

SKRIPSI

**PERBEDAAN PENURUNAN LINGKAR PERUT DENGAN
PENAMBAHAN LATIHAN SIT-UP TERHADAP SENAM AEROBIK
PADA WANITA OBESITAS TINGKAT RINGAN USIA 20-40 TAHUN**



Oleh :

Listia Nurbaeti

2013-66-179

PROGRAM STUDI S-1 FISIOTERAPI

FAKULTAS FISIOTERAPI

UNIVERSITAS ESA UNGGUL

JAKARTA

2015