

**PENGALAMAN INDIVIDU DENGAN KECENDERUNGAN  
DEPRESI**

**SKRIPSI**



Oleh:

**Afifah Luthfi Arrumaisha**

**NIM. 126308213204**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM  
FAKULTAS USHULUDDIN ADAB DAN DAKWAH  
UIN SAYYID ALI RAHMATULLAH TULUNGAGUNG**

**JUNI 2025**

## **AKTIVITAS FISIK PADA INDIVIDU DENGAN KECENDERUNGAN DEPRESI**

### **SKRIPSI**

Disusun dalam rangka untuk memenuhi salah satu persyaratan  
menempuh program Sarjana (S1) Psikologi Islam  
Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah  
UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung



Oleh:

**Afifah Luthfi Arrumaisha**

**NIM. 126308213204**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM  
FAKULTAS USHULUDDIN ADAB DAN DAKWAH  
UIN SAYYID ALI RAHMATULLAH TULUNGAGUNG  
JUNI 2025**

## **PERSETUJUAN PEMBIMBING**

**Skripsi dengan judul “Pengalaman Individu dengan Kecenderungan Depresi” yang ditulis oleh Afifah Luthfi Arrumaisha ini telah diperiksa dan disetujui untuk diujikan.**

Pembimbing	Tanggal	Tanda tangan
Muthia Maharani, M.Psi., Psikolog	25 Juni 2025	

**Mengetahui,  
Koordinator Program Studi**



**Germino Wahyu Broto, M. Si**  
**NIP.198003012014031001**

## PENGESAHAN

Skripsi dengan judul "Pengalaman Individu Dengan Kecenderungan Depresi" yang ditulis oleh Afifah Luthfi Arrumaisha ini telah dipertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung pada hari Kamis, tanggal 26 Juni 2025 dan diterima sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi (S. Psi).

### DEWAN PENGUJI

#### Dewan Penguji

##### Penguji Utama

Nama: Lilik Rofiqoh, S.Hum., M.A.  
NIP. 198107212011012010

#### Tanda Tangan



##### Ketua Penguji

Nama: Chablul Chaq, M.Psi  
NIP. 198808052025211016

##### Sekretaris Penguji

Nama: Muthia Maharani, M.Psi., Psikolog.  
NIP. 1990071620231432

Mengesahkan,



Rahmad Rizqon Khamami, Lc., M.A.  
NIP. 197408292008011006

## **PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN**

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Afifah Luthfi Arrumaisha  
NIM : 126308213204  
Jurusan/Prodi : Psikologi Islam  
Fakultas/Program : Ushuluddin Adab dan Dakwah

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi yang saya tulis ini benar- benar tulisan saya dan bukan merupakan plagiasi baik sebagian atau seluruhnya. Apabila di kemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan bahwa skripsi ini hasil plagiasi, baik sebagian atau seluruhnya, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Tulungagung, Juni 2025

Saya yang menyatakan,



Afifah Luthfi Arrumaisha

NIM. 126308213204



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
SAYYID ALI RAHMATULLAH TULUNGAGUNG  
UPT PERPUSTAKAAN**

Jalan Mayor Sujadi Timur Nomor 46 Tulungagung - Jawa Timur 66221  
Telepon (0355) 321513, Website : <http://perpustakaan.uinsatu.ac.id>

**SURAT PERNYATAAN KESEDIAAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH**

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Afifah Luthfi Arrumaisha  
NIM : 126308213204  
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:

**Pengalaman Individu dengan Kecenderungan Depresi**

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, 12 November 2025



Afifah Luthfi Arrumaisha

NIM : 126308213204