

# Gambaran mindfulness dan empati pada mahasiswa Universitas Indonesia anggota klub teater, klub olahraga, dan klub tari = Mindfulness and empathy among Universitas Indonesia students member of theater club sports club and dance club

Tendy Asmara, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20473932&lokasi=lokal>

---

Abstrak

**ABSTRACT**

Mahasiswa memiliki minat bermacam selain kegiatan akademik yang dapat disalurkan lewat klub mahasiswa. Klub teater, olahraga, dan tari memiliki kesamaan dalam proses berlatih yang panjang dan performa yang tidak dapat diulang. Fokus dan kerja tim dalam klub memerlukan mindfulness dan empati yang baik. Penelitian ini bertujuan untuk melihat gambaran mindfulness dan empati pada mahasiswa Universitas Indonesia yang bergabung sebagai aktor di klub teater, atlet di klub olahraga, dan penari di klub tari. Studi dilakukan pada 166 sampel mahasiswa Universitas Indonesia, 50 mahasiswa klub teater dan 52 mahasiswa klub olahraga, dan 64 mahasiswa klub tari. Mindfulness diukur dengan Mindful Attention Awareness Scale Brown Ryan, 2003 dan empati diukur dengan Interpersonal Reactivity Index Davis, 1980. Analisis data menggunakan statistik deskriptif, one-way ANOVA, dan wawancara sebagai data tambahan. Statistik deskriptif menunjukkan bahwa kelompok tari memiliki mindfulness dan empati yang paling tinggi. ANOVA menunjukkan bahwa terdapat perbedaan mindfulness dan empati pada ketiga kelompok. Data wawancara menunjukkan adanya peran mindfulness dan empati pada proses kegiatan mahasiswa di klub. Penelitian ini diharapkan dapat dikembangkan untuk melihat peran langsung mindfulness dan empati terhadap performa pada aktivitas di klub.

---

**ABSTRACT**

Students have various interests so that they join students club. Theater, sports, and dance club have some similarities like lengthy training process and unrepeatable performances. Focus and team working in club need a high level of mindfulness and empathy. This research aims to describe mindfulness and empathy of Universitas Indonesia student actors in theater clubs, athletes in sports clubs, and dancers in dance clubs. 166 students Universitas Indonesia undergraduate students participated in this study 50 theater clubs members, 52 sports clubs members, and 64 dance club members. Mindfulness was measured using Mindful Attention Awareness Scale MAAS developed by Brown and Ryan 2003, and empathy was measured using Interpersonal Reactivity Index IRI developed by Davis 1980. Data were analyzed with descriptive statistics, one way ANOVA, and interview as a supplementary. Descriptive statistics showed that dance club students scored highest mindfulness and empathy. ANOVA showed that there were statistically significant differences in mindfulness and empathy between groups. Interview provided the role of mindfulness and empathy on involvement in clubs. Further research are suggested to be developed in order to examine the role of mindfulness and empathy on performance on those clubs directly.