

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada ALLOH SWT berkat Rahmat dan KaruniaNya penulis mampu menyelesaikan skripsi ini dengan judul “*Beda Pengaruh Senam Aerobic Low Impact Dan Senam Aerobik High Impact Terhadap Penurunan Berat Badan pada Ibu-ibu Rumah Tangga Samson Fitness dan Gym Usia 30 – 40 Tahun*”. Skripsi ini dibuat sebagai salah satu syarat yang wajib dilaksanakan oleh setiap mahasiswa program D- IV Fisioterapi Universitas Esa Unggul untuk mendapat gelar Sarjana Sains Terapan Fisioterapi. Selama penyusunan skripsi ini, penulis memperoleh banyak bimbingan dan bantuan dari berbagai pihak, sehingga dapat menyelesaikannya. Pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan banyak terima kasih yang tulus kepada

1. ALLOH SWT, atas segala Rahmat, Nikmat baik jasmani maupun Rohani serta karuniaNya, sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.
2. Bapak Sugijanto, Dipl.PT, M.Fis selaku Dekan Fakultas Fisioterapi.
3. Bapak Idrus Jus’at, Ph.d, selaku Pembimbing I yang telah meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan serta memberikan saran kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
4. Bapak Drs. Slamet Soemarno, M.Fis selaku Pembimbing II yang telah meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan serta memberikan saran kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.

5. Bapak Syahmirza Indra Lesmana, SKM, Sst.FT, M.OR selaku wakil Dekan dan sebagai Dosen Penguji sidang proposal skripsi yang telah banyak memberikan masukan materi ilmiah.
6. Ibu Mutiah Munawarah selaku dosen dan penguji sidang skripsi. Terima kasih atas waktunya serta ilmunya yang telah diberikan kepada penulis serta saran-sarannya selama praktek dan sidang.
7. Kedua orang tuaku tercinta yang luar biasa memberikan semangat serta memberikan dukungan penuh baik moril maupun materil serta doa-doanya ketika di Makkah, Madinah dan Padang Arafah, serta di Roudhoh ketika berada di Tanah Suci.
8. Untuk Ibu- ibu Rumah Tangga Samson Fitness dan Gym yang telah bersedia menjadi sampel dan sudah mau menyempatkan diri untuk mengikuti penelitian ini sampai akhir.
9. Kakak- kakakku Mbak Ikke & Kak Ade Subarjan, Mbak Prihayati Nurma Fadli & Mas Bim (Raden Mas Bimbing Wirastomo). Terima kasih atas semuanya baik dukungan moril maupun materilnya kalian juga tempat curhat ku baik suka maupun duka.
10. Keponakan-keponakanku Hafizh Alfian Syakur, Nailah Aisyah Putri, Raden Mas Rifat Ibrahim Wirastomo yang sudah membuat ketawa ketika Om kehabisan ide, kalian yang selalu ada dan membuat Om ketawa karena kelucuan kalian.

11. Sepupu- sepupuku Chi-chi, Nuni, Mba Ririn, Mba Sri, Nanda, Dzaki, Nur, Isti, Fitri, Aji, Imam, Wiwin, Indra Makasih yah atas support dari kalian akhirnya penulis selesai juga buat skripsinya

12. Untuk Teman- temanku Tsar, Ian, Meida, Arum, Tati, Nurlia, Musfiah, Lili, Rahmat (mamet), Moel, Adang Hilman, Riky Tambayong, dr.Yogo Pardi Wibowo, dr. Dipa Daulatala, dr. Budi Hatmoko, dr. Rosida Munawarah. Makasih Atas suportnya.

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

Tangerang, Juli 2012

Penulis