

**PERBEDAAN PENURUNAN LINGKAR PERUT ANTARA
LATIHAN SENAM AEROBIK DENGAN LATIHAN SIT-UP
DAN BICYCLE CRUNCH PADA WANITA USIA 19-23 TAHUN**



Skripsi

Disusun untuk memenuhi sebagian persyaratan dalam mendapatkan gelar
Sarjana Fisioterapi

Diajukan Oleh :

LESTARI HANUM

2011 – 66 – 025

PROGRAM STUDI S-1 FISIOTERAPI

FAKULTAS FISIOTERAPI

UNIVERSITAS ESA UNGGUL

JAKARTA

2015