

## LEMBAR PERSEMBAHAN

### *Bismillahirrahmanirrahim*

**“Sungguh...atas kehendak Allah semua ini terwujud tiada kekuatan kecuali dengan pertolongan Allah ”**

**(QS. Al-Kahfi : 39)**

**“Sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan”**

**(QS. Alam Nasyroh : 6)**

Waktu yang sudah kujalani dengan jalan hidup sudah menjadi takdirku, sedih, bahagia, dan bertemu orang-orang yang memberikanku sejuta pengalaman bagiku, yang member warna-warni kehidupanku. Kebersujud dihadapan Mu, Engkau berikan aku kesempatan untuk bisa sampai di penghujung awal perjuanganku Segala Puji bagi MU ya Allah,

Alhamdulillah, sujud syukurku kepersembahkan kepadamu Tuhan Yang maha Agung nan Maha Tinggi nan Maha Adil nan Maha Penyayang, atas takdirmu telah kau jadikan aku manusia yang senantiasa berpikir, berilmu, beriman dan bersabar dalam menjalani kehidupan ini. Semoga keberhasilan ini menjadi satu langkah awal bagiku untuk meraih cita-cita besarku.

Laturan Al-fatihah seiring Shalawat dalah silahku merintih, menadahkan doa dalam syukur yang tiada terkira, terima kasihku untuk-MU. Tetes peluh yang membasahi asa, ketakutan yang memberatkan langkah tangis keputus asa yang sulit dibendung, dan kekecewaan yang pernah menghiasi hari-hari kini menjadi tangisan penuh ksyukuran dan kebahagiaan yang tumpah dalam sujud panjang. Pada akhirnya tugas akhir (skripsi) ini dapat diselesaikan dengan baik dengan penuh perjuangan.

Kupersembahkan karya sederhana ini kepada orang yang sangat kukasihi dan kusayangi.

### **Ayah dan Ibu Tercinta dan Tersayang**

**“Akhmadi, Amk dan Rusdiana”**

Apa yang ananda peroleh hari ini belum mampu membayar tetes keringat dan air mata ayah dan ibu yang selalu menjadi pelita dan semangat dalam hidup ananda. Terima kasih atas semua dukungan ayah dan ibu baik moril maupun materil, tanpa kehadiran ayah dan ibu disamping ananda tak mungkin menjadi sekarang. Karya ini kepersembahkan untuk ayah dan ibu tercinta, ananda takkan pernah lupa semua pengorbanan dan jerih payah yang ayah dan ibu berikan untuk ananda agar dapat menggapai cita-cita dan semangat serta doa yang ayah dan ibu lanturkan terhadap ananda disetiap sujudmu sehingga ananda bisa meraih kesuksesan dalam menyelesaikan skripsi ini. Cinta kasih yang tiada terhingga dari ayah dan ibu tidak mungkin dapat kuubalas hanya dengan selembaar kertas yang bertuliskan kata cinta dan persembahan. Semoga ini menjadi awal untuk membuat ayah dan ibu bahagia karena ananda sadar selama ini belum bisa berbuat yang lebih.

Terima kasih ayah... terima kasih Ibu



## My Sister and My Brother



Untuk adikku Aldya dan Aldi , tiada waktu yang paling berharga selain berkumpul dengan kalian, disaat berjauhan kita saling merindukan dan terkadang disaat bersama kita sering bertengkar, untuk adikku aldya semoga bisa cepat menyusul untuk menyelesaikan tugas akhirnya. Untuk adikku Aldi selalu semangat belajar walaupun kita dibatasi lautan (Borneo) kakak akan mendokan kesuksesan kalian semua jaga Ayah dan Ibu disana. Terima kasih atas doa dan bantuan selama ini, hanya karya kecil ini yang dapat saya persembahkan. Maaf masih belum bisa menjadi panutan seutuhnya, tapi saya akan menjadi yang terbaik untuk kalian semua..

## **My Lovely Wife**

**“Resti Robayani”**



Sebagai tanda cinta kasihku, saya persembahkan karya kecil ini untuk istriku tercinta. Terima kasih atas kasih sayang, perhatian dan kesabaranmu yang telah memberikanku semangat dan inspirasi dalam menyelesaikan Tugas Akhir ini, semoga kita selalu diberikan kebahagiaan selalu dan selalu bersama hingga tua. Amin..

Terima kasih istriku

## **My Best Friend's and Many More**

Buat sahabatku Djan Phanto Fanny, Adewan Saputra terima kasih atas bantuan, doa, nasehat, dan semangat yang kamu berikan selama kebersamaan di saat kuliah serta bisa lulus bareng pada tahun 2017 ini, saya tidak akan melupakan semua yang telah kamu berikan selama ini. Buat Coach Taufik Rahmadi, S. Pd saya sangat berterima kasih atas ilmu kepelatihan yang coach berikan kepada saya karena saya bisa mengaplikasikan didalam pekerjaan saya sekarang. Buat anak-anak atletik angkatan 2010 “Terry (Tri Suhartomo), Fauzan, Laras, Engel, Topan, Daus” terima kasih atas bantuan kalian, semangat kalian dan candaan kalian, saya tidak akan melupakan kalian.

## My Workplace

Saya sangat berterima kasih sebesar-besarnya kepada PT. Pratama Setia Abadi yang memperkerjakan saya sampai sekarang ini, terima kasih atas dukungan dari ibu Patricia CMD yang memberikan kepercayaannya untuk saya bisa ijin keluar kantor untuk bisa menyelesaikan tugas akhir saya. Teman-teman satu team dengan saya, terima kasih sudah memberikan semangat dan dukungan dalam penyelesaian tugas akhir saya.

Semoga PT Pratama Setia Abadi (PSA) bisa berkembang pesat. amin



## Teacher Training 50 Hour “Purinawa Yoga”

Terima kasih Bu guru Nungki, Bu guru Sri dan teman-teman yoga yang memberikan dorongan semangat saya untuk menyelesaikan tugas akhir serta tidak bosan-bosan untuk memberikan motivasi ke saya.



## **Dosen Pembimbing Tugas Akhirku..**

Bapak Dr. Bambang Sujiono, M.Pd dan Bapak Dr. Iman Sulaiman, M.Pd selaku dosen pembimbing tugas akhir saya, Bapak Ricky Susiono, S.pd, M.Pd selaku Dosen pembimbing yang tiada bosan-bosennya menasehati saya, terima kasih banyak pak atas bantuannya selama ini, sudah menasehati, sudah diajarkan atas penyelesaian tugas akhir saya, saya tidak akan lupa atas kebaikan, bantuan dan kesabaran dari bapak,

### **Seluruh Dosen Pengajar Di Fakultas Ilmu Olahraga :**

Terima kasih banyak untuk semua ilmu, didikan dan pengalaman yang sangat berarti yang telah kalian berikan kepada kami.

### **Keluarga Besar Atletik Perkumpulan Atletik PUSPOR JAYA**

Terima kasih banyak untuk bantuan dan kerja samanya selama ini. Serta semua pihak yang sudah membantu selama penyelesaian Tugas Akhir ini



**“Your Future is Created By What You Do Today,**

**Not Tomorrow”**

**Ananda Adijaya Akhmadi KPL Non Reg'10**