

**EFEKTIVITAS *JOURNALING* SEBAGAI MEDIA REDUKSI
STRES PADA NARAPIDANA DI LPKA BLITAR
(STUDI EKSPERIMEN)**

SKRIPSI



Oleh

Putri Faridatul Hasna

NIM. 126308213282

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SAYYID ALI
RAHMATULLAH
TULUNGAGUNG
MEI 2025**

**EFEKTIVITAS *JOURNALING* SEBAGAI MEDIA REDUKSI
STRES PADA NARAPIDANA DI LPKA BLITAR
(STUDI EKSPERIMEN)**

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

Putri Faridatul Hasna
NIM. 126308213282

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SAYYID ALI
RAHMATULLAH
TULUNGAGUNG
MEI 2025**

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi dengan judul "Writing Therapy : Studi Eksperimen Tentang Efektivitas Journaling Sebagai Media Reduksi Stres Pada Narapidana Di LPKA Blitar" yang ditulis oleh Putri Faridatul Hasna. Ini telah diperiksa dan disetujui untuk diujikan.

Promotor/Pembimbing	Tanggal	Tanda Tangan
Afinia Sandhya Rini, M.Psi.	19 Juni 2025	

Mengetahui,
Ketua Jurusan/Prodi



Amrullah Ali Moebin, S.Pd.I., M.I.Kom.
NIP. 198806042019031013

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi dengan judul “Efektifitas *Journaling* Sebagai Media Reduksi Stres Pada Narapidana Di LPKA Blitar (Studi Eksperimen)” yang ditulis oleh Putri Faridatul Hasna ini telah dipertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung pada hari Rabu tanggal 25 Juni 2025 dan diterima sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar sarjana Psikologi.

DEWAN PENGUJI

Dewan Penguji

Tanda Tangan

Ketua Penguji

Erwan Efendi, M.Psi.,M.A
NIP. 1980041820181094

()

Penguji Utama

Dr. Mulia Ardi, M.Phil
NIP.198007242014031001

()

Sekretaris

Afinia Sandhya Rini, M.Psi
NIP.198905202023212058

()

Mengesahkan,

Prof. Dr. Kholid Ushuluddin, Adab dan Dakwah
Universitas Islam Negeri Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung



Prof. Dr. Kholid Rizqon Khamami, Lc., M.A
NIP. 1974082920080110006

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Putri Faridatul Hasna
NIM : 126308213282
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, 25 Juni 2025

Saya yang menyatakan



Putri Faridatul Hasna

NIM. 126308213282



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 : PUTRI FARIDATUL HASNA
NIM : 126308213282
Jurusan : PSIKOLOGI ISLAM
Fakultas : USHULUDDIN, ADAB, DAN DA'WAH (FUAD)
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:

EFEKTIVITAS JOURNALING SEBAGAI MEDIA REDUKSI
STRES PADA NARAPIDANA DI LPKA BLITAR
(STUDI EKSPERIMEN)

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, 11 Juni 2026
Yang Menyatakan,



Putri Faridatul H.
Nama terang dan tanda tangan