



---

**Pengaruh Regulasi Diri Dan Manajemen Waktu Terhadap Stres Akademik Pada Mahasiswa Akhir Universitas Muhammadiyah Sidoarjo**  
*The Influence of Self-Regulation and Time Management on Academic Stress in Final Students at Muhammadiyah University of Sidoarjo*

Fahim Nurik Kautsar  
202030100030

Dosen Pembimbing  
Ghozali Rusyid Affandi, S.Psi., M.A.

Dosen Penguji  
Widyastuti, M.Psi., Psikolog  
Dosen Penguji  
Nurfi Laili, M.Psi., Psikolgi

**Program Studi Psikologi**  
**Fakultas Psikologi dan Ilmu Pendidikan**  
**Universitas Muhammadiyah Sidoarjo**  
**Agustus 2024**

**LEMBAR PENGESAHAN**

Judul : Pengaruh Regulasi Diri Dan Manajemen Waktu Terhadap Stres Akademik Pada Mahasiswa Akhir Universitas Muhammadiyah Sidoarjo

Nama Mahasiswa : Fahim Nurik Kautsar  
NIM : 202030100030

Disetujui oleh

Dosen Pembimbing  
Ghozali Rusyid Affandi, S.Psi., M.A.



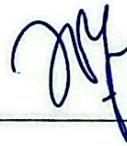
---

Dosen Penguji 1  
Widyastuti, M.Psi., Psikolog



---

Dosen Penguji 2  
Nurfi Laili, M.Psi., Psikolgi



---

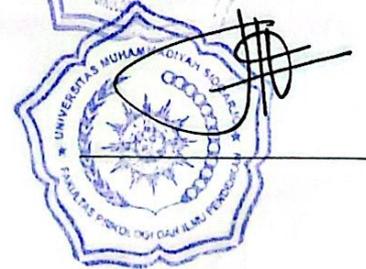
Diketahui oleh

Ketua Program Studi  
Ghozali Rusyid Affandi, S.Psi.,M.A.  
NIP/NIK : 212498



---

Dekan  
Dr. Septi Budi Sartika, M.Pd.  
NIP/NIK : 210390



---

Tanggal Ujian  
5 Agustus 2024

Tanggal Lulus  
5 Agustus 2024

## DAFTAR ISI

<b>A. BAGIAN PENGESAHAN</b>	
SAMPUL.....	1
LEMBAR PENGESAHAN.....	2
DAFTAR ISI.....	3
SURAT PERNYATAAN PUBLIKASI ILMIAH.....	4
PERNYATAAN MENGENAI KARYA TULIS ILMIAH DAN SUMBER INFORMASI SERTA PELIMPAHAN HAK CIPTA.....	5
<b>B. ARTIKEL</b>	
i. JUDUL.....	1
ii. PENDAHULUAN.....	1
iii. METODE.....	3
iv. HASIL DAN PEMBAHASAN.....	4
v. KESIMPULAN.....	8
vi. UCAPAN TERIMA KASIH.....	8
vii. REFERENSI.....	8

## DAFTAR ISI

### SURAT PERNYATAAN PUBLIKASI ILMIAH

Yang bertanda tangan dibawah ini, saya:

Nama Mahasiswa : Fahim Nurik Kautsar  
NIM : 202030100030  
Program Studi : Psikologi  
Fakultas : Psikologi Dan Ilmu Pendidikan

**DAN**

Dosen Pembimbing : Ghozali Rusyid Affandi, S.Psi., M.A.  
NIK/NIP : 212498  
Program Studi : Psikologi  
Fakultas : Psikologi Dan Ilmu Pendidikan

**MENYATAKAN** bahwa, karya tulis ilmiah dengan rincian:

Judul : Pengaruh Regulasi Diri Dan Manajemen Waktu Terhadap Stres Akademik Pada Mahasiswa Akhir Universitas Muhammadiyah Sidoarjo

Kata Kunci : Regulasi Diri, Manajemen Waktu, Stress Akademik

#### TELAH:

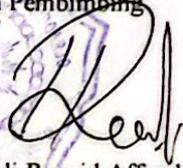
1. Disesuaikan dengan petunjuk penulisan di Universitas Muhammadiyah Sidoarjo. Berdasarkan Surat Keputusan Rektor UMSIDA tentang Pedoman Karya Tulis Ilmiah Mahasiswa.
2. Lolos uji cek kesamaan sesuai ketentuan yang berlaku di Universitas Muhammadiyah Sidoarjo.

#### SERTA\*:

- Bertanggung jawab untuk** melakukan publikasi karya tulis ilmiah tersebut ke jurnal ilmiah/prosiding sesuai ketentuan Surat Keputusan Rektor UMSIDA tentang Pedoman Karya Tulis Ilmiah. Khususnya Lampiran Huruf B.
- Menyerahkan tanggung jawab untuk** melakukan publikasi karya tulis ilmiah tersebut ke jurnal ilmiah/prosiding sesuai ketentuan Surat Keputusan Rektor UMSIDA tentang Pedoman Karya Tulis Ilmiah. Khususnya Lampiran Huruf B kepada Bidang Pengembangan Publikasi Ilmiah DRPM UMSIDA.

Demikian pernyataan dari saya, untuk dipergunakan sebagaimana mestinya. Terima Kasih

Menyetujui,  
Dosen Pembimbing



Ghozali Rusyid Affandi, S.Psi., M.A.  
NIP/NIK. 212498

\*Centang salah satu.

Sidoarjo, (29/07/2024)

Mahasiswa



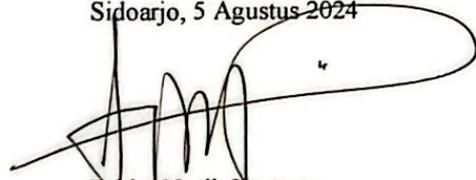
Fahim Nurik Kautsar  
NIM. 202030100030

**PERNYATAAN MENGENAI KARYA TULIS ILMIAH DAN SUMBER INFORMASI SERTA  
PELIMPAHAN HAK CIPTA**

Dengan ini saya menyatakan bahwa karya tulis ilmiah tugas akhir saya dengan judul **“Pengaruh Regulasi Diri Dan Manajemen Waktu Terhadap Stres Akademik Pada Mahasiswa Akhir Universitas Muhammadiyah Sidoarjo”** adalah karya saya dengan arahan dari dosen pembimbing dan belum diajukan dalam bentuk apapun kepada perguruan tinggi mana pun. Sumber informasi yang berasal atau dikutip dari karya yang diterbitkan maupun tidak diterbitkan dari penulis lain telah disebutkan dalam teks dan dicantumkan dalam Daftar Pustaka di bagian akhir karya tulis ilmiah tugas akhir saya ini.

Dengan ini saya melimpahkan hak cipta dari karya tulis saya kepada Universitas Muhammadiyah Sidoarjo

Sidoarjo, 5 Agustus 2024



Fahim Nurik Kautsar

NIM. 202030100030