

DAFTAR ISI

Halaman

COVER	i
HALAMAN SAMPUL DALAM	ii
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS	iii
HALAMAN PENGESAHAN PEMBIMBING TESIS	iv
HALAMAN PENGESAHAN TESIS	v
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	vi
KATA PENGANTAR	vii
RINGKASAN	x
SUMMARY	xi
ABSTRAK	xii
ABSTRACT	xiii
DAFTAR ISI	xiv
DAFTAR TABEL	xvi
DAFTAR GAMBAR	xvii
DAFTAR LAMPIRAN	xviii
DAFTAR ARTI LAMBANG, SINGKATAN DAN ISTILAH	xix
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	7
1.3 Tujuan.....	8
1.3.1 Tujuan Umum.....	8
1.3.2 Tujuan Khusus.....	8
1.4 Manfaat.....	9
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	9
1.4.2 Manfaat Praktis.....	9
BAB 2 METODE	10
2.1 Protokol dan Registrasi.....	10
2.2 Kriteria Kelayakan.....	10
2.3 Sumber Informasi.....	12
2.4 Seleksi Studi.....	13
2.5 Proses Pengumpulan Data.....	16
2.6 Item Data.....	17
2.7 Resiko Bias dalam Studi.....	18
2.8 Ringkasan Tindakan.....	19
2.9 Metode Analisis.....	20
2.10 Resiko Bias Lintas Studi.....	20
2.11 Analisis Tambahan.....	21
BAB 3 HASIL	22
3.1 Kualitas Studi dan Risiko Bias.....	22
3.2 Karakteristik Studi.....	25
3.3 Karakteristik Responden dari Studi.....	26

3.4 Hasil Studi.....	27
3.4.1 Menurunkan gejala stres, cemas, depresi dan burnout.....	51
3.4.2 Meningkatkan resiliensi terhadap stres dan burnout.....	54
3.4.3 Meningkatkan suasana hati dan kepuasan.....	55
3.4.4 Meningkatkan efisiensi kinerja.....	56
3.4.5 Meningkatkan persepsi positif pada stress.....	59
3.4.6 Meningkatkan konsentrasi.....	60
3.4.7 Meningkatkan kesejahteraan psikologis perawat.....	61
BAB 4 PEMBAHASAN.....	63
4.1 Stress dan Burnout Syndrome.....	63
4.2 Intervensi MBSR.....	63
4.3 Menurunkan gejala stres, cemas, depresi dan burnout.....	64
4.4 Meningkatkan resiliensi terhadap stres dan burnout.....	66
4.5 Meningkatkan suasana hati dan kepuasan.....	68
4.6 Meningkatkan efisiensi kinerja.....	69
4.7 Meningkatkan persepsi positif pada stres.....	71
4.8 Meningkatkan konsentrasi.....	73
4.9 Meningkatkan kesejahteraan psikologis perawat.....	74
4.10 Keterbatasan Studi Literatur.....	75
BAB 5 PENUTUP.....	76
5.1 Kesimpulan.....	76
5.2 Conflict of Interest.....	76
DAFTAR PUSTAKA.....	77

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 PICOS <i>Framework</i>	11
Tabel 2.2 Kata kunci sesuai MeSH.....	13
Tabel 3.1 Hasil pencarian literatur	22
Tabel 3.2 Hasil penilaian studi.....	23
Tabel 3.3 Hasil studi.....	27

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 *Diagram flow* pencarian literature..... 11

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 <i>JBI Critical Appraisal Checklist for RCT</i>	82
Lampiran 2 <i>JBI Critical Appraisal Checklist for Cross-Sectional</i>	83
Lampiran 3 <i>JBI Critical Appraisal Checklist for Quasi-Experimental</i>	84

DAFTAR ARTI LAMBANG, SINGKATAN DAN ISTILAH

MBSR	= <i>Mindfulness Based Stress Reduction</i>
MBCT	= <i>Mindfulness Based Cognitive Therapy</i>
MBSCR	= <i>Mindfulness Based Self-Care and Resiliency</i>
ICU	= <i>Intensive Care Unit</i>
ICCU	= <i>Intensive Cardiac Care Unit</i>
IGD	= Instalasi Gawat Darurat
PRISMA	= <i>Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses</i>
PICOS	= <i>Population, Intervention, Comparison, Outcome, Study design</i>
MeSH	= <i>Medical Subject Heading</i>
JBIC	= <i>The Joanna Briggs Institute</i>
ProQOL	= <i>The Professional Quality of Life</i>
DASS	= <i>Depression Anxiety Stress Scale</i>
SWL	= <i>Satisfaction With Life</i>
SCS	= <i>Self-Compassion Scale</i>
AAQ-II	= <i>Acceptance and Action Questionnaire-II</i>
FFMQ	= <i>The Five Facets of Mindfulness Questionnaire</i>
PSS	= <i>Perceived Stress Scale</i>
MBI	= <i>Maslach Burnout Inventory</i>
MAAS	= <i>Mindful Attention Awareness Scale</i>
NSS	= <i>Nurse Stress Scale</i>
HCP	= <i>Health Care Professional</i>