

## KATA PENGANTAR

Tiada kata yang pantas untuk di panjatkan selain rasa syukur kehadiran Allah SWT yang dengan ketulusan rahmatnya dan kasih sayang kepada seluruh makhluk-Nya. Atas izin-Nyalah penulis dapat menyelesaikan proposal skripsi ini yang berjudul “Perbandingan Efek Kerja Joging dan Bersepeda Selama 30 Menit Terhadap Perubahan Cairan Tubuh Pada Siswa Madrasah Aliyah Negeri (MAN ) 21 Jakarta Utara. Proposal ini merupakan suatu syarat mengikuti Siding Skripsi.

Penulis menyadari bahwa tanpa adanya uluran tangan dari berbagai pihak, proposal ini tidak mungkin dapat terselesaikan. Pada kesempatan ini penulis menyampaikan rasa terima kasih kepada : Bapak Dr. Abdul sukur, S.Pd, M.Si. sebagai Dekan FIO UNJ, Dr. Ramdan Pelana, M.Or sebagai ketua Program Studi Ilmu Keolahragaan FIO UNJ, Dr. Yasep Setiakarnawijaya, M.Kes sebagai dosen pembimbing 1, Kuswahyudi, S.Or, M.Pd sebagai dosen pembimbing 2, Dr. Mansur Jauhari, M.Si sebagai pembimbing akademik, dan kedua orang tua yang senantiasa mendoakan serta memberikan bantuan baik secara moril maupun materil, Teman-teman dari Ilmu Keolahragaan 2015 yang telah mengingatkan penulis serta selalu memberikan motivasi selama penyusunan Skripsi ini, dan semua pihak yang tidak dapat disebut namanya satu persatu, terimakasih atas kontribusinya. Penulis menyadari akan adanya keterbatasan-keterbatasan penulis dalam penyusunan Skripsi ini. Oleh karena itu, penulis mohon maaf atas segala kesalahan. Semoga Skripsi ini bisa bermanfaat bagi semuanya.

Jakarta, 29 juli 2019

Yopi Yogo Puspito