

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT, atas limpahan Rahmat dan Karunia-Nya, sehingga penulis dapat merampungkan proposal skripsi dengan judul “EFEK KERJA BERLARI 70% *MAXIMUM AEROBIC SPEED* (MAS) SELAMA 30 MENIT TERHADAP PENINGKATAN ASAM LAKTAT DAN DENYUT NADI PADA MAHASISWA KEPELATIHAN ANGKATAN 2016 FAKULTAS ILMU OLAHRAGA UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA ” ini untuk memenuhi salah satu syarat menyelesaikan studi serta dalam rangka memperoleh gelar Sarjana Ilmu Keolahragaan Strata Satu pada Program Studi Ilmu Keolahragaan Fakultas Ilmu Olahraga Universitas Negeri Jakarta.

Penghargaan dan terima kasih yang setulus-tulusnya kepada orang tua penulis yang selalu memberikan perhatian dan kasih sayangnya yang tak pernah putus hingga saat ini. Semoga Allah SWT selalu melimpahkan Rahmat, Kesehatan, Karunia dan keberkahan di dunia dan di akhirat atas budi baik yang telah diberikan kepada penulis.

Ucapan terima kasih sebesar besarnya juga penulis berikan kepada Bapak Dr. Iwan Hermawan, S.Pd., M.Pd sebagai Pembimbing I dan Bapak Eko Juli Fitrianto, S.Or., M.Kes, AIFO sebagai Pembimbing II dan Bapak dr.Ruliando Hasea Purba, SpRM, MARS yang telah menyempatkan waktu dan tenaga untuk memberikan bimbingan, menambah ilmu, dan berdiskusi dengan penulis sehingga selesainya proposal skripsi ini. Dan teman teman sekalian yang selalu menemani dan mambantu penulis

Akhir kata penulis menyadari bahwa dalam penulisan proposal skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan. Karena itu, penulis memohon saran dan kritik yang sifatnya membangun demi kesempurnaannya dan semoga bermanfaat bagi kita semua. Aamiin

Jakarta, 25 Desember 2016

Peneliti
Febrian Fadhila