



SKRIPSI

Judul:

Efektivitas Mindfulness terhadap Stress Akademik pada
Mahasiswa: Literature Review

Disusun oleh:

ANASTASYA MAGDALENA PUTRI DARMAWAN
NIM. 705210085

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS TARUMANAGARA
2025

Pengesahan

Nama : ANASTASYA MAGDALENA PUTRI DARMAWAN
NIM : 705210085
Program Studi : PSIKOLOGI
Judul Skripsi : Efektivitas Mindfulness terhadap Stress Akademik pada Mahasiswa: Literature Review
Title : The Effectiveness of Mindfulness on Academic Stress in College Students: Literature Review

Skripsi ini telah dipertahankan di hadapan Dewan Penguji Program Studi PSIKOLOGI Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara pada tanggal 18-Desember-2024.

Tim Penguji:

1. NAOMI SOETIKNO, Dr., M.Pd., Psikolog.
2. LINDA WATI, S.Psi., M.Psi.
3. ROSWIYANI, Ph.D, Psikolog

Yang bersangkutan dinyatakan: **LULUS.**

Pembimbing:
ROSWIYANI, Ph.D, Psikolog
NIK/NIP: 10706003



Jakarta, 18-Desember-2024
Ketua Program Studi



ZAMRALITA, Dr.M.M., Psikolog