

KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Alhamdulillah, puji syukur kehadirat Allah SWT. yang telah melimpahkan karunia-Nya sehingga skripsi ini dapat terselesaikan, meski dalam wujud sederhana. Shalawatullah wa Salamuhu semoga selalu tercurahkan keharibaan Nabi Muhammad SAW. Karena beliau adalah yang mengajarkan kepada kita segalanya tentang cinta.

Skripsi dengan judul *Efektivitas Teknik Relaksasi Untuk Membantu Siswa Mengatasi Stres Dalam Belajar di MAN 1 Pamekasan* ini dapat terselesaikan berkat dukungan semua pihak, maka penulis mengucapkan terima kasih khususnya kepada yang terhormat:

1. Dr. H. Mohammad Kosim, M.Ag selaku Rektor Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Madura.
2. Dr. Atiqullah, S.Ag.M.Pd selaku Dekan Tarbiyah Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Madura.
3. Muhammad Jamaluddin, M.Pd selaku KAPRODI Bimbingan Dan Konseling Pendidikan Islam (BKPI)
4. Dr. H. Achmad Muhlis, MA selaku dosen pembimbing skripsi penulis.
5. Seluruh dosen dan karyawan IAIN Madura yang telah banyak membantu selama penulis kuliah.
6. MAN 1 Pamekasan yang telah memberikan kemudahan dalam penelitian.

7. Kedua orang tua penulis Sukaryo dan Juhairiyah yang selalu mengayomi, memberikan semangat dan telah mencurahkan segala perhatian dan do'anya selama ini.
8. Saudara penulis Sitti Nur Aisyah yang selalu memberikan dukungan, semangat, serta do'a baiknya untuk penulis.
9. Tunangan penulis Nurul Laili yang selalu memberikan dukungan, semangat, serta do'a baiknya untuk penulis.
10. Ketiga sahabat penulis Ummul Fariyah, Yulistiana Widiarni, dan Yunita Dwi Santi yang selalu menemani dan membantu penulis.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan. Maka dari itu, masukan dan saran sangat diharapkan serta mohon maaf beribu-ribu maaf, karena sejauh mana penulis berilmu pasti terdapat kesalahan/kekurangan.

Akhirnya semoga penulisan skripsi ini memberikan manfaat yang besar.
Amin.

Wallahul musta'an ila sabilil huda.

Pamekasan, 01 April 2020

Penulis

Nur Karimatul Laili
NIM. 20160701090106