

**TERAPI *MINDFULNESS* SEBAGAI STRATEGI REGULASI
EMOSI: STUDI ANALISIS BUKU *MINDFUL LIFE* KARYA
DARMAWAN AJI**



**NAMA:
BROH NURHAYATI
NIM: 1730502081**

PROGRAM STUDI BIMBINGAN PENYULUHAN ISLAM

**FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI (UIN)
RADEN FATAH PLEMBANG**

2022

**TERAPI *MINDFULNESS* SEBAGAI STRATEGI REGULASI
EMOSI: STUDI ANALISIS BUKU *MINDFUL LIFE* KARYA
DARMAWAN AJI**



SKRIPSI

**Diajukan Untuk Melengkapi Salah Satu Syarat Guna Memperoleh
Gelar Sarjana S1 Dalam Ilmu Dakwah Dan Komunikasi Jurusan
Bimbingan Dan Penyuluhan Islam**

**Oleh:
BROH NURHAYATI
NIM: 1730502081**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN PENYULUHAN ISLAM
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI (UIN)
RADEN FATAH PALEMBANG
1443 H / 2022 M**