

**PERBEDAAN LATIHAN CRUNCHES DAN LATIHAN
CRUNCHES DI ATAS SWISS BALL TERHADAP
PENINGKATAN DAYA TAHAN OTOT ABDOMINAL PADA
REMAJA PUTRI USIA 17-25 TAHUN**



Skripsi

Disusun untuk memenuhi sebagai persyaratan dalam mendapatkan gelar

Sarjana Fisioterapi

Diajukan Oleh :

Ines Puspa Rini

2011-66-077

**PROGRAM STUDI S-1 FISIOTERAPI
FAKULTAS FISIOTERAPI
UNIVERSITASESAUNGUL**

JAKARTA

2015