

---



# Jurnal Rasa Syukur

---



Jurnal Terpandu 30 Hari



Entri Harian

Dibuat dengan LoomJournals

---

# Cara Menggunakan Jurnal Ini

---

Selamat datang di jurnalmu! Berikut beberapa tips agar kamu mendapatkan manfaat maksimal:

- 1 Sisihkan beberapa menit setiap hari untuk menulis
- 2 Jujurlah dan tulislah dengan bebas tanpa menghakimi
- 3 Cobalah menulis di waktu yang sama setiap hari agar menjadi kebiasaan
- 4 Tinjau kembali catatanmu setiap minggu untuk menemukan pola

- 
- Tulis tiga sampai lima hal yang Anda syukuri setiap hari
  - Jelaskan satu momen positif dari hari Anda
  - Tulis afirmasi pribadi untuk Anda bawa



Pindai untuk panduan lengkap cara menggunakan jurnal ini



























































