

**KONSELING BEHAVIORAL DENGAN
TEKNIK RELAKSASI DALAM MENGATASI
INSOMNIA PADA REMAJA**

(Studi Kampung Rengat Masjid Desa Karyasari Kecamatan Cikedal
Kabupaten Pandeglang Banten)

SKRIPSI

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat
Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Sosial (S.Sos)
Pada Jurusan Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah
Universitas Islam Negeri, Sultan Maulana Hasanuddin Banten



Oleh :

ULFAH SARI

NIM. 161340144

**BIMBINGAN KONSELING ISLAM
FAKULTAS DAKWAH
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SULTAN MAULANA HASANUDDIN BANTEN
TAHUN 2021 M/1443 H**