

**PENERAPAN TERAPI RELAKSASI PROGRESIF OTOT
PADA PASIEN LANSIA DENGAN ANSIETAS**

Karya Tulis Ilmiah
diajukan sebagai salah satu persyaratan untuk
memperoleh gelar ahli madya keperawatan



Oleh:

Ary Ardiantoro
NIM: 48933201630

**PROGRAM STUDI D3 KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN
UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG
SEMARANG
2018**

**PENERAPAN TERAPI RELAKSASI PROGRESIF OTOT PADA PASIEN
LANSIA DENGAN ANSIETAS**

Karya Tulis Ilmiah



Oleh:

**Ary Ardiantoro
NIM: 48933201630**

**PROGRAM STUDI D3 KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN
UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG
SEMARANG
2018**

SURAT PERNYATAN BEBAS PLAGIARISME

Saya yang bertanda tangan di bawah ini dengan sebenarnya menyatakan bahwa karya tulis ilmiah ini tanpa plagiarisme dan sesuai dengan ketentuan yang sudah berlaku di fakultas ilmu keperawatan universitas islam sultan agung semarang. Jika dikemudian hari ternyata saya melakukan tindakan plagiarisme, saya bertanggung jawab sepenuhnya dan menerima sanksi yang sudah ditetapkan oleh Universitas Islam Sultan Agung Semarang

Semarang, Mei 2018



Ary ardiantoro

LEMBAR PERSETUJUAN

Karya Tulis Ilmiah Berjudul:

**PENERAPAN TERAPI RELAKSASI PROGRESIF OTOT
PADA LANSIA DENGAN ANSIETAS**

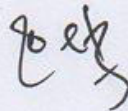
Dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : Ary Ardiantoro

NIM : 48933201630

Telah disahkan dan disetujui oleh Pembimbing pada :

Pembimbing
Tanggal: 11 Mei 2018



Ns. Betie Febriana, M. Kep
NIDN. 0623028802

HALAMAN PENGESAHAN

Karya tulis ilmiah berjudul :

PENERAPAN TERAPI RELAKSASI PROGRESIF OTOT PADA LANSIA DENGAN ANSIETAS

Disusun oleh :

Nama: Ary Ardiantoro
NIM: 48933201630

Telah dipertahankan di depan dewan penguji pada tanggal 14 Mei 2018 dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk diterima

Penguji I
Ns. Wigyo Susanto, M.Kep
NIDN.9940000008

2

Penguji II
Ns.Hj Dwi Heppy Rochmawati, M.Kep.Sp.Kep.J
NIDN.0614087702

Sheppy R

Penguji III
Ns.Betie Febriana, M.Kep
NIDN. 0623028802

Feb



Mengetahui
Dekan FK UNISSULA Semarang
[Signature]
Iwan Ardian, SKM., M. Kep
NIDN. 0622087403

KATA PENGANTAR



Segala puji dan syukur bagi Allah SWT, yang telah memberikan rahmat dan karunianya, sehingga penulis telah diberi kesempatan menyelesaikan karya tulis ilmiah dengan judul: penerapan terapi relaksasi progresif otot pada lansia dengan ansietas

penyusunan karya tulis ilmiah ini dapat terselesaikan sesuai dengan yang direncanakan. Untuk itu, pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan terima kasih pada :

1. Ir.H. Prabowo Setyawan, MT., Ph.D selaku rector Universitas Islam Sultan Agung Semarang
2. Iwan Ardian S KM., M. Kep Dekan Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang.
3. Bapak Ners Muh Abdul Rouf Selaku Kaprodi D3 Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang.
4. Ns. Betie Febriana M. Kep Pembimbing yang telah sabar dan selalu meluangkan waktu dalam memberikan bimbingan, ilmu dan nasehat yang sangat berharga guna menyusun karya tulis ilmiah ini.
6. Bapak H Sunardi tercinta dan Ibu Hj Deni Revolusi ning sih tersayang yang senantiasa mendoakan, menyemangati, dan kasih sayang yang luar biasa sehingga dapat menyelesaikan tugas dengan baik
7. Ponakan Om Ary yang tersayang Alvino dan Qiano yang memberikan semangat

8. Pakde yanto sekeluarga, Bulek nana, budhe nining, bulek endah sekeluarga yang selalu memperhatikan dan membatu untuk kemajuan dan materi pendidikan selama ini.
9. Terimakasih keluarga besar HMJD3 yang selalu memberikan motivasi dan pengalaman selama 3 tahun ini
10. Sahabatku:Alfiyanti Nuril Hidayah, Ayu Navisha, Ghirnicx Muaffa,Khoirul Anib P, Marie Muhammad Mazenyang selalu menyemangati&mengomeli
11. Teman terbaikku dikelas: wiji, manaf, adhitya, rifkyanestu, baehaqi, basori, afriska, dan jannah, lianisa,Hanim, dek Yota, Desty, Hana Dan semua kawan-kawan D3 keperawatan 2015 yang tidak biasa disebutkan satu satu terimakasih selalu membuat kelas menjadi asik selama masa sulit.

penulis menyadari bahwa karya tulis ilmiah ini masih banyak kekuranga Penulis berharap karya tulis ilmiah keperawatan ini nantinya dapat bermanfaat bagi banyak pihak.

Semarang,Mei2018

Penulis