

UJI VALIDITAS DAN RELIABILITAS TERHADAP BUTIR *ITEM* KUESIONER *MINDFULNESS* FOKUS ASPEK EMOSI PADA REMAJA DENGAN MASALAH MENTAL EMOSIONAL DI KLINIK TALENTA CENTER BEKASI

Andi Anggraini Syarifuddin

Abstrak

Masalah mental emosional merupakan salah satu masalah kesehatan jiwa yang perlu perhatian lebih, khususnya pada remaja karena regulasi emosi yang dimiliki relatif belum matang. Masalah mental emosional yang berkepanjangan dapat menyebabkan penyakit fisik, penurunan intelektualitas, gangguan somatik, dan depresi. Maka dari itu dilakukan intervensi untuk mengatasi masalah tersebut salah satunya merupakan terapi *mindfulness*. Penelitian ini bertujuan menguji validitas dan reliabilitas kuesioner *mindfulness* aspek emosi. Data dikumpulkan melalui metode *total sampling* pada 30 pasien di Klinik Talenta Center Bekasi yang memenuhi kriteria inklusi yaitu pasien dengan masalah mental emosional (depresi, ansietas, self-harm, ADHD, OCD), pasien berusia 10-24 tahun, serta pasien dengan masalah mental emosional yang sudah mendapat terapi *mindfulness* minimal 5 kali. Adapun kriteria eksklusi yaitu pasien yang tidak setuju untuk mengisi kuesioner dan pasien yang tidak mengisi kuesioner dengan lengkap. Jenis penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif dengan desain penelitian *cross-sectional*. Hasil uji validitas menunjukkan 16 butir *item* kuesioner valid dengan r hitung $>$ r tabel (0,3610) dan 6 lainnya tidak valid dengan r hitung $<$ r tabel (0,3610). Hasil uji reliabilitas pada 16 *item* tersebut menunjukkan reliabel dengan *Cronbach alpha coefficient* $>$ 0,7. Kuesioner *mindfulness* aspek emosi memiliki hasil uji validitas dan reliabilitas yang baik sehingga layak digunakan sebagai instrumen penelitian. Hasil penelitian ini juga didukung oleh Baer et al. (2006); Feldman et al. (2007); dan Santarneckchi et al. (2014) yang menemukan bahwa praktik *mindfulness* mampu meningkatkan kemampuan regulasi emosi. Tetapi masih dibutuhkan penelitian lanjutan untuk merevisi dan menguji ulang *item* yang tidak valid.

Kata kunci : kuesioner terapi *mindfulness*, validitas, reliabilitas

VALIDITY AND RELIABILITY TEST ON MINDFULNESS QUESTIONNAIRE ITEMS FOCUSING EMOTIONAL ASPECTS IN ADOLESCENT WITH MENTAL EMOTIONAL PROBLEMS AT TALENTA CENTER BEKASI

Andi Anggraini Syarifuddin

Abstract

Emotional mental problems are one of the mental health problems that need more attention, especially for adolescents because their emotional regulation is relatively immature. Prolonged mental emotional problems can cause physical illness, intellectual decline, somatic disorders, and depression. Therefore, an intervention to overcome this problem is done, one of which is mindfulness therapy. This study aims to test the validity and reliability of the emotional mindfulness questionnaire. Data were collected through the total sampling method on 30 patients at the Talenta Center Clinic Bekasi who met the inclusion criteria, namely patients with mental emotional problems (depression, anxiety, self-harm, ADHD, OCD), patients aged 10-24 years, and patients with mental problems. emotional patients who have received mindfulness therapy at least 5 times. The exclusion criteria were patients who did not agree to fill out the questionnaire and patients who did not fill out the questionnaire completely. This type of research is descriptive quantitative with a cross-sectional research design. The results of the validity test showed that 16 items of the questionnaire were valid with $r_{\text{count}} > r_{\text{table}}$ (0.3610) and the other 6 were invalid with $r_{\text{count}} < r_{\text{table}}$ (0.3610). The results of the reliability test on the 16 items showed reliability with Cronbach alpha coefficient > 0.7 . The emotional aspect of the mindfulness questionnaire has good validity and reliability test results, so it is suitable to be used as a research instrument. The results of this study are also supported by Baer et al. (2006); Feldman et al. (2007); and Santarneckchi et al. (2014) who found that mindfulness practices were able to increase the ability to regulate emotions. However, further research is still needed to revise and retest invalid items.

Key words : *mindfulness therapy questionnaire, validity, reliability*