KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Tuhan Yang Maha Esa, atas berkat dan rahmatnya, penulis masih diberikan kesempatan dan kekuatan dalam menyelesaikan penulisan skripsi dengan judul " Pengaruh latihan *small sided games* terhadap peningkatan VO_2 *Max* siswa ekstrakurikuler sepak bola SMA Negeri 1 Pollung dengan waktu yang tepat. Skripsi ini disusun untuk memenuhi syarat dalam memperoleh gelar sarjana olahraga jurusan Ilmu Keolahragaan, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Medan. Penulis menyadari bahwa masih banyak kekurangan dalam penulisan skripsi ini. Oleh sebab itu penulis sangat mengharapkan kritik dan saran yang membangun untuk menyempurnakan penulisan skripsi ini. Dalam penyelesaian skripsi ini, penulis banyak menerima bantuan berupa bimbingan dan arahan dari berbagai pihak secara langsung maupun tidak langsung, untuk itu penulis mengucapkan terima kasih yang mendalam kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Baharudin, S.T.,M.Pd selaku Rektor Universitas Negeri Medan.
2. Bapak Prof. Dr. Imran Akhmad, S.Pd., 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.
4. Bapak Dr. Hariadi, M.Kes., AIFO. selaku Wakil Dekan II Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Medan.
5. Ibu Dr. Novita, M.Pd. selaku Wakil Dekan III Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Medan.

6. Ibu Zulaini, S.KM., M.Kes, AIFO. selaku Ketua Jurusan IKOR Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Medan.
7. Bapak Puji Ratno, S.Si., M.Pd. selaku Sekretaris Jurusan IKOR Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Medan..
8. Kepada Bapak Deni Rahman Marpaung, S.Pd., M.Or selaku Pembimbing Akademik dan sekaligus Pembimbing Skripsi yang telah banyak membimbing dan memberi masukan dalam penyelesaian Skripsi.
9. Ibu Indah Verawati, S.Psi., MA selaku Pengarah I yang telah memberikan masukan dan arahan dalam penyelesaian Skripsi.
10. Bapak Faridz Ravsamjani, S.Si., M.Or. selaku Pengarah II telah banyak membimbing dan memberi masukan dalam penyelesaian Skripsi.
11. Bapak/Ibu Dosen yang juga turut serta membantu penulis dalam penyelesaian skripsi ini. Staf Administrasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Medan yang turut serta dalam membantu menyelesaikan skripsi ini.
12. Terkhusus untuk orang tua tercinta Bapak Elman Sinaga dan Ibu Roma Br Banjarnahor, yang telah banyak memberi support, kasih sayang yang tiada habis, sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi ini. Orang tua penulis merupakan orang yang memiliki pengaruh sangat besar dalam penyelesaian Skripsi ini. Gelar ini Penulis persembahkan untuk Orang Tua tercinta.
13. Kepada seluruh saudara-saudara dan keluarga (Harmawaty Sinaga, Lae Manurung, Irvan Sinaga, Maradona Sinaga, Justina Sinaga, Joni Sinaga, dan keluarga A. Martunas Lumban Batu /br Sinaga) yang telah memberi semangat dan motivasi bahkan bantuan uang dalam proses penyelesaian Skripsi.

14. Kepada mahasiswi yang bernama Sofia Ratnasari Panjaitan yang telah setia menemani dan memberi support selama perkuliahan terkhusus dalam penyelesaian Skripsi.
15. Kepada Sahabat kos 101 terbaik dan teman Gass (Wasdo Lumban Gaol, Diko Lumban Gaol, Deo Vanes Nisura Purba, Adi Situmorang, Donni Tinambunan, Muhammad Fadli Sitanggang dan Yohana Nababan) yang telah banyak memotivasi dan membantu dalam penyelesaian Skripsi.
16. Kepada pelatih ekstrakurikuler sepak bola SMA Negeri 1 Pollung yang memberikan waktu dan tenaga selama penelitian berlangsung Semoga kegiatan sepak bola di SMA Negeri 1 Pollung semakin maju, jaya dan sukses.
17. Kepada penulis yang telah menyelesaikan perkuliahan dan kegiatan kegiatan berprestasi selama ini dengan baik dan benar itu tidak lepas dari perlindungan Tuhan Yang Maha Esa.

Medan, Mei 2025

Canra Sinaga
NIM. 6213210061