

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum wr.wb

Puji syukur kita panjatkan kehadirat Allah SWT yang memberikan limpahan cinta, kasih sayang dan kenikmatan yang tak terhitung banyaknya. Shalawat dan salam selalu tercurah kepada nabi Muhammad SAW, bersama keluarga-nya, sahabat-nya, dan umat-nya.

Syukur alhamdulillah akhirnya peneliti dapat menyelesaikan tugas akhir sebagai syarat untuk memenuhi kewajiban demi menyandang gelar sarjana di Fakultas Ilmu Keolahragaan (FIK) Universitas Negeri Jakarta. Walaupun ada beberapa rintangan dan hambatan yang perlu dilewati, baik itu masalah yang timbul dari luar maupun dari dalam diri peneliti sendiri namun berkat bantuan dari sang Maha Kuasa, dan juga dorongan dari rekan-rekan, akhirnya peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul, "*Model Latihan Fleksibilita Otot Tungkai Berbasis Swiss Pada Terhadap Keterampilan Jodan Mawashi Geri Siswa Ekstrakurikuler Karate SMP Negeri 24 Kota Bekasi*".

Saya mengucapkan terima kasih kepada berbagai pihak yang turut membantu penyusunan skripsi yang jauh dari kata sempurna ini. Ucapan terima kasih juga saya sampaikan kepada Bapak Dr. Abdul Sukur, S.Pd, M.Si selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta, Bapak Dr. Johansyah Lubis, M.Pd selaku Wakil Dekan I, Ibu drg. Marlinda Budiningsih, M.Pd selaku Wakil Dekan II, Bapak Drs. Mustara, M.Pd selaku Wakil Dekan III, Ibu Dr. Wahyuningtyas Puspitorini, S.Pd., M.Kes, AIFO selaku Koordinator Prodi Pendidikan Jasmani, Bapak Prof. Firmansyah Dlis, M.Pd selaku Pembimbing Akademik, Bapak Dr. Fahmy Fachrezzy, M.Pd selaku Dosen Pembimbing I sekaligus Konsultan Gerak *Swiss Ball*,

Bapak Prof. Dr. dr. James.A.P. Tangkudung, SportMed. M.Pd selaku Dosen Pembimbing II, Bapak Drs. H. Ansori, M.Pdi sebagai ayah kandung saya yang membimbing dan mendidik saya dengan cara yang sangat unik dan tentu kepada Ibu Hj. Aan Hasanah, S.pd sebagai ibu kandung yang sangat menginspirasi saya dalam kehidupan, yang selalu mendukung dalam penyelesaian skripsi dan kepada rekan-rekan yang turut memberikan semangat kepada peneliti.

Tiada karya paling sempurna kecuali milik Allah semata, begitu juga dengan karya tulis ini, peneliti menyadari bahwa masih membutuhkan kritik, saran yang membangun untuk perbaikan dan pengembangan penelitian ini.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb

Jakarta, 17 Januari 2019

Peneliti