

VALIDASI MODUL MINDFUL SELF-COMPASSION (MSC) UNTUK MENINGKATKAN EFIKASI DIRI PADA REMAJA DENGAN RISIKO TINGGI PSIKOSIS

ABSTRAK

Di Indonesia, prevalensi gangguan psikosis mengalami peningkatan selama lima tahun terakhir. Keadaan individu dengan risiko tinggi psikosis dapat berkembang sejak usia remaja. Remaja dengan risiko tinggi psikosis memiliki efikasi diri rendah. *Mindful self-compassion* (MSC) adalah suatu program berbasis *mindfulness* dan *self-compassion* yang bertujuan untuk mengembangkan kesadaran dengan penuh cinta kasih. Tujuan penelitian ini adalah memvalidasi modul MSC untuk meningkatkan efikasi diri pada remaja dengan risiko tinggi psikosis. Validasi modul dalam penelitian ini menggunakan dua tahapan. Pertama, validasi isi dilakukan melalui prosedur *professional judgement* yang menunjukkan bahwa modul memiliki validitas yang baik dengan nilai Aiken's V bergerak dari angka 0,55 – 0,80. Kedua, validasi fungsional dilakukan melalui penelitian eksperimen dengan desain *the untreated control group design with dependent pretest and posttest samples*. Partisipan penelitian berjumlah 16 orang remaja yang terbagi dalam kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Hasil penelitian menunjukkan bahwa modul MSC valid untuk meningkatkan efikasi diri pada remaja dengan risiko tinggi psikosis.

Kata kunci: remaja dengan risiko tinggi psikosis, efikasi diri, *mindful self-compassion*.

VALIDATION OF THE MINDFUL SELF-COMPASSION (MSC) MODULE TO IMPROVE SELF-EFFICACY IN ADOLESCENTS AT CLINICAL HIGH RISK FOR PSYCHOSIS

ABSTRACT

In Indonesia, the prevalence in psychosis has increased over the past five years. The state of individuals at clinical high risk for psychosis can develop from the age of adolescence. Adolescents at clinical high risk for psychosis have low self-efficacy. Mindful self-compassion (MSC) is a program based on mindfulness and self-compassion that aims to develop awareness with compassion. The purpose of this study is to validate the MSC module to improve self-efficacy in adolescents at clinical high risk for psychosis. The module validation in this study uses two stages. First, content validation was conducted through professional judgment procedures which shows that the module has good validity with Aiken's V value that moves from 0.55 to 0.80. Second, functional validation was conducted through experimental research with the untreated control group design with dependent pretest and posttest samples. Participants in this study were 16 adolescents which were divided into experimental and control groups. The results showed that the MSC module was valid in increasing self-efficacy in adolescents at clinical high risk for psychosis.

Keywords: *adolescents at clinical high risk for psychosis, self-efficacy, mindful self-compassion.*