

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah segala puji bagi Allah Subhanahu Wa Ta'ala atas ridho dan karunia-Nya, peneliti dapat menyelesaikan penelitian yang berjudul **“Efektivitas *Expressive Writing Therapy* untuk Menurunkan Derajat Stres pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Sosial”**. Penelitian ini disusun sebagai salah satu syarat kelulusan Program Studi S1 Psikologi Universitas Bhakti Kencana. Setiap kesulitan ataupun kemudahan yang telah dilalui selama proses penyusunan skripsi adalah kehendak Allah sebagai proses pembelajaran bagi diri peneliti.

Peneliti menyadari bahwa dalam proses penyelesaian skripsi ini banyak pihak yang telah membantu dan terus mendukung peneliti baik secara moril maupun materil. Skripsi ini dapat terselesaikan tentu dari bimbingan serta dorongan dari berbagai pihak. Pada kesempatan ini peneliti ingin menyampaikan rasa terimakasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini, diantaranya kepada:

1. Bapak Hj. A. Mulayana, S.H., M.Pd., M.H.Kes selaku Ketua Yayasan Adhi Guna Kencana yang telah memberikan beasiswa penuh, sehingga peneliti dapat menyelesaikan perkuliahan hingga tuntas.
2. Bapak Dr. apt. Entris Sutrisno., MH.Kes selaku Rektor Universitas Bhakti Kencana.
3. Bapak Nur Rakhmanto Heryana, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku dekan dan dosen pembimbing yang selalu membimbing dengan baik, meluangkan waktu untuk memberikan saran dan pengarahan kepada peneliti dalam proses penulisan skripsi ini, serta selalu memberikan motivasi agar saya dapat menyelesaikan skripsi ini dengan tepat waktu.
4. Ibu Myrna Anissaniwaty, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku Ketua Program Studi Psikologi yang telah membantu dan menyetujui penulis dalam penulisan skripsi ini.
5. Ibu Ermilda, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku dosen pembimbing akademik yang selalu memberikan semangat, dorongan, bantuan, dan tak lelah mengingatkan agar pantang menyerah dalam menyelesaikan perkuliahan ini, serta atas pengalaman berharga yang telah diberikan kepada saya.

6. Seluruh dosen dan civitas akademika Fakultas Ilmu Sosial atas ilmu yang tak ternilai harganya, masukan, pemikiran dan tenaga selama proses pembelajaran yang dapat menambah wawasan bagi peneliti.
7. Kedua orang tua Ibunda tercinta Elis Nursida dan Ayahanda tercinta Cucu yang telah menjadi orang tua yang sangat luar biasa bagi saya, berjuang mempertaruhkan waktu, tenaga, materi, selalu mendukung, mendoakan tiada henti, serta merawat dengan penuh kasih sayang yang luar biasa, sehingga selalu menjadi motivasi untuk menyelesaikan skripsi ini.
8. Keluarga saya, terutama kakak dan adik yang saya sayangi. Selain itu, saya juga ucapkan terimakasih kepada keluarga besar yang telah memberikan semangat dan motivasi yang tiada hentinya baik nasihat dan arahan kepada saya.
9. Sahabat terbaik saya Siti Aryati, Siti Santika, Siti Salis Qoidah, Milena Febri Diwanti, Mutiara Salsabilla yang selalu mendengarkan, mengerti, dan memberikan dukungan serta bantuan dalam setiap situasi apapun.
10. Sahabat-sahabat seperjuangan di rumah karantina Ika, Elis, Ismi, Nelvy, Aninda, Fauzan, dan Adit yang selalu membersamai, saling mengingatkan, memberikan semangat yang tiada henti, serta telah mewarnai kehidupan perkuliahan, tanpa kalian saya mungkin tidak akan menikmati perjalanan kuliah penuh suka duka ini.
11. Ibu Yunda Fitrian, S.Psi sebagai *trainer* dalam penelitian ini, terimakasih atas waktu yang telah diluangkan dan ilmu yang diberikan, sehingga penelitian ini dapat berjalan dengan baik.
12. Siti Santika dan Nelvy Kusmiadewi selaku fasilitator dalam penelitian ini, atas tenaga dan waktu yang diluangkan untuk membantu segala proses persiapan, pelaksanaan penelitian hingga tuntas.
13. Seluruh responden dalam penelitian ini yang telah bersedia berpartisipasi, meluangkan waktunya untuk membantu menyelesaikan penelitian ini
14. Semua pihak yang telah membantu saya yang tidak bisa disebutkan satu persatu terimakasih atas doa, serta dukungan yang sangat berharga bagi saya.

15. Diri saya sendiri, terimakasih sudah berusaha keras dan berjuang hingga bisa mencapai titik ini. Mampu mengendalikan diri dari berbagai tekanan dan tidak menyerah sesulit apapun proses skripsi ini, dengan berusaha menyelesaikan skripsi ini semaksimal mungkin merupakan pencapaian yang patut dibanggakan untuk diri sendiri, terimakasih Diriku.

Sebagai manusia biasa peneliti menyadari penyusunan skripsi ini jauh dari kata sempurna karena keterbatasan kemampuan dan ilmu pengetahuan yang dimiliki peneliti. Oleh karenanya atas kesalahan dan kekurangan dalam penulisan skripsi ini, peneliti memohon maaf dan bersedia menerima kritikan yang membangun. Terakhir harapan peneliti, semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi siapa saja yang membacanya.

Bandung, Maret 2024

Sarah Faulia Azhara

NPM. 201FS012