

## KATA PENGANTAR

Puji dan Syukur penulis panjatkan kehadiran Tuhan yang Maha Esa atau berkat dan rahmat-NYA penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi dengan judul “Perbedaan Latihan Crunches dan Latihan Crunches Di atas Swiss Ball Terhadap Peningkatkan Daya Tahan Otot Abdominal Pada Remaja Putri Usia 17-25 Tahun ”

Penulisan skripsi ini dapat terselesaikan karena bantuan berbagai pihak, oleh karena itu pada kesempatan ini penulis mengucapkan banyak terima kasih kepada :

1. Bapak Syahmirza Indra Lesmana, SKM, S.Ft, M.OR selaku Dekan Fakultas Fisioterapi.
2. Ibu Muthiah Munawwarah, Sst.Ft, M.Fis selaku Wakil Dekan Fakultas Fisioterapi.
3. Bapak Abdul Chalik Meidian, Amd.Ft, SAP, M.Fis selaku Ketua Jurusan Fakultas Fisioterapi.
4. Ibu Fudjiwati Ichsani SKM,SSt.Ft sebagai pembimbing 1 yang menyempatkan waktunya dan memberi saran serta semangat dalam mengerjakan skripsi
5. Bapak Wismanto S.Ft, S.Pd, M.Fis sebagai pembimbing 2 yang selalu memberikan masukan dan saran dengan sabar serta menyempatkan waktunya dan memberikan semangat dalam mengerjakan skripsi.
6. Kedua orang tuaku tersayang dan adiku yang selalu mendoakan dengan tulus, serta memberikan semangat dalam mengerjakan skripsi.
7. Kepada sahabat-sahabatku, Alnia Puastri Saras, Ayufira Tryasmakarina, Khusnul Khotimah, Annisa Mulya, Dessy Shitnya, Yuniar Elsanti, Suri dan Kinanti yang selalu setia kapanpun saya butuhkan, memberikan semangat dan dukungannya.

8. Dan untuk teman-teman angkatan 2011 terutama Satrio, Fera, Ririn, Dini, Firda, Anita, dan teman-teman seperjuangan kelompok 1 preklinik yang telah memberikan saran dan kritik serta dukungan dan semangat kepada penulis.
9. Kepada Sanggar seni prista dan seluruh sample terimakasih banyak telah membantu dan dengan tulus meluangkan waktu nya selama penelitian.
10. Dan kepada semuanya yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu terimakasih banyak yang telah membantu dalam hal apapun selama penyelesaian skripsi ini.

Oleh karena itu kritikdan saran yang sifatnya membangun, sangat penulis harapkan demi penyempurnaan skripsi ini. Penulis berharap agar penulisan skripsi ini dapat berguna bagi semua pembaca dan rekan-rekan mahasiswa fisioterapi khususnya.

Jakarta, Juni 2015

Penulis