

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadiran Illahi Robbi, karena atas rahmat dan hidayah-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi. Skripsi ini penulis susun untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada Program Studi Pendidikan Jasmani Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Galuh Ciamis.

Penelitian yang penulis laksanakan berjudul, **“Dampak Latihan *Hip Hange Exercise (Good Morning)* dan *Partner Flat-Bench Back Extension* Terhadap Hasil Daya Tahan Otot Pinggang.”**

Dalam penyusunan skripsi ini, penulis mendapat dorongan dan bantuan dari berbagai pihak, baik bantuan moril maupun materil. Oleh karena itu penulis mengucapkan penghargaan dan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya terutama kepada yang terhormat :

1. Ibu Dr, Tita Rohita, S. Kep. , Ners. , MM. , M. Kep. selaku Rektor Universitas Galuh Ciamis.
2. Bapak Bapak Dr. Asep Amam Soedarmo, S. Pd. , M. Pd. selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Galuh.
3. Ibu Dr. Risma, S. Si. , M. Pd. selaku Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Galuh.
4. Bapak Dr. Nana Sutisna, S. Pd. , M. Pd. selaku pembimbing 1 yang telah memberikan dorongan sehingga skripsi ini dapat selesai tepat pada waktunya.
5. Bapak Hendra Rustiawan, S. Pd. , M. Pd. selaku pembimbing 2, dimana dalam kesibukannya telah banyak meluangkan waktu untuk memberikan petunjuk, motivasi koreksi sehingga dapat terselesaikan tepat pada waktunya.
6. Kepada Orangtuaku, Ibunda dan Ayahanda yang tercinta, yang senantiasa membantu dan mendorong penulis dengan do' a dan restunya dalam setiap jejak langkah kehidupan penulis.

7. Bapak dan Ibu Dosen beserta staf dan karyawan program studi Pendidikan Jasmani, FKIP Universitas Galuh yang telah tulus ikhlas memberikan segala ilmu dan bimbingannya kepada penulis selama masa perkuliahan.
8. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang telah memberikan bantuan dalam menyelesaikan skripsi ini. Semoga amal baik yang telah diberikan kepada penulis mendapat balasan pahala yang berlipat ganda dari Allah SWT. Amin.

Akhir kata penulis berharap semoga skripsi ini bermanfaat bagi penulis khususnya dan umumnya bagi semua pihak, serta bagi kemajuan ilmu pendidikan jasmani dan kesehatan.

Ciamis, Agustus 2026

(Miftakhurrokhmat)