

KATA PENGANTAR

Segala puji bagi Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karuniaNya kepada penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik yang berjudul **“Pengaruh Aktifitas Fisik *Continuous Running* dan *Interval Running* terhadap Kadar Gula Darah Mahasiswa IKOR UNIMED Tahun 2017”**. Shalawat dan salam senantiasa tercurah kepada Rasulullah SAW yang mengantarkan manusia dari zaman kegelapan ke zaman yang terang benderang ini. Penyusunan skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk mendapatkan gelar sarjana olahraga pada program S-1 di jurusan Ilmu Keolahragaan, Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Medan.

Penulis menyadari bahwa penulisan ini tidak dapat terselesaikan tanpa dukungan dari berbagai pihak baik moril maupun materil. Oleh karena itu, penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan skripsi ini terutama kepada:

1. Bapak Dr. Budi Valianto, M.Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Medan.
2. Ibu Dr.dr. Novita Sari Harahap, M.Kes selaku dosen pembimbing skripsi dan dosen pembimbing akademik yang telah membantu penulis selama proses pembuatan proposal ini dan membimbing selama penulis berkuliah di Universitas Negeri Medan.
3. Bapak/Ibu dosen jurusan Ilmu Keolahragaan yang telah yang telah memberikan pengetahuan yang sangat bermanfaat selama masa perkuliahan.
4. Kedua orang tua, ayahanda tercinta dan ibunda tersayang yang telah memberikan dukungan baik moril maupun materil serta doa yang tiada henti-hentinya kepada penulis.
5. Kedua saudara penulis (Kak Wita dan Ari) yang tak hentinya bertanya kapan penulis sidang dan sebagainya dan tak hentinya pula memberikan suntikan

semangat berupa janji liburan supaya penulis selalu termotivasi untuk mengerjakan proposal ini.

6. Sahabat penulis (Mehri Hubbi Aparja) yang selalu mengatakan semangat, semangat, semangat hingga benar-benar membuat penulis untuk bersemangat dalam menghadapi suka dan dukanya pengerjaan proposal ini.
7. Teman-teman terdekat penulis (Riski Pranata dan Novriadi Purwanto) yang selalu mendukung serta selalu ada baik suka maupun duka yang khususnya mengisi hari-hari menjadi sangat menyenangkan.
8. Teman-teman penghuni kos Hijau (Via, Riri, Nurcek) yang selalu memberikan dukungan setiap harinya dalam pembuatan proposal ini.
9. Teman-teman satu dosen bimbingan yaitu Riski Pranata dan Wilson yang juga sama-sama berjuang dalam menyusun skripsi.
10. Seluruh teman-teman angkatan, terutama kelas A Angkatan 2014.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna dikarenakan terbatasnya pengalaman dan pengetahuan yang dimiliki penulis. Oleh karena itu, penulis mengharapkan segala bentuk saran serta masukan bahkan kritik yang membangun dari berbagai pihak. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi para pembaca dan semua pihak khususnya dalam bidang Ilmu Keolahragaan.

Medan, 06 Mei 2018

Penulis,

Asyfah Faujiah
Nim: 6142210001