

## HALAMAN PERSEMBAHAN

- ✓ Sujud syukur ku pada-Mu Allah SWT atas kekuatan, rezeki, nikmat serta kemudahan sehingga semua dapat terlewati.
- ✓ Terima kasih kepada Ayah Yahya So'i, S.Pd.,M.Si & Ibu Ratna, S.Pd yang selalu mendoakan, memberikan semangat, dukungan serta motivasi yang tiada henti – hentinya demi keberhasilanku.
- ✓ Terima kasih kepada kedua adik ku Ira Rahmayana dan Ari Hidayatullah serta keluarga besar yang selalu mendoakan dan menanti kepulanganku.
- ✓ Terima kasih kepada dr. Harun Pardede, Sp.KO beserta team medis PPOP DKI atas bimbingannya selama menjalani penelitian.
- ✓ Terima kasih kepada teman – teman yang telah bersedia meluangkan waktunya untuk dijadikan sampel. Semoga setelah ini, kita akan lebih semangat untuk berolahraga demi menjaga kesehatan jasmani dan rohani.
- ✓ Terima kasih para sahabat kos H. Makmun (cynthia, umi, kak rindu, kak tiwi, kak aulia, dian, ita dan nadia) beserta Ibu Siti Kurniasih yang senantiasa saling memberi support selama berada di tanah rantau. Terima kasih untuk 1,5 tahun yang berharga ini.
- ✓ Terima kasih kepada teman – teman fisioterapi eksekutif angkatan 2014. Semoga hubungan kekeluargaan kita tidak berhenti sampai disini saja.
- ✓ Dan terakhir, terima kasih kepada almamater kebanggaanku Universitas Esa Unggul Jakarta.