

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan proposal skripsi ini, dengan judul “Perbedaan Latihan *Crunch* Dengan Kombinasi Latihan *Crunch* Dan *Crossover Sit-Up* Dalam Menurunkan Lingkar Perut Wanita”

Pembuatan skripsi ini dibuat sebagai suatu kewajiban untuk memenuhi salah satu persyaratan memperoleh gelar Sarjana Sains Terapan Fisioterapi.

Pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. Kedua orangtua, Ibu dan Ayah yang sangat penulis sayangi, tidak pernah putus mendoakan, mendukung, dan memberikan motivasi terbesar untuk penulis.
2. Adikku Dzihni Nafilah, yang menemani membuat skripsi sampai larut malam.
3. Keluarga besar dari Ibu dan Ayah yang mendoakan penulis.
4. Terima kasih untuk Alim Ilhamsyah, atas doa, perhatian, dan semangat yang telah diberikan untuk penulis.
5. Bapak Sugijanto, Dipl.PT, M.Fis selaku Dekan Fakultas Fisioterapi, atas semua jasa beliau dalam memberikan ilmu selama 4 tahun ini.
6. Terima kasih kepada Bpk Idrus Jus'at, MSc., Ph.D selaku pembimbing I atas bimbingan dan arahan selama berlangsungnya pembuatan skripsi..
7. Ibu Lenny Agustaria B ,SSt,M.Fis selaku pembimbing II atas masukan, arahan, dan bimbingannya sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.

8. Bapak Syahmirza Indra Lesmana SKM, SSt.FT, M.OR selaku PUDEK I Fakultas Fisioterapi dan dosen Fisioterapi
9. Bapak Muhammad Irfan SKM, SSt.FT, M.FIS selaku PUDEK II Fakultas Fisioterapi dan dosen Fisioterapi.
10. Bu Fujiwaji Ichani SSt.FT, SKM selaku penguji dan dosen Fisioterapi
11. Kak Muthia Munnawarah SSt,M.Fis selaku Kepala Klinik Fisioterapi dan dosen Fisioterapi.
12. Kepada kelompok 3, teman praktek seperjuangan baik suka maupun duka. Resti Selan, Agus Frandes, Iman Pradana, Febry Aryusman.
13. Teman-teman seperjuangan konsul yang telah melewati suka dan duka bersama. Simon Tri Prasetyo Utomo, Ettria Jeni Valentine, Amalia Ranti, Albert Alvian Taneo, dan lain-lain yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu.
14. Seluruh Fisioterapi angkatan 2009, yang telah berjuang dari nol sampai akhir. Sukses selalu untuk kita semua. Amin.
15. Kepada sampel penelitian yang sudah bersedia meluangkan waktu, dan tenaga selama penelitian berlangsung. Semoga dapat bermanfaat.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan skripsi ini masih banyak kekurangan yang harus diperbaiki, oleh sebab itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun.

Jakarta, 30 Agustus 2013

Penulis