

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah memberikan kasih dan karunianya kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.

Skripsi ini disusun untuk memenuhi syarat dalam memperoleh gelar sarjana pendidikan program studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Medan dengan judul : “Pengaruh *Interval Training* Terhadap Peningkatan  $VO_2Max$  Pada Siswa Putra Ekstrakurikuler Futsal SMA SAMANHUDI Tanjung Pura Tahun 2016/2017”. Selama Penulisan Ini tentu saja tidak terlepas dari bantuan, bimbingan, dan arahan dari berbagai pihak. Oleh karena itu pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Bapak Prof. Dr.Syawal Gultom,M.Pd Selaku Rektor Universitas Negeri Medan
2. Bapak Dr. Budi Valianto,M.Pd Selaku Dekan FIK UNIMED
3. Bapak Drs.Suharjo, M.Pd Selaku Wakil Dekan 1 FIK UNIMED
4. Bapak Syamsul Gultom,S.K.M, M.Kes Selaku Wakil Dekan II FIK UNIMED
5. Bapak Drs.Mesnan, M.Kes Selaku Wakil Dekan III FIK UNIMED
6. Ibu Dr.Novita,M.Pd Selaku Ketua Jurusan Pendidikan Kepelatihan Olahraga FIK UNIMED
7. Bapak Yan Indra Siregar,S.Pd,M.Pd Selaku Sekretaris Jurusan Pendidikan Kepelatihan Olahraga FIK UNIMED

8. Bapak Dr.Amir Supriadi,M.Pd Selaku Pembimbing Skripsi yang telah banyak meluangkan waktu dan pikiran untuk membimbing dan mengarahkan penulis dalam penyusunan dan penyelesaian skripsi ini.
9. Bapak Irwansyah Siregar,S.Pd,M.Pd dan Bapak Drs. Ibrahim,M.Pd yang telah memberi masukan dan arahan kepada penulis dalam penyelesaian skripsi ini serta seluruh Dosen, staf administrasi FIK UNIMED.
10. Ayahanda Drs. Ahmad Yani, ibunda Sugiarti, kakak Pramita Pratiwi, Abang ipar Fazar Setiawan, Adik Ilyas Alfahri dan Muhammad Alvin yang membuat penulis bersemangat setiap harinya menjalani segala kegiatan, dan juga alasan penulis untuk membahagiakan mereka sehingga skripsi ini dengan giat penulis kerjakan agar dapat menjadi kebanggaan untuk keluarga.
11. Kepala sekolah SMA SAMANHUDI Tanjung Pura Bapak Chandra,ST yang dengan senang hati memberi izin danm menggunakan segala fasilitas sekolah selama penulis melakukan penelitian di SMA SAMANHUDI Tanjung Pura
12. Bapak Ricky Rinanda, S.Pd sebagai pelatih ekstrakurikuler futsal SMA SAMANHUDI yang telah memberikan kesempatan penulis untuk memberikan program latihan ke siswa dan sangat banyak memberikan masukannya selama penelitian.
13. Kepada keluarga besar PKO EKSAB *Family* 2012 ( PKO Ekstensi A dan B 2012 FIK UNIMED ) keluarga suka dan duka selama 5 tahun penulis berada di FIK UNIMED, yang selama ini sangat membantu penulis selama kuliah bahkan sampai skripsi ini selesai dikerjakan.

14. Teman-teman PPLT SMA N 1 HINAI 2015 yang telah memberi semangat dan bantuannya selama penulis mengerjakan skripsi ini.
15. Teman-teman SMA N 1 Tanjung Pura Tahun 2012 khususnya kepada kelas IPA 2 Tahun 2012, Abrakadabra ( Tim futsal IPA 2 penulis) yang telah menjadi cerita hidup tersendiri bagi penulis.
16. Kepada seorang yang spesial Lailan Shofinah,S.Pd yang sangat banyak memberi masukan dan saran kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.

Serta Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang turut serta memberikan bantuan baik pikiran maupun moril selama penulis mengerjakan skripsi ini, penulis mengucapkan terima kasih. Pada akhirnya penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu, penulis mengharapkan saran dan kritik yang membangun demi kesempurnaan skripsi ini.

Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua pihak terutama bagi penulis sendiri.

Medan, Maret 2017

Penulis

**Yagi Aryolukti Nasution**

**NIM. 6123321065**