

KATA PENGANTAR

Dengan segala kerendahan hati, puji dan syukur penulis panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa yang telah memberikan rahmat dan karunia Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini yang berjudul “Pengaruh Variasi Latihan *Burpees* Terhadap Peningkatan *Power* Otot Tungkai Pada Atlet Putra SSB Guntor Berastagi Tahun 2025”.

Peneliti menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini, peneliti banyak mengalami kesulitan yang disebabkan keterbatasan waktu, tenaga, materi maupun bimbingan dan arahan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan segenap ketulusan hati peneliti menyampaikan ucapan terima kasih kepada :

1. Bapak Prof. Dr. Baharuddin, ST, MPd. selaku Rektor Universitas Negeri Medan,
2. Bapak Prof. Dr. Imran Akhmad, MPd selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Medan.
3. Bapak Drs. Zulfan Heri, M.Pd selaku Wakil Dekan I Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Medan.
4. Bapak Dr. Hariadi, M.Kes selaku Wakil Dekan II Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Medan.
5. Ibu Dr. Novita, M.Pd selaku Wakil Dekan III Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Medan.
6. Bapak Yan Indra Siregar, S.Pd, M.Pd selaku Ketua Jurusan Pendidikan Kepelatihan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Medan,
7. Bapak Mahmuddin, S.Pd., M.Pd selaku Sekretaris Jurusan Pendidikan Kepelatihan Olahraga FIK Universitas Negeri Medan.
8. Bapak Dr. Andarias Ginting, S.Pd, M.Or. selaku Pembimbing Skripsi yang telah banyak meluangkan waktu untuk membimbing saya.
9. Bapak Irwansyah Siregar, S.Pd., M.Pd. selaku dosen pengarah I dan Bapak David Siahaan, S.Pd., M.Pd. selaku dosen pengarah II, Bapak Putra Arima, M.Pd. selaku

dosen pengarah III yang telah memberi masukan dan arahan kepada saya dalam penyelesaian skripsi ini.

10. Teristimewa kepada Kedua Orang tua saya saudara-saudara saya yang lainnya yang tidak dapat saya sebutkan satu-persatu yang tak henti-hentinya memberikan doa, bimbingan, selama perkuliahan hingga terselesaikannya skripsi ini.
11. Terimakasih kepada Welsa Mayani Napitupulu S.Pd yang senantiasa memberikan doa, dukungan, serta menjadi teman diskusi yang baik selama proses penyusunan skripsi ini. Terima kasih atas kesediaannya memberikan waktu untuk memotivasi penulis agar dapat menyelesaikan studi tepat pada waktunya.
12. Terima kasih kepada diri sendiri, atas segala upaya untuk terus belajar dan bertumbuh. Terima kasih karena tetap melangkah dan tidak menyerah meski dihadapkan pada berbagai kesulitan selama proses penyusunan tugas akhir ini.

Semoga Tuhan membalas segala kebaikan yang telah diberikan dan semoga skripsi ini bermanfaat bagi pembaca dan khususnya dapat membantu pengembangan pendidikan program studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga.

Medan, 21 April 2026

Penulis,



Jona Gomos Zepanya Purba
NIM. 6213121051