

**PENGARUH STRES AKADEMIK TERHADAP KUALITAS  
TIDUR MAHASISWA TINGKAT AKHIR DALAM  
MENYUSUN SKRIPSI UIN SAYYID ALI RAHMATULLAH  
TULUNGAGUNG DENGAN PERFEKSIONISME SEBAGAI  
VARIABEL MODERATOR**

**SKRIPSI**



**DISUSUN OLEH :**

**DESI ZULIANA SARI (126308202131)**

**DOSEN PEMBIMBING :**

**ZUN AZIZUL HAKIM M. Psi., Psikolog.**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM**

**JURUSAN DAKWAH**

**FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH**

**UIN SAYYID ALI RAHMATULLAH TULUNGAGUNG**

**2024**

**PENGARUH STRES AKADEMIK TERHADAP KUALITAS  
TIDUR MAHASISWA TINGKAT AKHIR DALAM  
MENYUSUN SKRIPSI UIN SAYYID ALI RAHMATULLAH  
TULUNGAGUNG DENGAN PERFEKSIONISME SEBAGAI  
VARIABEL MODERATOR**

**SKRIPSI**

Diajukan kepada Program Studi Psikologi Islam sebagai salah satu syarat untuk  
memperoleh gelar S. Psi



**DISUSUN OLEH :**

**DESI ZULIANA SARI (126308202131)**

**DOSEN PEMBIMBING :**

**ZUN AZIZUL HAKIM M. Psi.,Psikolog.**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM**

**JURUSAN DAKWAH**

**FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH**

**UIN SAYYID ALI RAHMATULLAH TULUNGAGUNG**

**2024**

## LEMBAR PERSETUJUAN

Skripsi dengan judul :

**“PENGARUH STRES AKADEMIK TERHADAP KUALITAS TIDUR  
MAHASISWA TINGKAT AKHIR DALAM MENYUSUN SKRIPSI UIN  
SAYYID ALI RAHMATULLAH TULUNGAGUNG DENGAN  
PERFEKSIONISME SEBAGAI VARIABEL MODERATOR”**

Yang disusun oleh :

Nama Mahasiswa : Desi Zuliana Sari  
NIM : 126308202131  
Program Studi : Psikologi Islam  
Jurusan : Dakwah  
Fakultas : Ushuluddin, Adab dan Dakwah

Disetujui untuk diajukan dalam ujian/sidang skripsi.

Tulungagung..22.....Agustus.....2024

Mengetahui,

Koord. Program Studi,



Citra Ayu Kumala Sari, M.Psi  
NIP.198704182018012001

Dosen Pembimbing,



Zun Azizul Hakim, M.Psi.,Psikolog  
NIP.198509302014031003

LEMBAR PENGESAHAN

“PENGARUH STRES AKADEMIK TERHADAP KUALITAS TIDUR MAHASISWA  
TINGKAT AKHIR DALAM MENYUSUN SKRIPSI UIN SAYYID ALI  
RAHMATULLAH TULUNGAGUNG DENGAN PERFEKSIONISME SEBAGAI  
VARIABEL MODERATOR”

SKRIPSI

Yang disusun oleh :

**DESI ZULIANA SARI**

**126308202131**

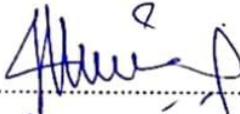
Telah diuji dan dipertahankan di hadapan para penguji pada tanggal 06 Juni 2024 dan telah dinyatakan diterima sebagai salah satu persyaratan memperoleh gelar Strata Satu Sarjana Psikologi Islam (S.Psi).

**Dewan Penguji**

**Tanda Tangan**

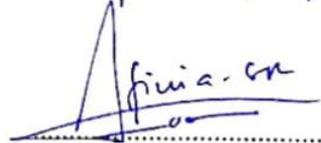
**Penguji Utama**

**Mirna Wahyu Agustina, M.Psi., Psikolog**  
NIP.198608222014032004



**Ketua Penguji**

**Afinia Sandhya Rini, M.Psi., Psikolog**  
NIP.198905202023212058



**Sekretaris Penguji**

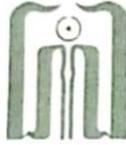
**Zun Azizul Hakim, M.Psi., Psikolog**  
NIP.198509302014031003



Mengesahkan,  
Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah  
UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung



**Prof. Dr. Akhmad Rizqon Khamami, Lc., M.A**  
NIP. 19740829200811006



SURAT PERNYATAAN KESEDIAAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Desi Zuliana Sari  
NIM : 126308202131  
Jurusan : Psikologi Islam  
Fakultas : Ushuluddin, Adab dan Dakwah  
Jenis Karya Ilmiah : Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan Hak Bebas Royalti Non-eksklusif (Non-exclusive Royalty-Free Right) kepada UPT Perpustakaan UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung atas karya ilmiah saya berupa (.Skripsi..) yang berjudul:

"Pengaruh Stres Akademik Terhadap Kualitas Tidur Mahasiswa Tingkat Akhir Dalam Menyusun Skripsi UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung Dengan Perfeksionisme Sebagai Variabel Moderator"

Dengan Hak Bebas Royalti Non-eksklusif ini UPT Perpustakaan UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung berhak menyimpan, alih media/format, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Tulungagung, 23 Agustus 2024  
Yang Menyatakan,

Desi Zuliana Sari  
Nama terang dan tanda tangan

## PERNYATAAN KEASLIAN

Saya yang bertandatangan dibawah ini :

Nama : Desi Zuliana Sari  
NIM : 126308202131  
Semester : 8  
Program Studi : Psikologi Islam  
Fakultas : Ushuluddin, Adab dan Dakwah  
Dosen Pembimbing : Zun Azizul Hakim, M.Psi., Psikolog.  
Judul Skripsi : Pengaruh Stres Akademik Terhadap Kualitas Tidur Mahasiswa Tingkat Akhir Dalam Menyusun Skripsi UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung Dengan Perfeksionisme Sebagai Variabel Moderator.

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang saya tulis benar-benar hasil penelitian atau hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambilan tulisan orang lain yang saya akui sebagai hasil tulisan saya sendiri, kecuali pada bagian-bagian yang dirujuk pada sumbernya dan disebutkan dalam daftar rujukan. Apabila dikemudian hari ditemukan kesalahan dalam pernyataan ini, maka saya siap menerima konsekuensi yang berlaku.

Demikian pernyataan ini, dibuat dengan penuh kesadaran tanpa ada paksaan dari pihak manapun agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Tulungagung, 21 Mei 2024

A handwritten signature in black ink is written over a 1000 Rupiah Indonesian banknote. The signature is cursive and appears to read 'Desi Zuliana Sari'. The banknote features the Garuda Pancasila emblem and the number '1000'.

Desi Zuliana Sari

126308202131