EFEKTIVITAS LAYANAN PEMBERIAN INFORMASI BERBANTU APLIKASI OKY UNTUK MENINGKATKAN REGULASI EMOSI PADA MASA PMS SMPN 1 SUMBERGEMPOL

SKRIPSI

Friska Salsabila Ainunisa

NIM. 1860306221010

PROGRAM STUDI BIMBINGAN KONSELING ISLAM

JURUSAN DAKWAH

FAKULTAS USHULUDDIN ADAB DAN DAKWAH

UIN SAYYID ALI RAHMATULLAH TULUNGAGUNG

2026

EFEKTIVITAS LAYANAN PEMBERIAN INFORMASI BERBANTU APLIKASI OKY UNTUK MENINGKATKAN REGULASI EMOSI PADA MASA PMS SMPN 1 SUMBERGEMPOL

Diajukan kepada Prodi S1 UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung sebagai Persyaratan Penyusunan Skripsi

Oleh

Friska Salsabila Ainunisa

NIM. 1860306221010

PROGRAM STUDI BIMBINGAN KONSELING ISLAM

JURUSAN DAKWAH

FAKULTAS USHULUDDIN ADAB DAN DAKWAH

UIN SAYYID ALI RAHMATULLAH TULUNGAGUNG

2026

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi dengan judul "Efektifitas Aplikasi Oky Untuk Meningkatkan Regulasi Emosi Pada Masa Pms Siswi Smpn 1 Sumbergempol" Yang ditulis oleh Friska Salsabila Ainunisa ini telah diperiksa dan disetujui untuk diujikan.

Promotor/Pembimbing	Tanggal	Tanda Tangan
Sri Ajeng Kusumanigrum, M.Pd	19 juni 2026	

Mengetahui,

Ketua Jurusan/Prodi

Koordinator Prodi

Dr. M. Sholihuddin Zuhdi, M.Pd

NIP. 19880614202321123

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi dengan judul "Efektivitas Bimbingan Kelompok Layanan Pemberian Informasi Berbantu Aplikasi Oky Untuk Meningkatkan Regulasi Emosi Pada Masa Pms Smpn 1 Sumbergempol" yang ditulis Friska Salsabila Ainunisa ini telah dipertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung pada hari Senin tanggal 03 Agustus 2026 dan diterima sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana Sosial.

DEWAN PENGUJI

Dewan Penguji	Tanda Tangan
Ketua Penguji: **Febri Tri Cahyono, M.Pd.** NIP. 199102222025211011	.....
Penguji Utama: **Dr. Dzinnun Hadi, S. Sos. I, M. Pd.** NIP. 199201072023211017	.....
Sekretaris: **Sri Ajeng Kusumaningrum, M.Pd** NUPTK. 1992123120231438	.....

Mengesahkan,
Dekan Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah
Universitas Islam Negeri Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung

Prof. Dr. Akhmad Rizqon Khamami, Lc, M.A
NIP. 197408292008011006

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Friska Salsabila Ainunisa

NIM : 1860306221010

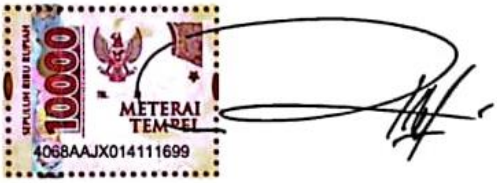
Prodi : Bimbingan Konseling Islam

Fakultas : Ushuludin Adab dan Dakwah

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

Tulungagung, 03 Agustus 2026

Saya yang menyatakan



Friska Salsabila Ainunisa

1860306221010

PERNYATAAN KESEDIAAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH

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	:	Friska Salsabila Ainunisa
NIM	:	1860306221010
Jurusan	:	Bimbingan Konseling Islam
Fakultas	:	Ushuludin 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:

Efektivitas Layanan Pemberian Informasi Berbantu Aplikasi Oky Untuk Meningkatkan Regulasi Emosi Pada Masa Pms Smpn 1 Sumbergempo.

Dengan Hak Bebas Royalti Non-ekslusif 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, 03 Agustus 2026
Yang Menyatakan,



Friska Salsabila Ainunisa

MOTO

“*Bukanlah orang yang kuat itu karena mampu mengalahkan orang lain, tetapi orang yang kuat adalah orang yang mampu mengendalikan dirinya ketika marah.”*

—HR. Bukhari dan Muslim—

“Mengelola emosi bukan berarti menghilangkan perasaan, tetapi belajar memahami dan mengarahkannya dengan bijaksana.”

—Penulis—

PERSEMBAHAN

Dengan penuh rasa syukur kehadirat Allah SWT atas segala rahmat, kasih sayang, pertolongan, dan kemudahan yang telah diberikan dalam setiap langkah perjalanan hidup saya. Atas izin dan ridha-Nya, akhirnya karya sederhana ini dapat terselesaikan dengan baik. Skripsi ini bukan hanya sekadar hasil dari sebuah proses akademik, tetapi juga menjadi bagian dari perjalanan panjang yang penuh dengan pembelajaran, perjuangan, kesabaran, dan doa.

Dalam proses penyelesaian skripsi ini, terdapat banyak cerita yang tidak selalu terlihat oleh orang lain. Ada rasa lelah yang harus dilalui, ada keraguan yang harus dikalahkan, serta ada doa-doa yang terus dipanjatkan agar setiap langkah diberikan kemudahan. Melalui perjalanan ini, saya belajar bahwa setiap proses memiliki makna, setiap usaha membutuhkan kesabaran, dan setiap perjuangan akan menemukan hasilnya ketika dijalani dengan sungguh-sungguh.

Dengan segala kerendahan hati dan rasa hormat, karya ini saya persembahkan kepada orang-orang yang telah memberikan arti, dukungan, dan kekuatan dalam perjalanan saya:

1. Untuk ayah dan ibu tercinta, Terima kasih atas segala doa yang tidak pernah berhenti dipanjatkan, kasih sayang yang selalu diberikan, serta pengorbanan yang tidak pernah dapat terbalaskan dengan apa pun. Terima kasih telah menjadi tempat pertama saya belajar tentang arti kesabaran, perjuangan, dan ketulusan. Setiap keberhasilan yang saya capai tidak terlepas dari doa dan dukungan Bapak dan Ibu. Semoga karya sederhana ini dapat menjadi salah satu bentuk kecil dari rasa terima kasih dan kebanggaan untuk kalian.
2. Kepada Ibu Sri Ajeng Kusumaningrum, M.Pd selaku dosen pembimbing saya, terima kasih atas waktu, kesabaran, arahan, serta bimbingan yang telah diberikan selama proses penyusunan skripsi ini. Setiap masukan yang diberikan menjadi bagian penting dalam

penyelesaian karya ini dan menjadi bekal berharga bagi saya ke depannya.

3. Untuk sahabat-sahabat terbaik saya lu'luul fauziah, rouna, hera, umi serta teman – teman angkatan 2022 Terima kasih telah menjadi tempat berbagi cerita, mendengarkan keluh kesah, memberikan semangat, dan selalu percaya bahwa saya mampu melewati setiap proses yang ada. Walaupun tidak selalu bersama dalam setiap keadaan, dukungan dan doa kalian menjadi hal yang sangat berarti bagi saya.
4. Terakhir, untuk diri saya sendiri. Terima kasih karena telah memilih untuk tetap bertahan dan menyelesaikan apa yang telah dimulai. Terima kasih karena tetap berusaha meskipun dalam perjalanan ini terdapat banyak rasa lelah, takut, dan keraguan. Tidak semua perjuangan harus diketahui oleh orang lain, tetapi setiap usaha yang dilakukan selalu memiliki nilai. Hari ini menjadi bukti bahwa dengan kesabaran, doa, dan usaha, sesuatu yang dahulu terasa sulit akhirnya dapat dilewati.

Semoga pencapaian ini menjadi awal dari perjalanan yang lebih baik. Semoga ilmu yang diperoleh dapat memberikan manfaat bagi diri sendiri maupun orang lain, khususnya dalam memberikan kontribusi bagi perkembangan bidang Bimbingan dan Konseling.

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah Swt. yang senantiasa melimpahkan rahmat, taufik, dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Shalawat serta salam semoga senantiasa tercurah kepada junjungan Nabi Muhammad Saw., keluarga, sahabat, serta seluruh umatnya yang istiqomah mengikuti ajarannya hingga akhir zaman.

Penulis menyadari bahwa proses penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari bantuan, dukungan, arahan, serta bimbingan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan penuh rasa hormat dan ketulusan hati, penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

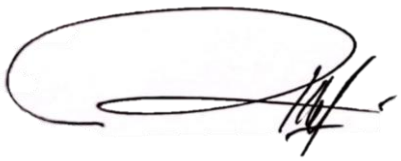
1. Bapak Prof. Dr. H. Abd. Aziz, M.Pd.I. selaku Rektor Universitas Islam Negeri Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung.
2. Bapak Prof. Dr. H. Abad Badruzaman, Lc, M.Ag, selaku Wakil Rektor Bidang Akademik dan Pengembangan Lembaga Universitas Islam Negeri Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung.
3. Bapak Prof. Dr. Akhmad Rizqon Khamami, Lc., M.A. selaku Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah Universitas Islam Negeri Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung.
4. Bapak Dr. Nurul Hidayat, M.Ag., selaku Wakil Dekan Bidang Akademik dan Pengembangan Lembaga Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah Universitas Islam Negeri Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung.
5. Bapak Dr. Muhammad Sholihuddin Zuhdi, S.Sos.I., M.Pd. selaku Koordinator Program Studi Bimbingan Konseling Islam
6. Ibu Sri Ajeng Kusumaningrum, M.Pd selaku Dosen Pembimbing yang telah memberikan pengarahan dan koreksi sehingga penelitian dapat terselesaikan.
7. Segenap Bapak/Ibu dosen Program Studi Bimbingan Konseling Islam yang telah memberikan ilmu, pengalaman, dan motivasi selama masa perkuliahan.
8. Teman-teman Program Studi Bimbingan Konseling Islam Angkatan 2022, khususnya kelas BKI C yang senantiasa memberikan dukungan serta semangat dalam menyelesaikan skripsi ini.

9. Semua pihak yang telah membantu dan memberikan kontribusi, baik secara langsung maupun tidak langsung, sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih memiliki keterbatasan dan jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, kritik dan saran yang membangun sangat diharapkan demi perbaikan dan penyempurnaan karya ini. Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi penulis, pembaca, serta pihak-pihak yang membutuhkan.

Tulungagung, 03 Agustus 2026

Penulis



Friska Salsabila Ainunisa

1860306221010