

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini, dengan judul “Perbedaan Pengaruh Pemberian Latihan Kombinasi *Leg Curl* Dan *Leg Extension* Dengan *Leg Press* Terhadap Peningkatan Massa Otot *Hamstring* Dan *Quadriceps*”.

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

Pada kesempatanini, penulis ingin mengucapkan terimakasih yang tulus kepada :

1. Allah SWT, karena atas segala rahmat dan karunia-Nya sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.
2. Kedua Orang Tuaku, Mama dan Bapak makasih udah selalu kasi semangat dan doa buat adek serta ngerelain adek untuk “jauh” sementara karena menuntut ilmu.
3. Bapak J. Hardjono, SKM. MARS (Alm), ilmu Bapak akan terus mengalir, terimakasih Pak.
4. Bapak Sugijanto, Dipl. PT, M. Fis selaku DEKAN Fakultas Fisioterapi.
5. Bapak Syahmirza Indra Lesmana, SKM, SSt. FT, M. OR selaku WADEK Fakultas Fisioterapi dan sebagai Pembimbing I yang telah banyak memberikan masukan dan pengarahan materi ilmiah sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
6. Bapak M. Irfan, SSt. FT, M. Fis selaku KAJUR Fakultas Fisioterapi.

7. Kak Muthia Munawwarah, SSt. FT, M. Fis, selaku Pembimbing II yang telah banyak memberikan saran-saran dan motivasi pada penulis sehingga skripsi dapat terselesaikan.
8. Untuk “kekasih hati pujaan bangsa”, makasih udah nemenin hari-hari aku dengan penuh canda tawa serta emosi jiwa, hahahaha. LULUS bareng donk kita!! Semangaaaaattt☺
9. Untuk anak kontrakan dan anak kostan ABC, you’re the best all. Kalian jadi keluarga kiky selama 4 tahun di Jakarta. Kak selvi, dini, widy, octa, ravi, rafindra, bang ichaann, teh dewi, mbak tiwi, viviiii, lope kalian :*
10. Untuk para CAOTers tercacaaaaattt, Fina Rizki, Inayah Wulandari, Panji Setiawan, dan Trisno Arianto yang supeeeeerrr gokil yang udah mengisi hari-hari gue yang indah selama kuliah. (Aseeekkkk, nama-nama lo masuk skripsi gue nih!!!! Hahaha).
11. ‘BOO’ bersaudara, yang selalu memberikan dukungan jarak jauh. Teman sepermainan dari SMA yang masih senantiasa menemani hari-hari walaupun kita jarang ketemu iah :D. Sayaaangg boo semua (chaboo, taboo, megiboo) :*
12. Untuk semua anggota kelompok 8 termasuk Putri Nadia Astari dan Erfan Leo Ricardo, khususnya 8b Yosepha Dertha“Ory” dan Erwin Ofian Rado yang supeeeeeerrr “sangsot”. Ndak ade kitak, ndak ramai suasana praktek oyyy :P
13. Seluruh teman-teman mahasiswa Fisioterapi, khususnya untuk teman seperjuangan angkatan 2008.
14. Kang Oni, Septi, Riza, dan Astrid, temen rusuh saat rebutan konsul kak muthi, gokiiiiill kalian :P. dan teman-teman laen yang tidak bias disebutkan satu

persatu, makasih yang telah memberikan dukungan serta semangat kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini.

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, Juni 2012

Penulis