulis sampaikan kepada Bintang Arthur atas dukungan dan kontribusinya selama proses penyusunan skripsi, mulai dari

penentuan judul hingga penyelesaian akhir. Terima kasih atas kesabaran, waktu, tenaga, dan pikiran yang senantiasa diberikan.

13. Penghargaan setinggi-tingginya juga penulis sampaikan kepada Tira, Amalia, Annisa, Ayu, Bea, dan Theresia atas bantuan selama pelaksanaan penelitian, khususnya dalam pengambilan data *Running-based Anaerobic Sprint Test* (RAST).

14. Terakhir, penulis mengucapkan terima kasih kepada Keluarga Laras, Murid Mursyid, serta seluruh teman seperjuangan Gizi. Terima kasih atas kebersamaan dan pengalaman yang dibagikan selama masa perkuliahan. Semoga kita senantiasa diberikan kemudahan, kesehatan, serta kesuksesan dalam tiap langkah kehidupan.

Besar harapan penulis agar skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya di bidang gizi olahraga, serta memberikan kontribusi positif bagi masyarakat.

Medan, 28 September 2026

Penulis,



Miriam Novika br Purba

NIM. 5223240043