

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa, karena atas segala rahmat dan karuniaNya penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi yang berjudul “Perbedaan Pengaruh Pemulihan Aktif Dengan Pemulihan Pasif Terhadap Penurunan Denyut Nadi Setelah Lari *Interval* Dengan Menggunakan *Treadmill* Pada Mahasiswa Jurusan Ilmu Keolahragaan 2012 Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Medan 2016”. Skripsi ini dimaksudkan untuk memenuhi salah satu syarat dalam menyelesaikan studi di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Medan.

Penulis menyadari bahwa dalam pembuatan skripsi ini banyak mendapat bantuan dan dorongan dari berbagai pihak. Selanjutnya penulis sadar bahwa sebagai manusia biasa, penulis tidak luput dari kesalahan. Oleh karena itu, penulis menyampaikan permintaan maaf.

Pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terima kasih yang tidak terhingga kepada semua pihak yang telah membantu penulis baik moril maupun materil, Sehingga penulis dapat menyelesaikan kuliah tepat pada waktunya hingga dalam penulisan skripsi. Secara khusus penulis menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Bapak Prof. Dr. Syawal Gultom, M. Pd selaku Rektor Universitas Negeri Medan beserta staf jajarannya.
2. Bapak Dr. Budi Valianto, M.Pd selaku Dekan FIK yang telah memberi izin dan kemudahan kepada penulis untuk mengikuti perkuliahan dan juga kepada Drs. Suharjo, M. Pd selaku Pembantu Dekan I, Bapak Drs. Mesnan, M. Kes ,

AIFO selaku Pembantu Dekan III, Bapak Fajar Apollo Sinaga, S.Si, M.Si, Apt selaku Ketua Jurusan Ilmu Keolahragaan (IKOR), dan Ibu Zulaini M,Kes selaku Sekretaris Jurusan Ilmu Keolahragaan (IKOR).

3. Bapak Drs. Jumadin IP,M.Kes,AIFO selaku Pembimbing Skripsi yang telah banyak memberikan bimbingan dan saran-saran yang mendukung penulis sejak dari awal penulisan proposal sampai selesainya penulisan skripsi ini.
4. Ibu dr. Rika Nailuvar Sinaga M.Biomed selaku Dosen Penguji I dan Bapak Agus Salim Samosir S.Si,M.Or selaku penguji II yang telah memberikan masukan dan saran-saran untuk perbaikan skripsi ini.
5. Seluruh civitas akademik FIK yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
6. Teristimewa kepada orang tua saya tercinta, Ayahanda Peng Ahmad Sela Kurniawan dan Ibunda Liswijayati yang sudah sangat tabah dalam memberikan kasih sayang, perhatian, nasehat, bimbingan dan doa kepada saya sehingga bisa menyelesaikan studi.
7. Tersayang kepada Kakek Senen, Nenek Soepatminah, alm. Kakek Ihram dan alm. Nenek Hj. Asdiah yang selalu mendoakan cucu tersayang nya selama ini.
8. Terimakasih juga untuk saudara kandung Jaya Kurniawan (adik), Gustia Hapsah (adik), Lisa Agustiani (adik), Zainur Hafni (sepupu), Zuchaira (sepupu), M.Gende Hutasuhut (sepupu) serta keluarga yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu yang sudah memberi semangat dan doa kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan skripsi dengan baik.

9. Untuk sahabat kuliah saya terima kasih Fanema ndruru, Nando Sitompul, Suyogi Prasetyo, Addis Abeba, Andhyka Eka Putra, Ratna Manda Sari atas segala pengalaman, kebersamaan, kasih sayang, semangat dan doa yang diberikan sehingga dapat menyelesaikan skripsi dengan baik.
10. Untuk teman-teman seperjuangan saya IKOR 2011 Rilas Sinaga, Rizal N, Lamro Godman Turnip, Sintong Purba, Regina Gita Valentin, Irdhian Dwika, Rudiansyah Rambe, Fransurya, dan semua teman yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu atas semua dukungan selama ini.
11. Untuk adik-adik kos Atmojo Yeni Elfiani, Yennika Batubara, Awaliah Sundawa, Irma Aulia, Eka Pratiwi, Nisa, dan Yunita yang selalu menemani saya selama ini.
12. Untuk adik-adik saya IKOR stambuk 2012 yang telah bersedia menjadi sampel sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan baik
13. Terimakasih seluruh karyawan dan manajemen *Family Fitness* yang telah mendukung saya selama ini.
14. Terimakasih sahabat *Family Fitnes* Binjai ; Bang Randi, Abdi Yanta Ginting, Eka, Bang Putra, Ame, Kak Devi yang selalu memberi semangat dan motivasi.
15. Serta semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang turut serta memberikan bantuan dan sumbangan pemikiran selama penulis mengikuti perkuliahan.

Akhir kata, penulis berharap semoga skripsi ini bermanfaat bagi kita semua untuk pengembangan ilmu pengetahuan pada umumnya, dan prestasi

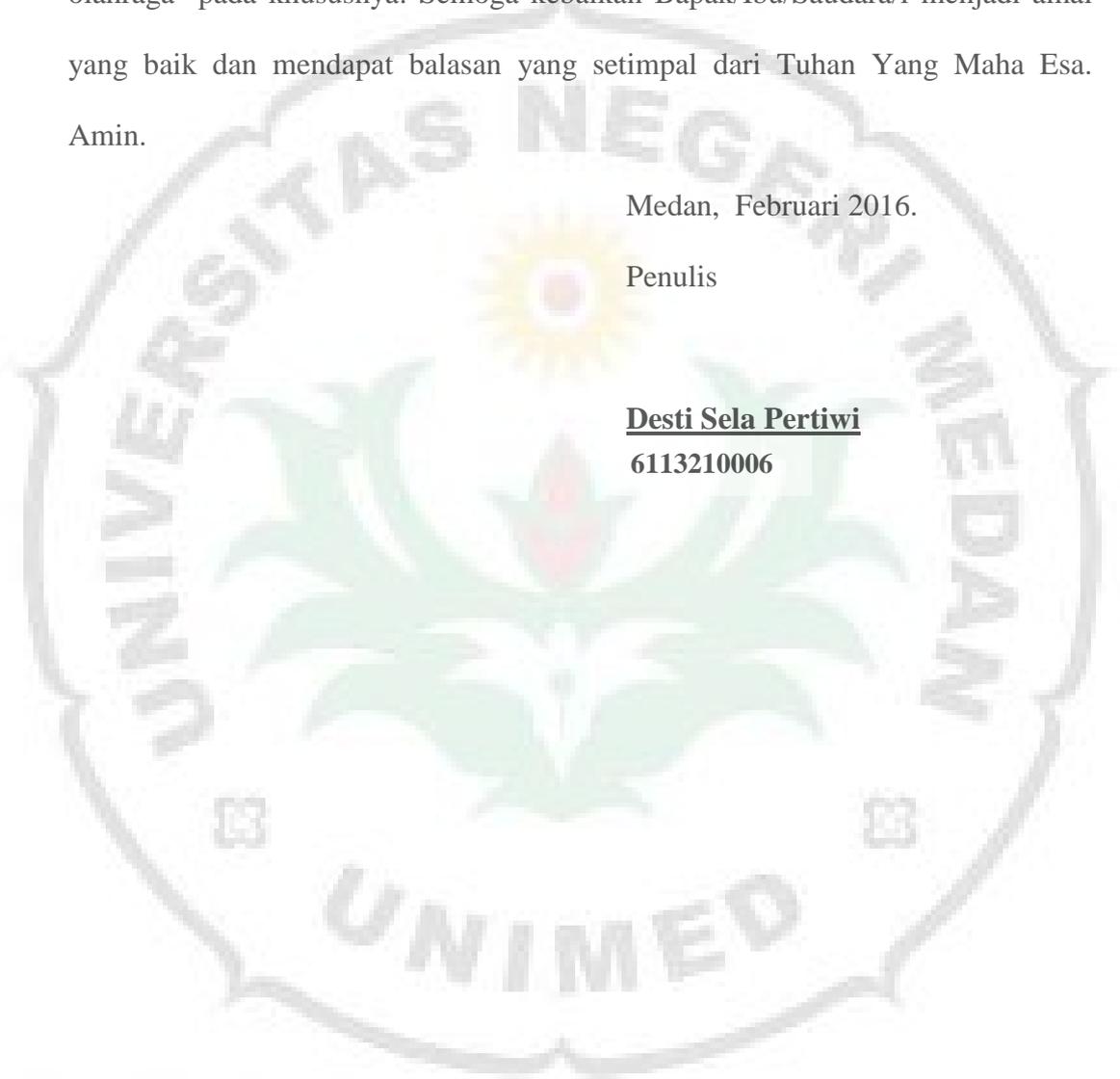
olahraga pada khususnya. Semoga kebaikan Bapak/Ibu/Saudara/i menjadi amal yang baik dan mendapat balasan yang setimpal dari Tuhan Yang Maha Esa. Amin.

Medan, Februari 2016.

Penulis

**Desti Sela Pertiwi**

**6113210006**



THE  
*Character Building*  
UNIVERSITY