KATA PENGANTAR

Tiada kata yang pantas untuk dipanjatkan selain rasa syukur kehadirat Allah SWT yang dengan keluasan rahmat dan kasih sayang kepada seluruh makhluk-Nya. Atas izin-Nyalah penulis dapat menyelesaikan skripsi ini yang berjudul “Tingkat Kebugaran Jasmani Pada Usia 30 – 45 Tahun di kelurahan kebon Pala Kecamatan Makasar Jakarta Timur”. Skripsi ini merupakan suatu syarat guna memperoleh gelar Sarjana Olahraga di Universitas Negeri Jakarta.

Penulis menyadari bahwa tanpa adanya uluran tangan dari berbagai pihak, skripsi ini tidak mungkin dapat terselesaikan. Pada kesempatan ini penulis menyampaikan rasa terima kasih kepada: Bapak Dr. Abdul Sukur, S. Pd. M.Si Sebagai Dekan FIK UNJ. Drs. Iwan Barata, M. Pd, sebagai ketua Jurusan Olahraga Rekreasi FIK UNJ. Dr. Nofi Marlina Siregar, M.Pd, sebagai ketua Program Studi Olahraga Rekreasi, selaku Dosen Pembimbing I, Drs. Zulham, M.Si, selaku Dosen Pembimbing II, dan Bapak Hartman Nugraha, M.Pd, selaku pembimbing akademik Bapak Indra Ariesto. Selaku Kepala Sekertaris Kecamatan Makasar Jakarta Timur, Kedua orang tua yang senantiasa memberikan bantuan baik secara moril maupun materil, kakak dan adik yang selalu mendoakan dan memberi dukungan. Teman-teman dari Olahraga Rekreasi 2009 yang telah mendoakan dan mengingatkan penulis serta selalu memberikan motivasi selama penyusunan skripsi ini, dan semua

pihak yang tidak dapat disebut namanya satu per satu, terima kasih 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, Juli 2014

F. A. P