



**LEMBAR PERSETUJUAN SIDANG SKRIPSI**

***HOLD RELAX STRETCHING* TIDAK LEBIH BAIK  
DIBANDING *ACTIVE ISOLATED STRETCHING* DALAM  
MENINGKATKAN FLEKSIBILITAS OTOT *HAMSTRING*  
PADA REMAJA USIA 19-21 TAHUN**

Skripsi Ini Disetujui Untuk Dipertahankan Dalam Ujian Sidang Pada Program  
Studi Fisioterapi, Fakultas Fisioterapi Universitas Esa Unggul

Nama : Ade Septea

Nim : 2011-66-126

Pembimbing I

(Abdul Chalik Meidian, SST.Ft, M.Fis)

Pembimbing II

(Pramudya Utama, SST.Ft, M.Fis)