

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa yang telah memberikan rahmat dan pencerahan kepada penulis sehingga mampu menyelesaikan skripsi dengan judul **“Pengaruh *Suspension Training* dan *Dumbbell Training* terhadap Daya Tahan Otot pada Lansia”**. Adapun tujuan dari penulisan ini adalah untuk memenuhi sebagian persyaratan dalam mendapatkan gelar Sarjana Fisioterapi Program Studi Fisioterapi, Fakultas Fisioterapi Universitas Esa Unggul. Pada kesempatan ini, penulis hendak menyampaikan terimakasih kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan moril maupun materil sehingga skripsi ini dapat selesai. Ucapan terimakasih ini penulis tujukan kepada:

1. Bapak Wahyuddin Ftr., M.Sc, Ph.D. selaku Dekan Fakultas Fisioterapi Universitas Esa Unggul.
2. Ibu Miranti Yolanda Anggita, Ftr., M.Fis selaku Wakil Dekan Fakultas Fisioterapi Universitas Esa Unggul.
3. Bapak Abdul Chalik Meidian, M.Fis, Ph.D selaku Kaprodi Fisioterapi Universitas Esa Unggul.
4. Bapak Syahmirza Indra Lesmana, SKM, Ftr., M.Or selaku dosen pembimbing pertama yang selalu sabar dan meluangkan waktu untuk penulis, membimbing, dan memberikan semangat agar penulis dapat menyelesaikan skripsi.
5. Ibu Muthiah Munawwarah, Ftr., M.Fis selaku dosen pembimbing dua yang selalu sabar, semangat dalam membimbing, dan memberikan motivasi. Sehingga penulis begitu bersamangat dalam mengerjakan skripsi dan dapat menyelesaikan skripsi.
6. Bapak/Ibu dosen fakultas fisioterapi yang telah banyak memberikan ilmu dan menciptakan suasana belajar yang menarik dan kondusif sehingga penulis nyaman belajar di Esa Unggul.
7. Orang tua dan keluarga yang selalu mendoakan dan memberikan dukungan kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini.
8. Teman-teman fisioterapi kelas paralel angkatan 2022 yang selalu memberikan dukungan, memberi informasi perkuliahan, dan bertukar pikiran.

Penulis telah berusaha menyelesaikan skripsi ini sebaik mungkin, peneliti menyadari bahwa skripsi ini masih ada kekurangan. Sehingga penulis berharap apabila ada kritik dan masukan dari para pembaca agar skripsi ini dapat menjadi lebih baik. Akhir kata, penulis berharap semoga skripsi ini berguna bagi para pembaca dan pihak-pihak lain yang berkepentingan.

Jakarta, Februari 2023

Penulis