

**PENGARUH TERAPI RELAKSASI BENSON TERHADAP
TINGKAT STRES DAN INSOMNIA PADA LANSIA
DI PANTI SOSIAL TRESNA WERDHA BUDI
SEJAHTERA BANJARBARU**

SKRIPSI



**Oleh:
RUSADI
NPM. 2014201110064**

**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH BANJARMASIN
FAKULTAS KEPERAWATAN DAN ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI S.1 KEPERAWATAN REGULER
BANJARMASIN, 2024**