KATA PENGANTAR

Puji dan Syukur penulis ucapkan kepada Tuhan Yang Maha Esa yang telah memberikan kasih karunianya kepada penulis khususnya dalam menyelesaikan skripsi ini.

Skripsiini disusun untuk memenuhi syarat dalam memperoleh gelar sarjana ilmu olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan dengan judul **''Pengaruh Variasi Latihan *Ladder Drill* Dan *Zig Zag Run* Terhadap Peningkatan Kelincahan Pada Tim Sekolah Sepak Bola Kompak Sebelas Taput Tahun 2025''.**

Skripsi ini penulis persembahkan dengan penuh rasa bangga dan cinta yang tulus kepada orang-orang terkasih yang telah mendukung penulis dengan caranya masing masing:

1. Bapak Prof. Dr. Ir. Baharuddin, ST., M.Pd. selaku rektor Universitas Negeri Medan.
2. Bapak Prof. Dr. Imran Akhmad, S.Pd, M.Pd Selaku Dekan FIK UNIMED.
3. Bapak Drs. Zulfan Heri, M.Pd Selaku Wakil Dekan 1 FIK UNIMED.
4. Bapak Dr. Hariadi, M.Kes., AIFO Selaku Wakil Dekan II DIK UNIMED.
5. Ibu Dr. Novita., M.Pd Selaku Wakil Dekan III FIK UNIMED.
6. Ibu Dr. Nurhamida Sari siregar, S.KM., M.Kes. Selaku Ketua Jurusan IKOR FIK UNIMED
7. Bapak Deni Rahman marpaung, S.Pd., M.Or. Selaku Sekretaris Jurusan IKOR FIK UNIMED
8. Ibu Dra. Rosmani Hasibuan, M.Pd. Selaku Pembimbing Skripsi yang telah banyak memberikan arahan, bimbingan, dan dukungan dalam menyelesaikan skripsi ini.
9. Zulaini, S.KM., M. Kes., AIFO Selaku Pengarah I yang telah memberikan masukan dan arahan dalam penyelesaian skripsi.
10. Suranta Pratama Ginting Manik, M.Kes Selaku Pengarah II yang telah banyak memberikan arahan dalam menyelesaikan skripsi.

11. Puji Ratno, S.Si., M.Pd Selaku Pengarah III yang telah membimbing dan memberikan masukan dalam penyelesaian skripsi.
12. Bapak/ibu Dosen yang juga turut serta membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini. Staff Administrasi FIK UNIMED yang turut serta dalam membantu menyelesaikan skripsi ini.
13. Teristimewa penulis Mengucapkan terimakasih kepada kedua orangtua tercinta yakni (+)Bapak Jannader Simanungkalit dan Ibu Ruslina Simamora. Terimakasih atas setiap tetes keringat dalam setiap langkah pengorbanan dan kerja keras yang dilakukan untuk memberikan yang terbaik kepada penulis, mengusahakan segala kebutuhan penulis, mendidik, membimbing, memberikan kasih saying yang tulus, motivasi, serta dukungan dan mendoakan penulis dalam keadaan apapun.
14. Kepada Saudara kandung saya Krisman Simanungkalit S.Agr dan Fitri nova Anggreni Simanungkalit dan kakak ipar saya Kristina Pakpahan A.Md.Bns, terimakasih untuk dukungan dan kasih sayang yang penulis terima.
15. Terkhusus penulis menyampaikan rasa terimakasih yang penuh ketulusan kepada Best Partner saya yang saya sayangi penulis yaitu Rachel Margaretha Siburian S.Tr. M. yang dengan segala tenaga dan waktu dan perhatian telah menjadi penyemangat dalam setiap langkah penelitian hingga skripsi ini. Kehadiran dan dukunganmu sangat berarti bagi Penulis.
16. Untuk teman teman saya dari pihak SSB KOMPAK SEBELAS TAPUT, yang telah bersedia menjadi sampel dalam penelitian ini.
17. Untuk para sahabat peneliti di Basecamp Dona frengki siahaan S.H, Rizky Dani Yehesekiel Nababan, S.Pd., Andreas marcelino S.agr, Putra alexander siahaan, Josua Simanjuntak S.pi, Andre alberto, Valentino Lumbantobing amd.T, Noel siahaan, Ronny Simanjuntak , Jekson sitinjak Spd, Gabriel febriono sinaga, Sertu Rio doni hutagaol, Pratu bobby Simanjuntak , dan teman teman saya menghabiskan waktu terimakasih telah memberikan saya semangat dalam menyelesaikan skripsi ini.
18. Buat semua pihak yang turut membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini yang tidak bias saya sebutkan satu persatu. Semoga Tuhan Yang Maha

Kuasa yang membalas kebaikan saudara dan pihak yang terkait penelitian ini, semoga semua berhasil.

Akhir kata dengan semua kebaikan yang telah diberikan kepada penulis, Semoga semua menjadi berkat bagi kita. Penulis juga berharap penelitian ini berguna bagi pembaca, masyarakat dan juga peneliti sadar bahwa penelitian ini masih belum sempurna, mka dari itu penulis mohon maaf apabila ada kesalahan penulisan maupun kata kata.

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

Medan, Oktober 2025
Penulis



Julianto Simanungkalit
NIM. 6193210008