

## *Berdo'a, Berusaha dan Bertawakal*

Bismillahirrahmanirrahim...

Assalamu'alaikum wr.wb. puji syukur kita panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya serta kita curahkan junjungan kepada nabi besar Muhammad saw. sehingga dengan rahmat dan nikmatnya saya dapat menyelesaikan skripsi ini. Setelah  $4\frac{1}{2}$  tahun, kurang lebih 9 semester, 216 bulan dan selama 1676 hari akhirnya saya berada pada puncak tertinggi dimana kegiatan perkuliahan yang selama ini dilakukan harus dipertanggung jawabkan lewat sebuah karya yang disebut Skripsi.

Sebelumnya, saya mengucapkan terimakasih banyak kepada bapak Eko Juli Fitrianto, S.Or, M.Kes, AIFO dan Dr. Yasep Setiakarnawijaya, S.KM, M.Kes yang telah membimbing saya hingga skripsi saya selesai, Dr. dr. Junaedi, Sp.Ko yang telah membimbing saya dari semester awal hingga semester akhir kemudian ketua Prodi IKOR Dr. Ramdan Pelana, M.Or yang telah membantu saya hingga dapat selesai perkuliahan dan skripsi ini dan tidak lupa ketua Jurusan Olahraga Prestasi Tirto Apriyanto, S.Pd, M.Si dan sekretaris Jurusan Olahraga Prestasi bapak Hendro Wardoyo, M.Pd yang sudah meluangkan waktu di dalam kesibukannya sehingga saya dapat melaksanakan sidang skripsi saya.

Skripsi ini saya persembahkan kepada orang yang sudah membantu, mengingatkan serta memberikan motivasi yaitu kedua orang tua saya tercinta ayahanda Syafri Katik Panduko dan ibunda Desmanidar yang sudah merawat dan membesarkan saya hingga saat ini, kemudian kakak saya Dino Ricardo, S.E beserta istri semoga cepat selesai S2-nya uda Dino dan Merry Ramayanti beserta suami, lalu adik-adik saya Beni Agam, Fitri Fajar, Yudi Setawan, Heni Amalia dan Novita Zahara yang kesemuanya adalah keluarga besar saya yang

selalu membuat saya semangat melaksanakan aktivitas apapun ketika mengingat keluarga ini.

Saya persembahkan juga skripsi ini untuk semua sanak saudara baik yang hidup di perantauan maupun dikampung halaman, teman-teman saya khususnya untuk IKOR'10 bersatu tanpa kalian saya tidak akan ada disini, terima kasih semuanya. Setelah itu rekan-rekan kerja yang pernah bekerja sama dengan saya yaitu Best Fitness dan sekolah Internasional High Scope senang dapat bekerja sama dengan kalian semoga kita dapat kembali lagi bekerja sama, guru-guru saya dan pelatih-pelatih saya bang Chandra, M.Pd , bang Eko Yuli Prasetyo dan bang Tommy Dewantara Siagian yang memberikan saya ilmu dan melatih saya sampai sekarang ini dan juga udah kasih support-nya lewat ejek-ejekan baik langsung maupun dunia maya lalu teman seperjuangan di Best Fitness Syahdam as Sidiq, teman seperjuangan dari kecil Pulung Adiansyah semoga cepat menyusul, Dwi Defiantoro, S.H teman yang saya kenal sangat pintar satu ini yang udah ngebantu peminjaman buku perpustakaan UI dan buat prezi-nya kemudian kakak senior yang cantik dan energik Detia Pirussia, S.Pd membuat saya termotivasi untuk lebih semangat ketika melihat kak Ade perform dan tidak lupa untuk orang yang sangat baik, pintar, bicaranya pandai sekali dan juga lucu Nita Juliana terima kasih udah diingetin, memberikan motivasi sampai diceramahin mulai dari yang serius sampai yang lucu-lucu, semangat untuk koasanya disana. Terima kasih banyak semuanya.

Alhamdulillahirrabbi'l'amin...

**Tetapi perlu di ingat ini bukan akhir dari perjalanan saya, masih banyak mimpi-mimpi serta perjalanan hidup yang harus diperjuangkan dan diwujudkan.**

**Hidup Dapat Menuntaskan Kita, Tetapi Kita Bisa Memilih Untuk**

**BANGKIT atau TIDAK**

Asep Prima