

## KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Wr. Wb

Rasa syukur dan terimakasih penulis panjatkan terhadap kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat , taufik, serta hidayah-Nya kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pengaruh *Pilates Exercise* Terhadap Peningkatan Fleksibilitas Otot *Hamstring* Pada Lansia”. Didalam kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih kepada :

1. Ibu Riyani Wulandari, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Rektor Universitas ‘Aisyiyah Surakarta
2. Ibu Sri Kustiyati, SST., M.Keb selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta
3. Ibu Dita Mirawarti, S.Tr.Ftr., M.Or selaku Ketua Prodi Program Studi Diploma IV Fisioterapi Universitas ‘Aisyiyah Surakarta
4. Ibu Rini Widarti, SSt.FT., M.Or selaku dosen pembimbing yang selalu memberi bimbingan serta saran dan masukan selama proses penyusunan proposal ini.
5. Kedua orang tua saya dan adik kandung saya yang selalu memberikan doa dan dukungan secara moral dan materi.
6. Teman-teman Program Studi DIV Fisioterapi Universitas ‘Aisyiyah Surakarta angkatan 2018.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan. Semoga dengan berbagai kekurangan ini menjadikan pembelajaran yang bermanfaat bagi masa yang akan datang. Penulis mengharapkan skripsi ini memberikan manfaat bagi teman sejawat fisioterapi dan lembaga kesehatan.

Wassalamu'alaikum Wr.Wb

Surakarta, 5 Juli 2022

Penulis