

**PENERAPAN SENAM HATHA YOGA TERHADAP  
KUALITAS TIDUR PADA LANSIA DI RW 08 KELURAHAN  
BUBULAK KECAMATAN BOGOR BARAT KOTA BOGOR**

**KARYA TULIS ILMIAH**



Disusun oleh :

**SAIDA RAMDAYANTI**

**NIM. P17320321072**

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN (KAMPUS BOGOR)**

**PROGRAM DIPLOMA TIGA**

**POLITEKNIK KESEHATAN KESEHATAN BANDUNG**

**2024**

**PENERAPAN SENAM HATHA YOGA TERHADAP  
KUALITAS TIDUR PADA LANSIA DI RW 08 KELURAHAN  
BUBULAK KECAMATAN BOGOR BARAT KOTA BOGOR**

**KARYA TULIS ILMIAH**

Untuk Menyelesaikan Mata Kuliah Karya Tulis Ilmiah  
Program Studi Keperawatan (Kampus Bogor) Program Diploma Tiga  
Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Bandung



Disusun oleh :

**SAIDA RAMDAYANTI**

**NIM. P17320321072**

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN (KAMPUS BOGOR)**

**PROGRAM DIPLOMA TIGA**

**POLITEKNIK KESEHATAN KESEHATAN BANDUNG**

**2024**