

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur pertama sekali penulis ucapkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul “Upaya Meningkatkan Kecepatan Lari 100 Meter Dengan Menggunakan Latihan *Interval Training* Terhadap Siswa Putera Ekstrakurikuler SMP Negeri 36 Medan Tahun 2013”.

Selama penyusunan skripsi ini tentunya tidak terlepas dari bantuan, bimbingan dan arahan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis menyampaikan rasa terimakasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Ibnu Hajar M. Si selaku Rektor Universitas Negeri Medan.
2. Bapak Drs. Basyaruddin Daulay, M. Kes selaku Dekan FIK UNIMED
3. Bapak Drs. Suharjo M. Pd selaku Pembantu Dekan I FIK UNIMED
4. Bapak Drs. Mesnan M. Kes selaku Pembantu Dekan II FIK UNIMED
5. Bapak Drs. Budi Valianto M. Pd selaku Pembantu Dekan III FIK UNIMED
6. Bapak Drs. Zulfan Heri M. Pd selaku Ketua Jurusan PKO FIK UNIMED dan Pembimbing skripsi saya.
7. Bapak Drs. Nono Hardinoto M. Pd selaku Sekretaris Jurusan PKO FIK UNIMED
8. Adik-adik siswa putera ekstrakurikuler SMP Negeri 36 Medan yang telah membantu penulis dalam penelitian ini.
9. Rekan-rekan Mahasiswa PKO stambuk 2007 yang telah turut serta dalam membantu dan memberi motivasi kepada penulis selama proses penyelesaian skripsi ini.
10. Teristimewa kepada kedua orang tua tersayang yang telah mengasuh dan membesarkan saya serta selalu memberikan motivasi maupun dukungan materil, serta adik-adikku yang selalu mendukung penulis selama perkuliahan.
11. Bapak/Ibu Pegawai Perpustakaan FIK Unimed yang telah membantu dalam menyediakan buku.

12. Seluruh civitas akademik FIK Universitas Negeri Medan yang telah membantu dalam penyelesaian skripsi.

13. Dan kepada semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang turut membantu peneliti dalam memberikan motivasi dan sumbangan pemikiran mulai dari awal perkuliahan sampai penyelesaian skripsi ini.

Pada akhirnya, penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna, karena itu penulis mengharapkan saran dan kritik yang membangun demi kesempurnaan skripsi ini. Semoga skripsi ini bermanfaat bagi semua pihak.

Medan, Agustus 2013
Penulis,

HOTIP RAJA HARAHAP
NIM. 071266220135

THE
Character Building
UNIVERSITY