

**PENGARUH TERAPI RELAKSASI OTOT PROGRESIF TERHADAP STRES PADA
GURU**

SKRIPSI

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat

Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi

Pada Fakultas Psikologi UIN Sunan Gunung Djati Bandung

Oleh :

Nurulita Fadhilah Hidayati

1186000162



SUNAN GUNUNG DJATI
BANDUNG

uin

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUNAN GUNUNG DJATI
BANDUNG

BANDUNG

2022 M/ 1444 H