

**EFEKTIVITAS KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK  
*MINDFULNESS BASED STRESS REDUCTION* (MBSR) UNTUK  
MENGURANGI *BURNOUT AKADEMIK* SISWA SMP PLUS  
MAULANA MALIK IBRAHIM NGUMPAKDALEM**

**SKRIPSI**



Disusun Oleh

Sinta Nuria  
3320200384

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS NAHDLATUL ULAMA SUNAN GIRI**

**2024**