

DAFTAR LAMPIRAN

1. Formulir Kuisisioner
2. Formulir Pengukuran
3. Surat Persetujuan Menjadi Sampel
4. Lampiran Analisa Data Hasil Penelitian dengan SPSS Versi 22
5. Dokumentasi Pelaksanaan Pengukuran, Latihan *Core Stability* dan Latihan *Mat Pilates* di RS Aminah