



## **TESIS**

### **Judul:**

Studi Meta-analisis: Efektivitas Mindfulness based Art Therapy dalam Menurunkan Gejala Depresi pada Pasien Kanker

### **Disusun oleh:**

MELISSA  
NIM. 717182009

PROGRAM STUDI MAGISTER PSIKOLOGI PROFESI  
FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS TARUMANAGARA  
2021

## LEMBAR PENGESAHAN

Nama : Melissa

N.I.M. : 717182009

Program Studi : Magister Psikologi

### JUDUL TESIS

Studi meta-analisis: Efektivitas *Mindfulness Based Art Therapy* Terhadap Penurunan Gejala Depresi Pada Pasien Kanker telah diuji pada **Sidang Tesis** pada hari Senin tanggal 25 Januari 2021 dan dinyatakan Lulus oleh Dewan Penguji yang terdiri atas:

1. Ketua : Roswiyani, Ph.D., Psikolog
2. Anggota : Dr. Ir. Rita Markus Idulfilastri, M.Psi.T.

Jakarta, 29 Februari 2021

Pembimbing I




Dr. Monty P. Satriadarma, MS/AT, MCP/MFCC, DCH, Psikolog

Pembimbing II



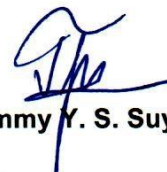
Dr. dr. Arlends Chris, M.Si

Dekan



Dr. Rostiana, M.Si., Psikolog

Ketua Program



Dr. P. Tommy Y. S. Suyasa, Psikolog

## PERNYATAAN TIDAK MELAKUKAN PENJIPLAKAN

Saya, nama Melissa, nomor induk: 717182009

Dengan ini menyatakan menjamin bahwa tesis yang diserahkan kepada Program Studi Magister Psikologi Universitas Tarumanagara,

berjudul: ***Studi meta-analisis: Efektivitas Mindfulness Based Art Therapy Terhadap Penurunan Gejala Depresi Pada Pasien Kanker.***

merupakan **karya sendiri** yang tidak dibuat dengan melanggar ketentuan **plagiarisme** dan **otoplagiarisme**.

Saya menyatakan memahami tentang adanya larangan plagiarisme dan otoplagiarisme tersebut dan dapat menerima segala konsekuensi jika melakukan pelanggaran menurut ketentuan peraturan perundang-undangan dan peraturan lain yang berlaku di lingkungan Universitas Tarumanagara.

Pernyataan ini dibuat dengan penuh kesadaran dan tanpa paksaan dari pihak manapun.

Jakarta, 29 Februari 2021



**Melissa**  
**717182009**

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PENGELOLAAN & PUBLIKASI TESISOLEH  
FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS TARUMANAGARA**

Sebagai sivitas akademik Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama (sesuai KTP): Melissa

NIM 717182009

demikian pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara **Hak Bebas Royalti Noneksklusif** atas karya ilmiah saya yang berjudul:

**STUDI META ANALISIS: EFEKTIVITAS *MINDFULNESS BASED ART THERAPY*  
TERHADAP PENURUNAN GEJALA DEPRESI PADA PASIEN KANKER**

*The Effect of Mindfulness based Art Therapy  
to Reduce Depression Symptoms  
in Cancer Patients: A Meta-analysis Study*

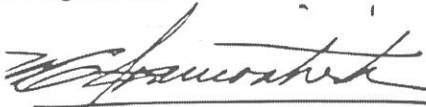
Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini, Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), dan **mempublikasikan** \*) karya ilmiah (tesis) saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta (*author*) atau sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

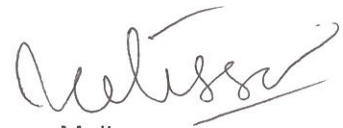
Jakarta, 29 Februari 2021

Yang menyatakan,

Mengetahui,



Dr. Monty P. Satiadarma, MS/AT, MCP/MFCC, DCH, Psikolog



Melissa

Jika karya ilmiah (tesis) sudah pernah dipublikasikan, berikut keterangan mengenai Tahun Terbit, Judul, Nama Media Publikasi, Nama Penerbit, atau Link (URL) Publikasi.

Tahun Terbit : 1 Desember 2021

Judul Karya : Review and Prospect of Mindfulness based Art Therapy in Reducing Symptoms of Depression in Cancer Patients

Nama Media (Judul Jurnal/Prosiding) : Advances in Health Sciences Research, volume 41 Proceedings of the 1st Tarumanagara International Conference on Medicine and Health (TICMIH 2021)

Alamat Link (URL) : <https://www.atlantis-press.com/proceedings/ticmih-21/125965096>

**STUDI META ANALISIS: EFEKTIVITAS *MINDFULNESS BASED ART THERAPY*  
TERHADAP PENURUNAN GEJALA DEPRESI PADA PASIEN KANKER**

**Melissa**

**Monty P Satiadarma**

**Arlends Chris**

**Universitas Tarumanagara**

**Abstrak**

*Mindfulness based Art Therapy* (MBAT) merupakan salah satu psikoterapi yang dapat digunakan untuk mengatasi depresi pada pasien kanker. Meski demikian, masih ditemukan inkonsistensi dari studi-studi terdahulu. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui efektivitas MBAT terhadap penurunan gejala depresi pada pasien kanker. Hasil meta-analisis yang telah dilakukan, ditemukan adanya perbedaan efektivitas dan treatment yang dilakukan pada pasien kanker. Hasil statistik menunjukkan estimasi total efek dari MBAT terhadap penurunan skor depresi dengan efek size sebesar -0,74. Hasil ini mengindikasikan bahwa adanya efek positif dari intervensi MBAT dalam menurunkan depresi dibandingkan dengan tidak diberikannya intervensi atau dengan intervensi pembanding. Dari 5 studi yang diikutsertakan, 3 studi konsisten menemukan bahwa intervensi MBAT efektif dalam menurunkan gejala depresi pada pasien kanker dengan rentang intervensi 2-12 minggu dan durasi intervensi selama 45– 150 menit/sesi dan diberikan oleh professional yang tersertifikasi ataupun terlatih. Adapun saran untuk penelitian selanjutnya adalah dengan memilih karakteristik partisipan yang lebih homogen, serta mengkaji efektivitas MBAT dalam menurunkan kelelahan atau meningkatkan vitalitas serta keberfungsian sosial individu.

**Kata Kunci :** *Mindfulness, Art therapy, Depresi, Kanker, Meta analisis*