

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan hidayah-Nya serta kekuatan dan kesehatan, sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan proposal skripsi ini, dengan judul **“Perbedaan Penurunan Lingkar Perut Antara Latihan Senam Aerobik Dengan Latihan Sit-up Dan Bicycle Crunch Pada Wanita Usia 19-23 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, SSt.Ft, M.OR selaku Dekan Fakultas Fisioterapi Universitas Esa Unggul.
2. Ibu Muthiah Munawwarah, Sst.Ft, M.Fia selaku Wakil Dekan Fakultas Fisioterapi Universitas Esa Unggul.
3. Ibu Fudjiwati Ichsani, SKM. SFT sebagai pembimbing I yang dengan sabar telah banyak membimbing serta banyak member masukan dan saran, serta selalu menyempatkan waktunya dan member semangat dalam mengerjakan skripsi.
4. Bapak Idrus Jus’at M.Sc, Ph.D sebagai pembimbing II yang dengan sabar telah banyak memberikan masukan serta pengarahan materi ilmiah dalam penulisan serta penyelesaian skripsi ini.
5. Bapak Abdul Chalik Meridian, Amd. Ft, SAP, M.Fis selaku Kajur Fakultas Fisioterapi yang selalu meberikan semangat kepada saya.

6. Kedua Orang Tuaku, Ayah dan Ibu serta Adik ku tersayang yang selalu memberikan doa dan semangat dalam mengerjakan skripsi.
7. Keluarga Besar ku terutama Nenek ku tersayang , Uwa dan Saudara Sepupuku semuanya yang selalu mendoakan dan memberi semangat yang sangat berharga.
8. Untuk Rizky Priowibowo orang yang selalu ada disaat menemani mengerjakan skripsi dan selalu meberikan doa dan semangat yang amat besar.
9. Untuk kakak-kakak senior di Klinik Fisioterapi yang selalu memberikan ilmu, dukungan, semangat dan nasihat dalam menyelesaikan skripsi ini.
10. Sahabat-sahabatku Beauty, Wery, Reza J, Septi, Rizqa yang selalu menemani hari-hariku, yang selalu ada untuk mengerjakan skripsi bersama-sama, dan selalu berisik dimanapun serta semangat yang sangat besar.
11. Teman-teman seangkatan fisioterapi 2011 yang telah berjuang bersama, sukses selalu buat kita semua.. Amiin.

Penulis menyadari bahwa penulisan skripsi ini kurang sempurna, oleh karena itu kritik dan 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 pada khususnya.

Jakarta, Juli 2015

Penulis