

**PENERAPAN TERAPI *MINDFULNESS* DALAM MENURUNKAN
TINGKAT KETERGANTUNGAN NAPZA DI REHABILITASI
YAYASAN DARUL IHSAN KABUPATEN TASIKMALAYA**

KARYA TULIS ILMIAH



RIFAL ADZANI ILHAM

NIM : 11025122092

**PROGRAM STUDI D III KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS BAKTI TUNAS HUSADA
2025**

**PENERAPAN TERAPI *MINDFULNESS* DALAM MENURUNKAN
TINGKAT KETERGANTUNGAN NAPZA DIREHABILITASI
DARUL IHSAN KABUPATEN TASIKMALAYA**

**Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Ahli Madya
keperawatan**

KARYA TULIS ILMIAH



RIFAL ADZANI ILHAM

NIM : 11025122092

**PROGRAM STUDI D III KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS BAKTI TUNAS HUSADA
2025**

**PROGRAM STUDI D III KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN
UNIVERSITAS BAKTI TUNAS HUSADA**

Karya Tulis Ilmiah, Juli 2025

Rifal Adzani Ilham

**Penerapan Terapi Mindfulness dalam Menurunkan Tingkat Ketergantungan
NAPZA di Rehabilitasi Yayasan Darul Ihsan Kabupaten Tasikmalaya**

xiv + 61 halaman + 6 tabel + 13 lampiran

ABSTRAK

Latar Belakang: Penyalahgunaan NAPZA (Narkotika, Psikotropika, dan Zat Adiktif) merupakan masalah serius yang berdampak pada kesehatan fisik, mental, dan sosial individu. Terapi mindfulness dianggap sebagai pendekatan yang efektif untuk menurunkan tingkat ketergantungan terhadap NAPZA di kalangan pengguna. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi penerapan terapi mindfulness dalam rehabilitasi ketergantungan NAPZA di Yayasan Darul Ihsan Kabupaten Tasikmalaya. **Tujuan:** menggambarkan terapi *mindfulness* dalam menurunkan tingkat ketergantungan NAPZA pada pasien di rehabilitasi Yayasan Darul Ihsan. **Metode Penelitian:** Deskriptif Kualitatif. **Hasil:** Hasil menunjukkan bahwa kedua responden mengalami sedikit penurunan dalam tingkat ketergantungan NAPZA setelah penerapan terapi *mindfulness*. Skor DAST-10 responden satu turun dari 7 (sedang) menjadi 3 (ringan), sedangkan responden dua turun dari 6 (sedang) menjadi 4 (ringan). **Kesimpulan:** Setelah diberikan terapi *mindfulness*, responden mengalami perubahan pada tingkat ketergantungan NAPZA. **Saran:** Diharapkan pengurus panti dapat mempertimbangkan terapi mindfulness sebagai bagian dari program rehabilitasi, serta penelitian selanjutnya melibatkan lebih banyak responden untuk meningkatkan validitas dan reliabilitas hasil.

Kata Kunci: Terapi *Mindfulness*, NAPZA

**STUDY PROGRAM D III NURSING
FACULTY OF HEALTH SCIENCES
BAKTI TUNAS HUSADA UNIVERSITY**

Work Write Scientific, July 2025

Rifal Adzani Ilham

Implementation of Mindfulness Therapy in Reducing the Level of Drug Dependence in the Rehabilitation of the Darul Ihsan Foundation, Tasikmalaya Regency

xiv + 61 pages+ 6 tables + 13 appendices

ABSTRACT

Background: The abuse of NAPZA (Narcotics, Psychotropics, and Addictive Substances) is a serious issue that impacts the physical, mental, and social health of individuals. Mindfulness therapy is considered an effective approach to reduce dependency levels on NAPZA among users. This study aims to explore the implementation of mindfulness therapy in the rehabilitation of NAPZA dependency at Yayasan Darul Ihsan, Tasikmalaya. **Research Method:** Descriptive qualitative. **Results:** The results indicate that both respondents experienced reduction in NAPZA dependency levels after the implementation of mindfulness therapy. The DAST-10 score for respondent one decreased from 7 (moderate) to 3 (light), while respondent two's score decreased from 6 (moderate) to 4 (light). **Conclusion:** After receiving mindfulness therapy, the respondents changes in their levels of NAPZA dependency. **Suggestion:** It is recommended that the management of the rehabilitation center consider incorporating mindfulness therapy into their rehabilitation programs, and that future research involve a larger number of respondents to enhance the validity and reliability of the findings.

Keyword: Mindfulness Therapy, NAPZA