

PERSETUJUAN PEMBIMBING TESIS

Tesis dengan judul “Pengaruh Praktik *Mindful Breathing* dan *Mindful Sitting* Terhadap Stres Akademik Siswa SMA Nanyang Zhi Hui Medan” karya,

Nama : Ferry

NIM : 20210100015

Program Studi : Pendidikan Keagamaan Buddha (S2)

telah disetujui oleh Pembimbing Tesis untuk diajukan ke Ujian Tesis

Boyolali, 01 September 2023

Pembimbing I,

Pembimbing II,



Dr. Kabri, S.Ag., M.Pd., M.Pd.B.

Julia Surya, S.Pd.B., M.A., Ph.D.

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN KEAGAMAAN BUDDHA (S2)
SEKOLAH TINGGI ILMU AGAMA BUDDHA SMARATUNGGGA**

PERSETUJUAN TESIS

Tanggal: 15 September 2023


Program Studi Pendidikan Keagamaan Buddha (S2)
Sekolah Tinggi Ilmu Agama Buddha Smaratungga Boyolali
Menerima Tesis yang ditulis oleh:


FERRY


Berjudul

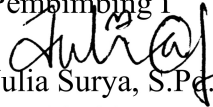
**PENGARUH PRAKTIK *MINDFUL BREATHING* DAN
MINDFUL SITTING TERHADAP STRES AKADEMIK
SISWA SMA NANYANG ZHI HUI MEDAN**

Sebagai bagian dari persyaratan untuk memperoleh gelar
MAGISTER PENDIDIKAN KEAGAMAAN BUDDHA



Dr. Burmansah, M.Pd.
Ketua/Penguji/Penguji I


Dr. Penijan M.Pd.
Penguji II


Dr. Kabri, S.Ag., M.Pd., M.Pd.B.
Pembimbing I


Julia Surya, S.Pd.B., M.A., Ph.D.
Pembimbing II

Mengetahui



Dr. Suherman, S.Kom., M.M.
Ketua Program Studi