

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa karena telah memberikan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini yang berjudul **Pengaruh Latihan Senam *Aerobic Low Impact* Terhadap Keseimbangan Statis Pada Lansia Di Puskesmas Kecamatan Tanah Jawa Kabupaten Simalungun.** Penelitian ini disusun untuk memenuhi syarat yang diperlukan untuk mencapai gelar Sarjana Olahraga pada Program Studi Ilmu Keolahragaan, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Medan.

Pada saat proses penyusunan skripsi ini, penulis banyak menerima bantuan dan bimbingan serta masukan dari berbagai pihak sehingga skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik. Untuk itu, pada kesempatan ini penulis menyampaikan rasa hormat dan terimakasih sebesar-besarnya 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 FIK UNIMED.
3. Bapak Drs. Zulfan Heri, M.Pd. selaku Wakil Dekan I FIK UNIMED.
4. Bapak Dr. Hariadi, M.Kes., AIFO. selaku Wakil Dekan II FIK 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. Bapak Prof. Dr. Fajar Apollo Sinaga, S.Si., M.Si., Apt. selaku Dosen Pembimbing Akademik sekaligus Pembimbing Skripsi saya yang telah banyak membimbing dan memberi masukan kepada penulis hingga skripsi ini dapat selesai dengan baik.
9. Ibu Dr. Nurhamida Sari Siregar S.KM., M.Kes. selaku dosen penguji I yang telah banyak memberikan masukan dan arahan dalam penyelesaian skripsi.
10. Bapak Agussalim Samosir, S.Si., M.Or. selaku dosen penguji II yang telah banyak memberikan masukan dan arahan dalam penyelesaian skripsi.
11. Bapak Puji Ratno, S.Si., M.Pd. selaku dosen penguji III yang telah banyak memberikan masukan dan arahan dalam penyelesaian skripsi.
12. Terhusus untuk orang tua saya tercinta Bapak Erijon Siahaan dan Ibuku tercinta Salma Wati Sinurat 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 kedua orang tua tercinta.
13. Kepada adik-adik ku tercinta yang selalu memberikan semangat, motivasi, doa, serta dukungan selama perkuliahan dan penyelesaian skripsi ini.
14. Kepada sepupu saya Fitria Indah Lestari yang telah banyak memberi *support* dan membantu dalam penyelesaian skripsi ini.

15. Kepada teman saya Dela, Mutiara, Rosmi, Leony, Yolan, Sefty, Syakira, Meilani dan yang sudah memberikan dukungan dan motivasi kepada saya saat perkuliahan dan penyelesaian skripsi ini.
16. Kepada sahabat terbaik saya Wulan Nastasya Siallagan yang telah banyak memotivasi dan membantu dalam penyelesaian skripsi.
17. Kepada kak Susi, kak Reni, ka Ernet, dan kak Nadila yang telah banyak memotivasi dan memberi arahan dalam penyelesaian skripsi.
18. Kepada rekan-rekan seperjuangan IKOR 2021 terkhusus IKOR D 2021 yang telah menjadi bagian dalam perjalanan ini, atas kebersamaan, tawa, semangat serta dukungan yang tak ternilai selama masa perkuliahan hingga penyelesaian skripsi ini.
19. Kepada Puskesmas Kecamatan Tanah Jawa Kabupaten Simalungun yang telah berkenan memberi waktu dan tenaga selama penelitian berlangsung semoga Puskesmas Kecamatan Tanah Jawa Kabupaten Simalungun semakin sukses.
20. Kepada penulis Kressensia Lanopriani Tarigan atas ketekunan, kesabaran, dan semangat yang terus dijaga dalam menghadapi berbagai tantangan selama proses penyusunan skripsi ini.

Medan, Januari 2026

Penulis



Kressensia Lanopriani Tarigan

NIM. 6212510003