



**PERSEPSI TERAPIS TERHADAP TERAPI *MINDFULNESS*  
PADA PASIEN DENGAN GANGGUAN MENTAL  
EMOSIONAL**

**SKRIPSI**

**ROMADHONAL QODARUL AKBAR**

**1810211130**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA**

**FAKULTAS KEDOKTERAN**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEDOKTERAN**

**2022**

## PERNYATAAN ORISINALITAS

Skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri dan semua sumber yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan benar.

Nama : Romadhonal Qodarul Akbar

NRP : 1810211130

Tanggal : 17 Juni 2022

Bilamana di kemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan saya, maka saya bersedia dituntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Jakarta, 17 Juni 2022

Yang menyatakan,



METERAI  
LEMPEL  
102AUX983384172

Romadhonal Qodarul Akbar

## PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

---

Sebagai civitas akademik Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Romadhonal Qodarul Akbar  
NRP : 1810211130  
Fakultas : Kedokteran  
Program Studi : Pendidikan Dokter

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta. Hak Bebas Royalti Non eksklusif (*Non-exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul : **“PERSEPSI TERAPIS TERHADAP TERAPI *MINDFULNESS* PADA PASIEN DENGAN GANGGUAN MENTAL EMOSIONAL”**

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti ini Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 17 Juni 2022

Yang Menyatakan,

The image shows a handwritten signature in black ink over a yellow rectangular stamp. The stamp contains the text 'METERAI TEMPEL' and a serial number '27FALX0848234374'. The signature is written in a cursive style.

Romadhonal Qodarul Akbar

## KATA PENGANTAR

Pertama-tama, puji syukur peneliti panjatkan atas kehadiran Allah SWT atas berkat, rahmat dan karunia-Nya peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Persepsi Terapis Terhadap Terapi *Mindfulness* pada Pasien dengan Gangguan Mental Emosional”. Penulisan skripsi ini dilakukan dalam tujuan memenuhi syarat kelulusan untuk memperoleh gelar Sarjana Kedokteran S-1 di Fakultas Kedokteran, Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta.

Peneliti menyadari bahwa penulisan skripsi ini tidak dapat diselesaikan tanpa bantuan banyak pihak yang selalu mendukung peneliti, maka dari itu peneliti ingin mengucapkan terimakasih kepada :

1. Kedua orang tua peneliti, Bapak Komaruddin Uzir , Ibu Nurul Baiti dan Adik peneliti, Muhammad Farhan Tri Putra serta keluarga besar yang senantiasa memberikan dukungan serta doa yang tidak pernah berhenti bagi peneliti dalam menyelesaikan pendidikan untuk menjadi dokter yang berguna bagi agama, bangsa dan negara.
2. Dr. dr. H. Taufiq Fredrik Pasiak, M.Kes, M.Pd.I selaku Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta.
3. Dr. dr. Suzy Yusna Dewi, Sp.KJ(K), MARS. selaku dosen pembimbing 1 yang telah senantiasa meluangkan waktu untuk memberikan arahan, ilmu, kritik, saran dan motivasi yang berharga bagi peneliti ditengah keterbatasan jarak yang terjadi saat ini.
4. dr. Hikmah Muktamiroh M.Med.Ed. selaku dosen pembimbing 2 yang selalu memberikan dukungan, arahan, ilmu, kritik dan bimbingan yang sangat membantu peneliti dalam penyusunan skripsi ini.
5. Dr. dr. Arman Yurisdaldi Saleh, MS, Sp.S. selaku penguji skripsi yang telah memberikan *Feedback* serta arahan dalam penyusunan skripsi ini.
6. Seluruh dosen dan staff pengajar FK UPNVJ yang telah memberikan ilmu dan wejangan yang sangat berguna bagi peneliti.
7. Seluruh asisten peneliti yaitu Muhammad Athalla Raihan Adam S.Ked, Gefbar Faikar Aqbil S.Ked, Irsyadio Raihansa Hadi, Muhammad Isran Aqsa,

Muhammad Zein Mallawat yang telah membantu peneliti dalam proses penelitian skripsi ini.

8. Warga kos resak 23 yaitu Hashfi, Isran, Icad, Gefbar, Ridho, Bayu, Zein, Juli, Akmal, Handro, dan Redam yang selalu memberikan dukungan dan mendengarkan keluhan peneliti selama masa pre-klinik dan penyusunan skripsi ini.
9. Orang terdekat peneliti yakni Dinda Amalia Suryadi, Muhammad Fairuzzaki, Nanda Azka Mulia, Hafizh Rahman yang selalu memberikan semangat serta arahan kepada peneliti ketika merasa bingung dan lelah dalam penyusunan skripsi ini
10. Rekan satu departemen Kejiwaan yaitu Dinda, Rini, dan Kayla yang telah senantiasa menemani bersama menjalani proses penyusunan skripsi.
11. Seluruh mahasiswa FK UPNVJ Angkatan 2018 yang telah menjadi bagian dari perjalanan panjang peneliti selama kuliah kedokteran.

Peneliti menyadari bahwa skripsi ini masih memiliki kekurangan, baik dalam segi penulisan maupun konten yang tercakup. Oleh karena itu, peneliti menerima kritik dan saran yang membangun dalam rangka untuk memperbaiki skripsi ini menjadi lebih baik. Semoga Allah SWT berkenan membalas segala kebaikan dari semua pihak yang telah mendukung peneliti dan semoga hasil skripsi ini dapat memberikan manfaat dalam pengembangan ilmu pengetahuan.

Jakarta, 17 Juni 2022

Peneliti

Romadhonal Qodarul Akbar

## LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi diajukan oleh :

Nama : Romadhonal Qodarul Akbar

NRP : 1810211130

Program Studi : Pendidikan Kedokteran

Judul Skripsi : PERSEPSI TERAPIS TERHADAP TERAPI *MINDFULNESS*  
PADA PASIEN DENGAN GANGGUAN MENTAL EMOSIONAL

Dr. dr. Arman Yurisaldi

Salah Sp.S. MS.

Penguji

Dr. dr. Suzy Yusna Dewi

Sp.KJ(K). MARS.

Pembimbing 1

dr. Hikmah Muktamiroh M.Med.Ed.

Pembimbing 2



Dr. dr. Abdul Fredrik Pasiak, M.Kes, M.Pd.I

Dekan Fakultas Kedokteran

dr. Mila Citra, M.Biomed. Sp.KKLP

Kepala Program Studi Sarjana Kedokteran

Ditetapkan di : Jakarta

Tanggal Ujian : 17, Juni, 2022

# **PERSEPSI TERAPIS TERHADAP TERAPI *MINDFULNESS* PADA PASIEN DENGAN GANGGUAN MENTAL EMOSIONAL**

**Romadhonal Qodarul Akbar**

## **Abstrak**

Penggunaan terapi *mindfulness* telah menunjukkan hasil yang baik dalam menurunkan depresi dan kecemasan. Masalah gangguan mental emosional merupakan masalah yang penting untuk diperhatikan. Oleh karena itu upaya untuk mengatasinya harus dikaji lebih lanjut, salah satunya adalah terapi *mindfulness*. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui persepsi terapis terhadap terapi *mindfulness* pada pasien dengan gangguan mental emosional. Subjek dalam penelitian ini adalah terapis yakni dokter spesialis kedokteran jiwa dan psikolog yang melakukan praktek di klinik talenta center. Pengambilan data dilakukan dengan metode *Focus Group Discussion* (FGD). Analisis data dilakukan dengan metode analisis data kualitatif secara manual, menggunakan metode *open coding* dan *axial coding* dengan Triangulasi oleh dosen pembimbing dan 4 orang asisten peneliti. Berdasarkan penelitian ini diketahui bahwa persepsi penjelasan teoritis responden tentang 8 butir item *mindfulness* memiliki kesamaan, namun terdapat keragaman dalam cara melakukannya. Perlu dilakukan kajian lebih lanjut terhadap penyebab perbedaan cara mengimplementasikan terapi *mindfulness*.

**Kata Kunci** : Persepsi terapis, Terapi *mindfulness*, Gangguan mental emosional.

# **THERAPIST PERCEPTION OF MINDFULNESS THERAPY ON PATIENT WITH EMOTIONAL MENTAL DISORDER**

**Romadhonal Qodarul Akbar**

## ***Abstract***

*The use of mindfulness therapy has shown good results in reducing depression and anxiety, the problem of mental emotional disorders is an important issue to pay attention to. Therefore, to overcome this problem must be studied further, which is mindfulness therapy. This study was conducted to determine the therapist's perception of mindfulness therapy in patients with mental emotional disorders. The subjects in this study were the therapists, namely psychiatrists and psychologists who practiced at the talenta center clinic. Data collection was carried out using the Focus Group Discussion (FGD) method. Data analysis was carried out using qualitative data by manual, using open coding and axial coding methods with triangulation by the supervisor and 4 research assistants. Based on this research, it is known that the respondents' perceptions of the theoretical explanations of the 8 mindfulness items have similarities, but there are variations in how to do it. It is necessary to conduct further studies on the causes of differences in how to implement mindfulness therapy.*

**Keyword :** *Therapist Perception, Mindfulness therapy, Mental emotional disorder.*



## DAFTAR ISI

SKRIPSI.....	i
PERNYATAAN ORISINALITAS .....	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIK.....	iii
KATA PENGANTAR .....	iv
LEMBAR PENGESAHAN .....	vi
Abstrak .....	vii
<i>Abstract</i> .....	viii
DAFTAR ISI.....	ix
BAB 1 .....	1
PENDAHULUAN .....	1
I.1 Latar Belakang .....	1
I.2 Rumusan Masalah.....	2
I.3 Tujuan Penelitian .....	2
I.3.1 Tujuan Umum .....	2
I.3.2 Tujuan Khusus .....	3
I.4 Manfaat Penelitian .....	3
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	4
II.1. Landasan Teori .....	4
II.1.1 Persepsi.....	4
II.1.2 <i>Mindfulness</i> .....	12
II.1.3. Gangguan Mental Emosional .....	17
II.1.4. Orang Dengan Masalah Kejiwaan.....	19
II.2. Kerangka Teori .....	20
II.3. Kerangka Konsep .....	20
II.4. Hipotesis .....	20
BAB III .....	21
METODE PENELITIAN.....	21

III.1. Rancangan Penelitian .....	21
III.2. Lokasi dan Waktu Penelitian .....	21
III.3. Populasi dan Responden .....	21
III.3.1. Populasi .....	21
III.3.2. Sampel .....	22
III.3.3. Kriteria Responden .....	22
III.4. Instrumen Penelitian .....	22
III.5. Metode Pengumpulan data .....	23
III.5.1. Jenis dan Sumber Data .....	23
III.5.2. Teknik Pengumpulan Data .....	23
III.6. Pengolahan dan Analisis Data .....	23
III.7. Uji Validitas dan Realibilitas .....	24
III.7.1. Uji Kredibilitas .....	25
III.7.2. Transfarabilitas .....	26
III.7.3. Uji Dependibilitas .....	26
III.7.4. Uji Konfirmabilitas .....	27
III.8. Definisi Operasional .....	27
III.9. Alur Penelitian .....	29
III.10 Ethical Clearance .....	29
BAB IV .....	30
HASIL DAN PEMBAHASAN .....	30
IV.1. Gambaran Umum Tempat Penelitian .....	30
IV.1.1. Sejarah Singkat Tempat Penelitian .....	30
IV.1.2. Deskripsi Tempat Penelitian .....	31
IV.2. Dinamika FGD .....	31
IV.2.1 Modul 1 Bina <i>Raport</i> .....	31
IV.2.2. Modul 2 Penerimaan Diri .....	33
IV.2.3. Modul 3 Melepaskan Pikiran .....	37
IV.2.4. Modul 4 Cara Mengatasi Situasi Saat Ini yang Tidak Menyenangkan .....	42
IV.2.5. Modul 5 Mengenal Konsep Diri .....	45

IV.2.6. Modul 6 Mengenali Prinsip Kehidupan (Value).....	47
IV.2.7. Modul 7 Berkomitmen untuk Konsisten dengan Perilaku .....	50
IV.2.8. Modul 8 Evaluasi .....	54
IV.3 Diskusi Hasil Penelitian Perbedaan Persepsi.....	56
IV.4 Keterbatasan Penelitian.....	57
BAB V.....	58
PENUTUP.....	58
V.1 Kesimpulan .....	58
V.2 Saran.....	59
LAMPIRAN.....	64
Lampiran 1 .....	64
Lampiran 2 .....	65
Lampiran 3 .....	68
Lampiran 4 .....	75
Lampiran 5 .....	76
Lampiran 6 .....	149
Lampiran 7 .....	151
Lampiran 8 .....	153
Lampiran 9 .....	161