

DAFTAR TABEL

Table 2.1 Penelitian Terdahulu.....	6
Tabel 2.2 Kategori Aplikasi.....	53
Tabel 2.3 Frekuensi dan <i>Note Singing Bowl</i>	63
Tabel 3.1 Rincian Pernyataan Kuesioner <i>FFMQ</i>	80
Tabel 3.2 Pertanyaan Wawancara Praktisi <i>Mindfulness</i>	81
Tabel 3.3 Rincian Eksperimen Lapangan.....	83
Tabel 3.4 Eksperimen Lapangan.....	84
Tabel 3.5 Eksperimen <i>UI/UX</i> Aplikasi <i>Mindfulness</i>	86
Tabel 3.6 Survei Pengguna.....	86
Tabel 3.6 Alur <i>Usability Testing</i>	91
Tabel 3.8 Pertanyaan <i>Usability Testing</i>	92
Tabel 3.9 Tugas <i>FFMQ</i>	93
Tabel 3.10 Pertanyaan <i>FFMQ</i>	94
Tabel 4.1 Data Wawancara Praktisi <i>Mindfulness</i>	96
Tabel 4.2 Data Eksperimen Multisensori.....	100
Tabel 4.3 Data Eksperimen <i>UI/UX</i> Aplikasi <i>Mindfulness</i>	103
Tabel 5.1 <i>User Journey Map</i>	143
Tabel 5.2 Hasil <i>Usability Testing</i> Partisipan 1.....	156
Tabel 5.3 Hasil <i>Usability Testing</i> Partisipan 2.....	158
Tabel 5.4 Hasil <i>Usability Testing</i> Partisipan 3.....	160
Tabel 5.5 Aset <i>User Testing (FFMQ)</i>	162
Tabel 5.6 Hasil <i>FFMQ</i>	164
Tabel 5.7 Hasil Akumulasi Skor <i>FFMQ</i>	167