

KARYA ILMIAH AKHIR

PENERAPAN RELAKSASI OTOT PROGRESIF DALAM  
MENURUNKAN TINGKAT DEPRESI PADA LANSIA DI PANTI  
SOSIAL THRESNA WERDHA BUDI AGUNG KUPANG



OLEH :

LUCKY WILANI RADJA PONO, S.TR.KEP  
PO5303211231450

DIREKTORAT JENDERAL KESEHATAN  
KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA  
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES KUPANG

JURUSAN KEPERAWATAN

PRODI PROFESI NERS

2024

**Kementerian Kesehatan**  
**Poltekkes Kupang**

📍 Jalan Piet A. Tallo, Liliba, Oebobo,  
Kupang, Nusa Tenggara Timur 85111  
☎ (0380) 8800256  
🌐 <https://poltekkeskupang.ac.id>



“ Penerapan Relaksasi Otot Progresif Dalam Menurunkan Tingkat depresi  
Pada Lansia Di Panti Sosial Thresna Werdha Budi Agung Kupang”

Karya Ilmiah Akhir ini Disusun sebagai Salah Satu Persyaratan Untuk  
Menyelesaikan Profesi Keperawatan Pada Program Studi Ners  
Keperawatan Poltekkes Kemenkes Kupang

Oleh :

**Lucky Wilani Radja Pono, S.Tr.Kep**

**PO5303211231450**

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia

Direktorat Jenderal Kesehatan

Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang

Jurusan Keperawatan

Prodi Pendidikan Profesi Ners