

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 : Lembar POA (Plan Of Action)
- Lampiran 2 : Lembar Perizinan Pengambilan Data
- Lampiran 3 : Lembar Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 4 : Lembar Pertanggung Jawaban Peneliti
- Lampiran 5 : Lembar SOP Relaksasi Progresif
- Lampiran 6 : Lembar Wawancara
- Lampiran 7 : Lembar Observasi Tahapan Relaksasi Progresif
- Lampiran 8 : Lembar Observasi PSQI
- Lampiran 9 : Lembar Konsultasi Pembimbing 1
- Lampiran 10 : Lembar Konsultasi Pembimbing 2
- Lampiran 11 : Dokumentasi
- Lampiran 12 : Hasil Observasi Relaksasi Progresif