

THE IMPLEMENTATION AND EFFECT OF MINDFUL LEARNING ON STUDENTS' WRITING SKILLS IN SMA NEGERI 4 SINGARAJA

SKRIPSI



**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN BAHASA INGGRIS (S1)
JURUSAN BAHASA ASING
FAKULTAS BAHASA DAN SENI
UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA**



- UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 Ayat 1 "Informasi Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti hukum yang sah"
- Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan BSR - BSSN, validitas dokumen elektronik ini bisa dicek menggunakan aplikasi mobile VeryDS oleh BSR
- Cetakan dokumen ini merupakan salinan dari file dokumen bertandatangan elektronik yang keabsahannya dapat diakses melalui scan QRCode yang terdapat pada sertifikat ini.



- UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 Ayat 1 "Informasi Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti hukum yang sah"
- Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan BSR - BSSN, validitas dokumen elektronik ini bisa dicek menggunakan aplikasi mobile VeryDS oleh BSR
- Cetakan dokumen ini merupakan salinan dari file dokumen bertandatangan elektronik yang keabsahannya dapat diakses melalui scan QRCode yang terdapat pada sertifikat ini.

SKRIPSI

DIAJUKAN UNTUK MELENGKAPI TUGAS DAN MEMENUHI SYARAT-SYARAT UNTUK MENCAPAI GELAR SARJANA PENDIDIKAN



Pembimbing I	Dr. Kadek Sonia Piscayanti, S.Pd., M.Pd. NIP.198403042008122002
Pembimbing II	Ni Wayan Monik Rismadewi, S.Pd., M.Pd. NIP.198810242023212030



- UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 Ayat 1 "Informasi Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti hukum yang sah"
- Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan BSrE - BSSN, validitas dokumen elektronik ini bisa dicek menggunakan aplikasi mobile VeryDS oleh BSrE
- Cetakan dokumen ini merupakan salinan dari file dokumen bertandatangan elektronik yang keabsahannya dapat diakses melalui scan QRCode yang terdapat pada sertifikat ini.

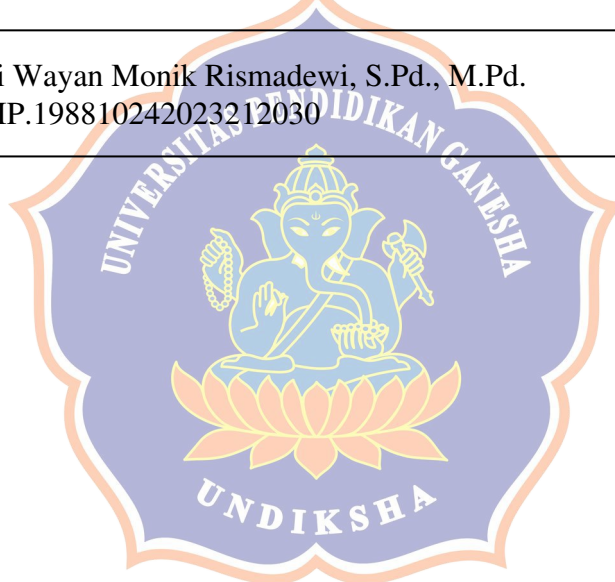


**Balai Besar
Sertifikasi
Elektronik**

Skripsi oleh I WAYAN WISTIANANTA ini
telah dipertahankan di depan dewan penguji
Pada tanggal 22 Juli 2026

Dewan Penguji

Ketua	Prof. Dr. I G A Lokita Purnamika Utami, S.Pd., M.Pd. NIP.198304022006042001
Anggota	Luh Gede Eka Wahyuni, S.Pd., M.Pd. NIP.198812012015042003
Anggota	Dr. Kadek Sonia Piscayanti, S.Pd., M.Pd. NIP.198403042008122002
Anggota	Ni Wayan Monik Rismadewi, S.Pd., M.Pd. NIP.198810242023212030



- UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 Ayat 1 "Informasi Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti hukum yang sah"
- Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan BSrE - BSSN, validitas dokumen elektronik ini bisa dicek menggunakan aplikasi mobile VeryDS oleh BSrE
- Cetakan dokumen ini merupakan salinan dari file dokumen bertandatangan elektronik yang keabsahannya dapat diakses melalui scan QRCode yang terdapat pada sertifikat ini.



**Balai Besar
Sertifikasi
Elektronik**

Diterima oleh Panitia Ujian Fakultas Bahasa dan Seni
Universitas Pendidikan Ganesha
guna memenuhi syarat-syarat untuk mencapai gelar Sarjana Pendidikan

Menyetujui

Ketua Ujian	Dr. Ni Luh Putu Eka Sulistia Dewi, S.Pd. M.Pd. NIP.198104192006042002
Sekretaris Ujian	Prof. Dr. I G A Lokita Purnamika Utami, S.Pd., M.Pd. NIP.198304022006042001



- UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 Ayat 1 "Informasi Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti hukum yang sah"
- Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan BSrE - BSSN, validitas dokumen elektronik ini bisa dicek menggunakan aplikasi mobile VeryDS oleh BSrE
- Cetakan dokumen ini merupakan salinan dari file dokumen bertandatangan elektronik yang keabsahannya dapat diakses melalui scan QRCode yang terdapat pada sertifikat ini.



**Balai Besar
Sertifikasi
Elektronik**

**THE IMPLEMENTATION AND EFFECT OF
MINDFUL LEARNING ON STUDENTS' WRITING SKILLS IN
SMA NEGERI 4 SINGARAJA**

SKRIPSI

Diajukan Kepada

Universitas Pendidikan Ganesha

Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan dalam Menyelesaikan

Program Sarjana Pendidikan Bahasa Inggris



OLEH

I WAYAN WISTIANANTA

NIM 2112021162

PRODI PENDIDIKAN BAHASA INGGRIS

JURUSAN BAHASA ASING

FAKULTAS BAHASA DAN SENI

UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA

SINGARAJA

2026

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa karya tulis berjudul "The Implementation and Effect of Mindful Learning on Students' Writing Skills in Sma Negeri 4 Singaraja" beserta seluruh isinyaa adalah benar-benar karya sendiri dan saya tidak melakukan penjiplakan serta pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika yang berlaku dalam Masyarakat keilmuan. Atas pernyataan ini, saya menanggung risiko/sanksi yang dijatuhkan kepada saya apabila kemudian hari ditemukan adanya pelanggaran atas etika keilmuan karya saya ini atau ada klaim terhadap keaslian karya saya ini.

Singaraja, 27 Juli 2026

Yang membuat pernyataan,

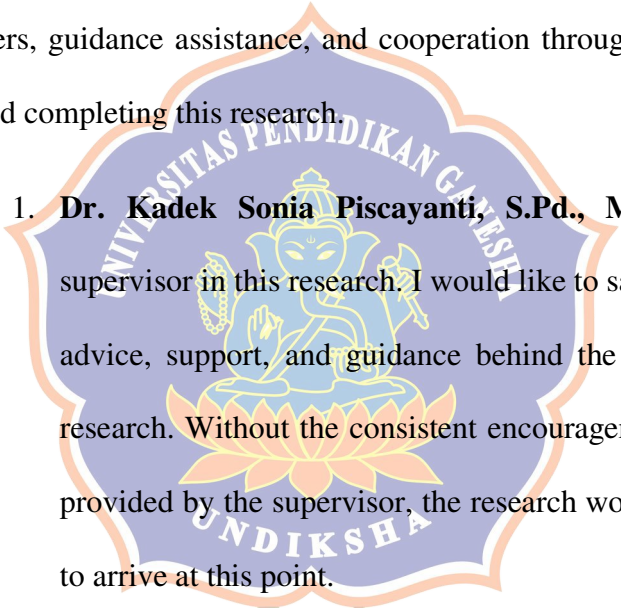


I Wayan Wistiananta

ACKNOWLEDGEMENT

First and foremost, the author wishes to express her deepest gratitude to God, Ida Sang Hyang Widhi Wasa, for the blessings and kindness that allows the completion of the research entitled **“The Implementation and Effect of Mindful Learning on Students’ Writing Skills in Sma Negeri 4 Singaraja.”**

The completion of this thesis would not have been achievable without the assistance, encouragement, and vital contributions from various people. The author would like to use this opportunity to show her appreciation and thanks for all of the support, prayers, guidance assistance, and cooperation throughout the process of conducting and completing this research.



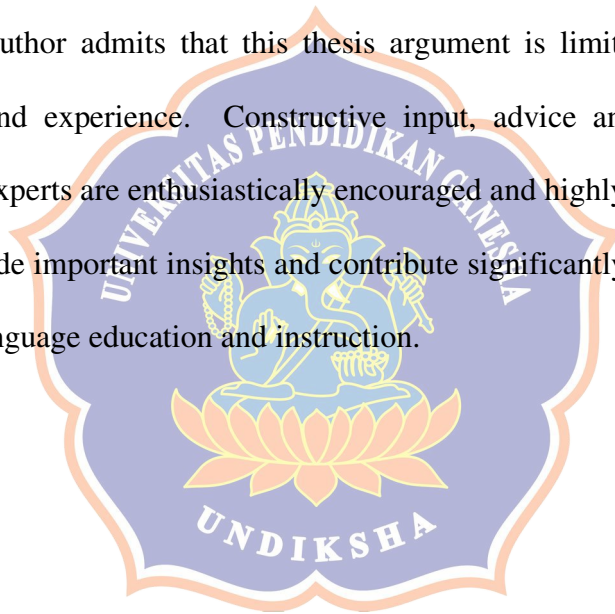
1. **Dr. Kadek Sonia Piscayanti, S.Pd., M.Pd.,** as the first supervisor in this research. I would like to say thank you for the advice, support, and guidance behind the completion of this research. Without the consistent encouragement and assistance provided by the supervisor, the research would never been able to arrive at this point.

2. **Ni Wayan Monik Rismadewi, S.Pd., M.Pd.,** as the second supervisor in this research. I would like to thank you for all the guidance, advice, input, support, and all of your kindness throughout this thesis completion. Without your guidance and support, the researcher would never have been able to reach this stage of completing the study.

3. The examiners of this thesis examination. The input and suggestions that were provided have been essential in the completion and improvement of this thesis.
4. All instructors in the English Language Education Study Program, whose competence, expertise, and dedication have significantly influenced the author's academic journey and enriched the process of writing this thesis.
5. The headmaster and staff of SMAN 4 Singaraja, for giving permission and useful information during the data collection process of the research.
6. The English teachers of SMAN 4 Singaraja. Thank you for the participation in collecting the data for this thesis.
7. To 11A class students of the 2025/2026 academic year in SMAN 4 Singaraja. Thank you for your enthusiasm, cooperation, and your willingness to participate in this research.
8. The author's beloved parents I Wayan Sudarpa and Ni Made Rusmini, also my beloved brother, I Made Windhu Prananta. Thank you for all the support and love; it means everything in this completion.
9. To my best friend, Ni Putu Tasya Sukmapratiwi and I Made Bagas Daniswara. Thank you so much for always much for always supporting and encouraging me through ups and downs. All the efforts and attention you gave have motivated me a lot in completing this thesis.

10. The supportive friends of ELE Class: Dwiantara, Deni, Adit (Alm), Ryan, Dewi, Nana, Anik, Sena. Thank you so much for always supporting me and always listening to all of my problems. I really appreciate all the time you give for me.
11. The writer's close friends: Bagas, Alvien, Andika, Amri, and Dek Mani Thank you so much for always there whenever I need someone to talk also for the joy and story upon my thesis completion.

The author admits that this thesis argument is limited by his restricted knowledge and experience. Constructive input, advice and suggestions from readers and experts are enthusiastically encouraged and highly valued. This thesis aims to provide important insights and contribute significantly to the development of English language education and instruction.



Singaraja, ... 2026

I Wayan Wistiananta

TABLE OF CONTENTS

DEDICATION	v
ACKNOWLEDGEMENT	vi
<i>QUOTES</i>	ix
ABSTRACT	x
ABSTRAK	xi
TABLE OF CONTENTS	xii
LIST OF THE TABLES	xiv
LIST OF THE APPENDICES	xv
CHAPTER I INTRODUCTION	1
1.1 Research Background	1
1.2 Problem Identification	6
1.3 Research Limitation	6
1.4 Research Question	6
1.5 Research Objective	7
1.6 Research Significance	7
CHAPTER II LITERATURE REVIEW	9
2.1 Theoretical Review	9
2.1.1 Mindful Learning	9
2.1.2 Writing Skills	13
2.2 Empirical Review	14
CHAPTER III RESEARCH METHOD	18
3.1 Research Design	18
3.2 Research Setting	20
3.3 Research Subject	22
3.4 Research Object	22
3.5 Method of Data Collection	23
3.6 Instrument of Data Collection	24
3.7 Research Analysis	30
3.8 Data Triangulation	31
3.9 Research Schedule	32
CHAPTER IV FINDING AND DISCUSSION	34

4.1	Findings	34
4.1.1	Findings on the Implementation of Mindful Learning.....	34
4.1.2	Findings on the Effect of Mindful Learning on Students' Writing Skills39	
4.1.3	Descriptive Statistical Analysis.....	39
4.1.4	Normality and Homogeneity Tests	42
4.1.5	Hypothesis Testing.....	43
4.1.6	Normality Test.....	44
4.1.7	Homogeneity Test	44
4.1.8	Effect Size	44
4.1.9	Integration of Findings	46
4.2	Discussion.....	46
4.2.1	The Implementation of Mindful Learning in Writing Instruction.....	47
4.2.2	The Effect of Mindful Learning on Writing Skills and Affective Factors	48
4.3	Implications	50
4.3.1	Theoretical Implications.....	50
4.3.2	Practical Implications.....	51
4.3.3	Policy Implications.....	51
CHAPTER V CONCLUSSION & SUGGESTIONS		52
5.1	Conclusion.....	52
5.2	Suggestions.....	53
5.2.1	For English Teachers.....	53
5.2.2	For Students.....	54
5.2.3	For Future Research	54
REFERENCES		
APPENDICES		

LIST OF THE TABLES

Tabel 3. 1 Conceptual Framework	23
Tabel 3. 2 Mindfulness Questionnaire	25
Tabel 4. 1 Summary of Descriptive Statistics	40
Tabel 4. 2 Post-Test Score	42
Tabel 4. 3 Independent Sample T-Test (SPSS Output).....	43
Tabel 4. 4 Normality Test	44
Tabel 4. 5 Homogeneity Test	44
Tabel 4. 6 Table Effect Size	44



LIST OF THE APPENDICES

Appendices 1.....	61
Appendices 2. Documentation of the Implementation of Mindful Learning in The Classroom.....	62
Appendices 3. Students' Writing Scores Pre-Test.....	67
Appendices 4. Students' Writing Scores Post-Test	72
Appendices 5. S1's Interview Transcript	79
Appendices 6. S2's Interview Transcript	80
Appendices 7. S3's Interview Transcript	81
Appendices 8. S4's Interview Transcript	83
Appendices 9. S5's Interview Transcript	84

