

## KATA PENGANTAR

Segala rasa syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT yang Maha Pengasih dan Maha Penyayang umatnya. Shalawat serta salam semoga selalu tersampaikan kepada tauladan manusia istimewa Nabi Muhammad SAW, karena berkat rahmat, petunjuk, serta hidayahnya akhirnya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul : “Perbandingan Pengaruh Latihan *Sprint* Dengan Menggunakan Heavy Slide Weight dan Latihan Short Interval Terhadap Kecepatan Lari ”.

Skripsi ini diajukan untuk memenuhi salah satu syarat dalam memperoleh gelar sarjana pendidikan yang penulis tempuh selama mengikuti studi pada Jurusan Pendidikan Jasmani Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Galuh Ciamis.

Penulis menyadari sepenuhnya, bahwa skripsi ini jauh dari kesempurnaan dan banyak terdapat kekurangan, oleh karena itu kritik dan saran yang membangun sangat penulis harapkan untuk kesempurnaan penulisan skripsi ini.

Dalam penyusun skripsi ini tidak terlepas dari segala bantuan dan dorongan dari semua pihak. Oleh karena itu perkenankanlah penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah memberikan bantuan dan dorongan dalam menyelesaikan skripsi ini, terutama kepada :

1. Bapak DR. Asep Amam M.Pd sebagai Dekan FKIP Universitas Galuh Ciamis.
2. Bapak Andang Rohendi, M.Pd. sebagai ketua Prodi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Universitas Galuh. Sekaligus sebagai Pembimbing I yang telah membimbing, mengarahkan, serta memberikan motivasi dan masukan-masukan kepada penulis yang memberikan kemudahan dalam penulisan skripsi.
3. Bapak Ruli Sugiawardana S.Pd.M.Pd sebagai Pembimbing II yang telah membimbing, dan mengarahkan penulis dalam penulisan skripsi serta atas kebijakan dan kerendahan hatinya yang telah meluangkan waktu kepada penulis setiap saat.

4. Kepala Sekolah SMAN 1 Baregbeg yang telah memberikan izin kepada penulis untuk melakukan penelitian.
5. Seluruh siswa SMAN 1 Baregbeg tahun ajaran 2022/2023 yang telah bersedia dijadikan sampel dalam penelitian ini.
6. Ayah, Ibu, Istri, serta anak-anakku semoga kita selalu mendapatkan hidayah dan petunjuk dari-Nya.

Serta kepada semua yang tidak bisa disebutkan satu persatu, yang telah membantu penulis dalam menyusun skripsi ini. Akhirnya hanya kepada Allah SWT saja saya serahkan semuanya, semoga segala amal baik semua pihak yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini mendapatkan balasan yang setimpal dari-Nya. Amiin.

Ciamis, Juli 2025

Penulis,

