

**PENGARUH *PROGRESSIVE MUSCLE RELAXATION* (PMR)  
TERHADAP KUALITAS TIDUR PADA LANSIA:  
*SYSTEMATIC LITERATURE REVIEW***

**SKRIPSI**

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Mencapai Gelar  
Sarjana Keperawatan

**RISKA HERLINA**

**NIM : AK117032**



**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN DAN NERS  
FAKULTAS KEPERAWATAN  
UNIVERSITAS BHAKTI KENCANA BANDUNG  
2021**