

**PENGARUH LAYANAN KONSELING KELOMPOK TEKNIK
RELAKSASI TERHADAP STRES BELAJAR MAHASISWA
SEMESTER AWAL PRODI BK FIP UNIMED
TAHUN AJARAN 2024/2025**

Oleh:

PUTRI AFIYAH SALSABILA
NIM. 1193151008

Telah Dipertahankan di depan Panitia Ujian Skripsi Pada Tanggal 30 September 2025
dan Dinyatakan Telah Memenuhi Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh
Gelar Sarjana Pendidikan Program Studi
Bimbingan dan Konseling

Medan, 13 Januari 2026

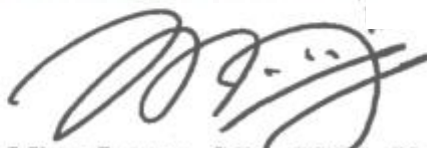
Menyetujui,
Dosen Pembimbing Skripsi



Prof. Dr. Asih Menanti, M.S., S.Psi.
NIP. 196006031985032002

Mengetahui,

Ketua Program Studi Bimbingan Konseling



Mirza Irawan, S.Pd., M.Pd., Kons
NIP. 198606172014041002

**PENGARUH LAYANAN KONSELING KELOMPOK TEKNIK
RELAKSASI TERHADAP STRES BELAJAR MAHASISWA
SEMESTER AWAL PRODI BK FIP UNIMED
TAHUN AJARAN 2024/2025**

Skripsi Diajukan Oleh:

**PUTRI AFIYAH SALSABILA
NIM. 1193151008**

Program Studi S-1 Bimbingan dan Konseling

**Telah Dipertahankan di depan Panitia Ujian Skripsi Pada Tanggal 30 September 2025
dan Dinyatakan Telah Memenuhi Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh
Gelar Sarjana Pendidikan Program Studi
Bimbingan dan Konseling**

Medan, 13 Januari 2026

Panitia Ujian

Ketua



Dr. Zainuddin M., M.Si.
NIP. 196703171992031004

Sekretaris



Mirza Irawan, S.Pd., M.Pd., Kons
NIP. 198606172014041002

PERSETUJUAN PENGUJI

Nama : Putri Afyah Salsabila

NIM : 1193151008

Program Studi : Bimbingan Dan Konseling

Judul Skripsi : Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Teknik Relaksasi Terhadap
Stres Belajar Mahasiswa Semester Awal Prodi BK FIP UNIMED Tahun
Ajaran 2024/2025.

No	Nama	Keterangan	Tanda Tangan
1.	Prof. Dr. Asih Menanti, M.S., S.Psi. NIP. 196006031985032002	Dosen Pembimbing Skripsi	
2.	Dra. Rahmulyani, M.Pd., Kons. NIP. 196105111986012001	Dosen Penguji I.	
3.	Miswanto, S.Pd., M.Pd NIP. 198806162019031014	Dosen Penguji II	
4.	Nindya Ayu Pristanti S.Pd., M.Pd NIP. 199309142019032028	Dosen Penguji III	

THE
Character Building
UNIVERSITY

**HALAMAN PERNYATAAN TENTANG KEASLIAN SKRIPSI DAN
PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME**

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Putri Afiyah Salsabila

NIM : 1193151008

Program Studi : Bimbingan dan Konseling

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi dengan judul **“Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Teknik Relaksasi Terhadap Stres Belajar Mahasiswa Semester Awal Prodi BK FIP UNIMED Tahun Ajaran 2024/2025”** beserta seluruh isinya adalah benar-benar karya saya sendiri. Saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika ilmu yang berlaku dalam masyarakat keilmuan.

Atas pernyataan ini, saya siap menanggung risiko/sanksi apabila di kemudian hari ditemukan adanya pelanggaran etika keilmuan atau ada klaim dari pihak lain terhadap keaslian karya saya ini. Demikianlah surat pernyataan ini dibuat dengan sesungguhnya dan dengan sebenar-benarnya.

Medan, 13 Januari 2026
Yang Membuat Pernyataan



Putri Afiyah Salsabila
NIM. 1193151008