

**PENGARUH PEMBERIAN *BENSON RELAXATION*
TECHNIQUE TERHADAP TINGKAT KECEMASAN LANSIA**

SKRIPSI

**Disusun untuk memperoleh Gelar Sarjana Terapan Kesehatan pada
Program Studi Diploma IV Fisioterapi Universitas 'Aisyiyah Surakarta**



Oleh:

NABELA UMI KAROMAH
E2019029

**PROGRAM STUDI DIPLOMA IV FISIOTERAPI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS 'AISYIYAH SURAKARTA
2023**

**PENGARUH PEMBERIAN *BENSON RELAXATION*
TECHNIQUE TERHADAP TINGKAT KECEMASAN LANSIA**

SKRIPSI



Oleh:

NABELA UMI KAROMAH
E2019029

**PROGRAM STUDI DIPLOMA IV FISIOTERAPI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS 'AISYIAH SURAKARTA
2023**

**PENGARUH PEMBERIAN *BENSON RELAXATION*
TECHNIQUE TERHADAP TINGKAT KECEMASAN LANSIA**

**Disusun untuk memperoleh Gelar Sarjana Terapan Kesehatan pada
Program Studi Diploma IV Fisioterapi Universitas 'Aisyiyah Surakarta**

SKRIPSI

Oleh:

**NABELA UMI KAROMAH
E2019029**

**PROGRAM STUDI DIPLOMA IV FISIOTERAPI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS 'AISYIYAH SURAKARTA
2023**

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi dengan judul:

PENGARUH PEMBERIAN *BENSON RELAXATION TECHNIQUE* TERHADAP TINGKAT KECEMASAN LANSIA

Yang dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Sarjana Terapan Kesehatan Pada Program Studi Sarjana Terapan Diploma IV Universitas 'Aisyiyah Surakarta, sejauh yang saya ketahui bukan merupakan tiruan atau duplikasi dari skripsi yang sudah dipublikasikan dan atau pernah dipakai untuk mendapatkan gelar kersajanaan di lingkungan Universitas 'Aisyiyah Surakarta maupun di Perguruan Tinggi atau Institusi Manapun. Apabila ternyata di kemudian hari penulisan Skripsi ini merupakan hasil plagiat atau penjiplakan terhadap karya orang lain, maka saya bersedia mempertanggung jawabkan sekaligus menerima sanksi berdasarkan aturan tata tertib di Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 24 Mei 2023



Nabela Umi Karomah
E2019029

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Sebagai civitas akademika Universitas 'Aisyiyah Surakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Nabela Umi Karomah

NIM : E2019029

Jenis Karya : Skripsi

Judul : Pengaruh Pemberian *Benson relaxation technique* Terhadap Tingkat Kecemasan Lansia.

Dengan ini menyetujui dan memberikan Hak Bebas Royalti Non-esklusif (*Non-Exclusive Royalty-Free Right*) Kepada Universitas 'Aisyiyah Surakarta atas karya ilmiah saya beserta perangkat yang ada di dalamnya demi pengembangan ilmu pengetahuan, Universitas 'Aisyiyah Surakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pengakalan data (*data base*), merawat dan mempublikasikan skripsi saya selama masih mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai hak cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di Surakarta

Pada tanggal 24 Mei 2023

Yang menyatakan



(Nabela Umi Karomah)

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi dengan judul:

PENGARUH PEMBERIAN *BENSON RELAXATION TECHNIQUE* TERHADAP TINGKAT KECEMASAN LANSIA

Dinyatakan telah disetujui pada ujian Sidang Skripsi Program Studi Sarjana
Terapan Diploma IV Fisioterapi Universitas 'Aisyiyah Surakarta

Surakarta, 20 Mei 2023

Pembimbing



Dita Mirawati, S.Tr.Ftr.,M.Fis
NIDN. 0615059502

Mengetahui

Kaprodi Diploma IV Fisioterapi



Dita Mirawati, S.Tr.Ftr.,M.Fis
NIDN. 0615059502

PENGESAHAN PENGUJI

Skripsi dengan judul:

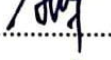


PENGARUH PEMBERIAN *BENSON RELAXATION TECHNIQUE* TERHADAP TINGKAT KECEMASAN LANSIA

Dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Sarjana Terapan Kesehatan Pada Program Diploma IV Fisioterapi Universitas 'Aisyiyah Surakarta. Skripsi ini telah diujikan pada sidang skripsi pada tanggal 24 Mei 2023 dan dinyatakan telah memenuhi syarat/sah sebagai skripsi pada Program Studi Sarjana Terapan Diploma IV Fisioterapi Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 03 Juni 2023

Mengesahkan,

Penguji

1. Alinda Nur Ramadhani, S.Fis.,M.K.M (.....)
NIDN.0609029501
2. Cahyo Setiawan, S.Ftr.,M.K.M (.....)
NIDN.0625109601
3. Dita Mirawati, S.Tr.Ftr.,M.Fis (.....)
NIDN.0615059502

Mengetahui,

Kaprodi ~~DI~~ IV Fisioterapi



Dita Mirawati, S.Tr.Ftr.,M.Fis
NIDN.0615059502

KATA PENGANTAR

Puji syukur atas kehadiran Allah Subhanahu Wata'ala yang telah memberikan rahmat dan hidayah-Nya kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi. Penulis mengucapkan terimakasih:

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 Mirawati, S.Tr.Ftr., M.Fis selaku ketua program Studi Diploma IV Fisioterapi Universitas 'Aisyiyah Surakarta.
4. Ibu Dita Mirawati, S.Tr.Ftr., M.Fis selaku dosen pembimbing yang telah memberikan kritik, saran dan bimbingan untuk menyelesaikan skripsi.
5. Teruntuk diri saya sendiri, terimakasih sudah sabar dan terus berusaha untuk menyelesaikan skripsi ini dengan semaksimal mungkin.
6. Kedua orang tua saya dan adik tersayang yang selalu mendo'a kan, memberi semangat, dukungan dan motivasi tiada henti dalam proses penyelesaian skripsi ini.
7. Sahabat- sahabat saya terimakasih atas doa dan dukungannya yang tak terhingga.
8. Teman- teman seperjuangan Diploma IV Fisioterapi angkatan 2019
9. Semua yang tidak bisa penulis sebutkan satu per satu. Pastinya tak henti-henti penulis sampaikan dan semoga amal baik semua pihak mendapatkan balasan yang berlipat ganda dari Allah SWT.

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

Surakarta, 13 Februari 2023

Penulis