

**SKRIPSI**  
**VARIASI LATIHAN *SIT UP* , *PUSH UP BACK UP* DAN *CORE***  
***STABILITY EXERCISE* SAMA DALAM MENINGKATKAN**  
**AGILITY REMAJA**



Oleh :

**Simon Tri Prasetyo Utomo**

**2009-65-010**

**PROGRAM STUDI D-IV FISIOTERAPI**

**FAKULTAS FISOTERAPI**

**UNIVERSITAS ESA UNGGUL**

**JAKARTA**

**2013**