

ABSTRAK

Tuberkulosis (TB) merupakan penyakit infeksi dengan angka kematian tertinggi di dunia. *Fatigue* merupakan keluhan yang umum dijumpai pada pasien TB tetapi *under-diagnosed* dan *under-treated*. Intervensi *mindfulness-based* terbukti efektif menurunkan gejala psikosomatis seperti *fatigue* pada pasien-pasien penyakit kronis. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan desain *quasi-experimental pre-test* dan *post-test* pada satu grup intervensi. Metode tersebut digunakan untuk menganalisis pengaruh praktik *mindfulness-based cognitive therapy* (MBCT) terhadap tingkat *fatigue* pasien TB Paru. Pengambilan sampel menggunakan teknik *convenience sampling*. Total responden adalah 32 orang yang memenuhi kriteria inklusi yaitu pasien TB Paru, usia >18 tahun, Warga Negara Indonesia, mampu berkomunikasi dalam bahasa Indonesia, secara subjektif mengeluhkan *fatigue* dan bersedia mengikuti penelitian. Teknik pengumpulan data adalah data primer. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner Fatigue Assessment Scale (FAS) versi Bahasa Indonesia. Intervensi yang dilakukan adalah 6 sesi latihan MBCT. Distribusi responden laki-laki sebesar 59.4% dan perempuan sebesar 40.6% (n=32), rerata responden berusia 41.38 tahun (SD=9.54) dengan jumlah terbanyak berada pada rentang umur 46–55 tahun sebesar 50% responden, rerata lama pengobatan OAT adalah 4,72 minggu (SD=1.75). Hasil : rerata skor *fatigue pre-test* : 26.91 (SD=5.89) dan *post-test* : 18.75 (SD=3.19) (95% CI:6.91-9.4, t:13.35). Uji statistik *paired sample t-test* dan *pearson chi-square* secara konsisten didapatkan *p-value*=0.000 (*p*<0.05). Kesimpulan : terdapat pengaruh signifikan intervensi MBCT terhadap penurunan tingkat *fatigue* pada pasien TB Paru di Ruang Isolasi Kemuning. Saran : penelitian lebih lanjut pada populasi yang lebih besar dengan menggunakan instrumen terkini dan melibatkan *mindfulness-based therapy provider* yang terlatih dan tersertifikasi sangat dianjurkan.

Kata kunci : *fatigue*, MBCT, *mindfulness*, TB Paru