

The background of the page features a repeating pattern of the Universitas Esa Unggul logo. Each logo consists of a stylized circular emblem with blue and orange curved lines, positioned above the text "Universitas Esa Unggul".

# **LAMPIRAN**

## QUESTIONER

Nama :

Umur :

Pekerjaan :

Alamat :

TB/BB :

Pertanyaan :

1. Apakah anda pernah mengalami cedera pada pinggang dan atau tungkai?  
a. Ya            b. Tidak
2. Apakah anda saat ini mempunyai keluhan sakit/nyeri pada pinggang dan atau tungkai?  
a. Ya            b. Tidak
3. Apakah saat ini anda sedang menjalani program latihan khusus untuk pinggang dan atau tungkai?  
a. Ya            b. Tidak

Lembar Persetujuan :

Dengan ini saya menyatakan setuju dan bersedia untuk dijadikan sampel dalam penelitian skripsi dengan melakukan program penambahan latihan *core stability* pada latihan menenang dengan frekuensi 3 kali seminggu selama 4 minggu

Parung, Februari 2013

(.....)

## **SURAT PERSETUJUAN MENJADI SAMPEL**

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama :

Jenis Kelamin :

Usia :

Alamat :

Dengan ini menyatakan bahwa saya telah diberikan penjelasan oleh peneliti tentang tujuan dan tindakan yang saya dapatkan selama proses penelitian ini. Oleh karena itu saya menyatakan bersedia dan setuju untuk menjadi sampel penelitian dan mengikuti proses penelitian sebanyak 12 kali selama 4 minggu, sesuai penjelasan yang telah diberikan oleh peneliti dalam penelitian dengan judul :

**"EFEK PENAMBAHAN LATIHAN CORE STABILITY PADA LATIHAN  
MENENDANG TERHADAP PENINGKATAN AKURASI TENDANGAN  
PADA PEMAIN FUTSAL"**

Demikianlah pernyataan ini saya setuju untuk dapat dipergunakan sebagaimana semestinya.

Parung, Februari 2013

Peneliti

Sampel Perlakuan

(.....)

(.....)

## DAFTAR RIWAYAT HIDUP

### DATA PRIBADI

Nama : Achmad Zulmi Yusuf  
Alamat : Sawangan Elok blok AA I no.7 Bojongsari-Depok  
No. Telepon : 085693307209  
Tempat, tanggal lahir : Jakarta, 2 Desember 1989  
Agama : Islam

### PENDIDIKAN

1995 - 1996 : SD Negeri 01 Duren Seribu, Kota Bogor  
2001 - 2002 : SMP Negeri 14 Depok  
2004 2007 : SMA Yadika 7 Bogor  
2007 - 2010 : Akademi Fisioterapi UPN "Veteran" Jakarta  
2011 -2013 : Fakultas Fisioterapi, program SI Fisioterapi Universitas Esa  
Unggul