

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Allah Subhanallahu wa Ta'ala, yang telah memberikan karunia dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan proposal skripsi yang berjudul “ Perbedaan *Delayed Onset Muscle Soreness* (DOMS) dan komposisi tubuh berdasarkan konsumsi glutamin pada *fitness enthusiast* di osbond gym”. Dalam penyusunan skripsi ini penulis banyak mengalami kesulitan dan hambatan. Penulis menyadari bahwa berkat pembimbing dan dorongan dari semua pihak tentu proposal skripsi ini tidak akan terselesaikan. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terimakasih kepada semua pihak, terutama kepada:

1. Ibu Dr. Aprilita Rina Yanti Eff, M. Biomed, Apt selaku Dekan Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan.
2. Bapak Dudung Angkasa, S. Gz, M. Gizi, RD selaku Ketua Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan Universitas Esa Unggul.
3. Bapak Nazhif Gifari, S.Gz, M.Si, sebagai dosen pembimbing utama yang telah memberikan bimbingan dan saran dalam penyusunan skripsi.
4. Ibu Rachmanida Nuzrina, S.Gz, M.Gizi, RD sebagai dosen pembimbing kedua dan dosen akademik yang telah memberikan bimbingan dan saran dalam penyusunan skripsi.
5. Osbond gym Bekasi, telah bersedia menjadi tempat penelitian.
6. Ibu Icah Aisah, ayah Subekti, dan adik tercinta Dwi Indriyani terimakasih atas dorongan baik moril maupun materil, juga motivasi, memperhatikan semua hal serta do'a yang tak henti. Terimakasih selalu menjadi orangtua yang mencintai saya.
7. Bapak Suyudi selaku owner PT. Dunia Nutrisi Indonesia dan Osbond Gym yang selalu mendukung dalam pencapaian akhirnya.
8. Bapak Ricco beserta jajaran selaku club manager osbond gym beksi.
9. Teman-teman Program Studi Ilmu Gizi maupun non Gizi, yang selalu memberi semangat dan semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan skripsi ini.
10. Enumerator dan teman skripsi yang sudah kebersamai perjuangan : Yogi, Gesa, Mety, Rani, Wahyudi, Fujima, Pungky

Jakarta, 04 September 2019



(Septian Yudhitama)