KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kehadirat Tuhan Yang Maha Esa yang telah memberikan kesehatan dan pengetahuan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik dan sesuai waktu yang telah direncanakan.

Skripsi ini yang berjudul **"Rancangan Alas Kaki *Rubber Silicone* Ergonomis Untuk Meninigkatkan Kualitas Gerakan *Squat Weight training*".**, disusun dengan untuk memperoleh gelar Sarjana Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Medan.

Penulis menyadari bahwa dalam pembuatan skripsi ini banyak mendapat bantuan dan dorongan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis menyampaikan terima kasih kepada, Yth:

1. Bapak Prof. Dr. Baharuddin, ST., M.Pd, selaku Rektor Universitas Negeri Medan.
2. Bapak Prof. Dr. Imran Ahmad, M.Pd, selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan UNIMED.
3. Bapak Dr. Hariadi, M.Kes, selaku Wakil Dekan I Fakultas Ilmu Keolahragaan UNIMED.
4. Ibu Dr. Novita, M.Pd selaku Wakil Dekan III Fakultas Ilmu Keolahragaan UNIMED.
5. Ibu Zulaini, S.KM, M.Kes, AIFO selaku Ketua Jurusan Ilmu keolahragaan Fakultas Ilmu Keolahragaan.
6. Bapak Puji Ratno, S.Si, M.Pd sebagai Sekretaris Jurusan Ilmu Keolahragaan Fakultas Ilmu Keolahragaan UNIMED.
7. Bapak Prof. Dr Syamsul Gultom, SKm.M.kes Selaku pembimbing skripsi

saya yang telah banyak memberikan masukan, waktu serta saran untuk membimbing saya dalam penulisan skripsi ini, Saya pribadi bersyukur dan bangga dapat dibimbing oleh Beliau.

8. Ibu Indah Verawati, S.Psi., MA selaku Pengarah I yang sudah banyak sekali membantu saya dalam penyempurnaan proposal.
9. Suranta Pratama Ginting Manik, S.Si., M.Kes., AIFO-FIT Selaku Pengarah II yang juga sudah memberikan masukan demi kesempurnaan penelitian ini.
10. Bapak/Ibu Dosen Jurusan Ilmu Keolahragaan (IKOR) Fakultas Ilmu Keolahragaan UNIMED ya/ng telah memberikan ilmu yang bermanfaat kepada penulis.
11. Teristimewa kepada orang tua saya terkasih, bapak saya Ali Akbar Hasibuan, ibu saya Neneng Enidar yang telah memberikan kasih sayang, motivasi dan semangat yang begitu luar biasa serta selalu mendoakan anaknya sehingga dapat menyelesaikan studi ini dengan penuh perjuangan, materi dan dukungan kepada saya dalam menyelesaikan skripsi ini.
12. Kepada Keponakan saya asiyah agar dapat mengikuti jejak penulis dalam Pendidikan.
13. Kepada yang saya kagumi **BAHAUDDIN SYAHPUTRA HASIBUAN** sudah berani mengambil resiko besar dan bertahan sejauh ini untuk berjuang untuk menganggangkat derajat & membanggakan kedua orang tua dan bisa menjadi contoh terhadap adik-adiknya, saya sangat bangga melihat diri saya sendiri dan sangat bersyukur untuk jiwa yang kuat ini.
14. Sahabat Seperjuangan kelas IKOR-C 2020 yang telah banyak memberikan arti persahabatan dan inspirasi selama hampir 5 tahun bersama

15. Keluarga yang selalu mempercayakan saya untuk tetap berjuang dan pasti berhasil mendapatkan kesuksesan
16. Orang terdekat saya Juni Indah Utari, Magdalena Mona, Jesmin Naomi, Hardiansyah Syahputra Siregar yang selalu memberikan support untuk selalu maju kedepan dan tidak melihat kebelakang, yang selalu membuat saya merasa dihargai dan mendapatkan kasih, membuat saya membuka pikiran untuk melajutkan impian saya.

Penulis telah berupaya semaksimal mungkin dalam penyelesaian skripsi ini, namun penulis menyadari masih banyak kesalahan baik dari segi isi maupun tata bahasa, untuk itu penulis mengharapkan saran dan kritik yang bersifat membangun dari pembaca demi sempurnanya skripsi ini dan kiranya skripsi ini bermanfaat bagi kita semua, khususnya bagi dunia olahraga serta bagi siapa saja yang membacanya

Medan, Juli 2025
Penulis

Bahauddin Syahputra Hasibuan
NIM. 6203210026