

PENGARUH TEKNIK RELAKSASI AFIRMASI TERHADAP EFIKASI DIRI PADA PASIEN KANKER YANG MENJALANI KEMOTERAPI DI SMC RS TELOGOREJO

Evida Dwi Maruti *), **Murti Wandrati *)**

**)Dosen Program Studi S.I Ilmu Keperawatan STIKES Telogorejo Semarang*

ABSTRAK

Kemoterapi adalah suatu tindakan pemberian obat untuk membunuh sel kanker agar tidak semakin mengganggu fungsi organ lainnya. Namun tindakan tersebut juga dapat mempengaruhi efikasi diri pasien kanker. Upaya untuk mencegah kurangnya efikasi diri dapat dilakukan dengan pemberian teknik relaksasi afirmasi. Teknik relaksasi afirmasi ini merupakan teknik tarikan nafas dalam dengan penguatan pengulangan kalimat positif yang dilakukan selama 10-15 menit. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh teknik relaksasi afirmasi terhadap efikasi diri pada pasien kanker yang menjalani kemoterapi di SMC RS Telogorejo. Rancangan penelitian ini menggunakan *pra experimental* dengan desain *pre-test and post-test*. Jumlah sampel pada penelitian ini sebanyak 40 responden dengan teknik pengambilan sampel menggunakan *consecutive sampling*. Hasil analisis deskriptif nilai efikasi diri rendah sebanyak 4 responden, efikasi diri sedang sebanyak 28 responden, dan efikasi diri tinggi 8 responden. Hasil analisis uji *wilcoxon* didapatkan *p value* 0.000 maka ada pengaruh yang bermakna teknik relaksasi afirmasi terhadap efikasi diri pada pasien kanker yang menjalani kemoterapi. Rekomendasi hasil penelitian ini adalah diharapkan perawat dapat menerapkan teknik relaksasi afirmasi pada setiap pasien kemoterapi supaya efikasi diri pasien dapat meningkat.

Kata Kunci : Kanker, Kemoterapi, Efikasi diri, Teknik relaksasi afirmasi

ABSTRACT

Chemotherapy is an act of giving a type of treatment that includes a medication to destroy cancer cells so that it will not disrupt other organ functions. Yes, its action may also effect on the self efficacy of the cancer patients. Affirmation relaxation technique treatment can be given as an effort to prevent the lack of self efficacy. It is a deep breathing technique with reinforcement of positive sentence repetition conducted for 10-15 minutes. This study aims at determining the effect of affirmation relaxation on self efficacy on cancer patients undergoing chemotherapy at SMC Telogorejo Hospital. The research design use *pre experimental* with *pre test* and *post test* design. The number of samples in this study is 40 respondents with consecutive sampling technique. The value of descriptive analysis result is 4 respondents of low self efficacy, 28 respondents of mild self efficacy, 8 respondents of high self efficacy. The analysis result of *wilcoxon* test in *p value* 0.000 then there is a significant effect of affirmation relaxation technique on the self efficacy in cancer patients undergoing chemotherapy. The recommendation of the study is that nurses can apply the affirmation relaxation technique in cancer patients so that the patients self efficacy can be improved.

Keyword : Cancer, Chemotherapy, Self Efficacy, Affirmation Technique

PENDAHULUAN

Kanker merupakan penyakit yang disebabkan karena adanya pertumbuhan dan penyebaran sel abnormal yang tidak terkontrol (Smeltzer, 2013, hlm.100).

Badan organisasi Kesehatan Dunia / *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2012 sekitar 14,1 juta dengan angka kematian 8,2 (Kementerian Kesehatan RI, 2015, hlm.3). Sedangkan data Riskesdas tahun 2013 menyatakan secara nasional prevalensi penyakit kanker Indonesia tahun 2013 sebesar 1,4‰ atau diperkirakan sekitar 347.792 orang. Berdasarkan estimasi jumlah penderita kanker Provinsi Jawa Tengah merupakan provinsi dengan estimasi penderita kanker terbanyak yaitu sekitar 68.638 orang (Kementerian Kesehatan RI, 2015, hlm.3-4). Data jumlah pasien kanker yang menjalani kemoterapi di SMC RS Telogorejo tahun 2017 pasien kanker yang menjalani kemoterapi sebanyak 530 pasien (Rekam Medis SMC RS Telogorejo, 2017).

Kemoterapi merupakan tindakan pemberian obat untuk membunuh sel kanker agar tidak semakin mengganggu fungsi organ lainnya. Namun tindakan kemoterapi juga memiliki dampak, baik dari segi fisiologis maupun psikologis.

Oleh karena itu perlu adanya suatu tindakan untuk membantu pasien mengurangi dampak dari kemoterapi, khususnya dampak psikologis, selain itu tindakan yang digunakan haruslah tepat. Sebagai tindakan alternatif yang dapat digunakan adalah Teknik Relaksasi Afirmasi.

Teknik relaksasi afirmasi dapat meningkatkan efikasi diri pasien kanker dalam menjalani kemoterapi, sehingga pasien tetap optimis dalam melakukan segala kegiatan dan tetap patuh dalam menjalani proses pengobatan kemoterapi (Mukhid, 2009, hlm.109).

Pernyataan tersebut didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh Yusuf (2010) bahwa teknik relaksasi afirmasi

berpengaruh terhadap peningkatan *self efficacy* pasien kanker nasofaring dengan hasil *p value* 0,008. Penelitian oleh Haryanthi et al, (2014) “Efektifitas brief pain managemen untuk meningkatkan *self efficacy* dan mereduksi distress terkait nyeri kanker payudara” didapatkan hasil *p value* 0,000.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dipaparkan, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “pengaruh teknik relaksasi afirmasi terhadap efikasi diri pada pasien kanker yang menjalani kemoterapi di SMC RS Telogorejo”.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini termasuk dalam jenis penelitian *pra experimental* yaitu dengan bentuk rancangan *one group pre test post test without control*, di mana pada rancangan ini peneliti tidak menggunakan kelompok kontrol, tetapi sebelumnya sudah dilakukan observasi *pre test* (sebelum diberikan intervensi) yang memungkinkan menguji perubahan-perubahan yang terjadi setelah adanya perlakuan (Notoatmodjo, 2012, hlm.57). *Pre test* responden sebelum diberikan teknik relaksasi afirmasi terlebih dahulu efikasi diri responden diukur dengan kuesioner GSE (*General Self Efficacy Scale*), kemudian diberikan intervensi teknik relaksasi afirmasi selama 10-15 menit, lalu *post test* menggunakan alat ukur GSE.

Besar sampel pada penelitian ini adalah 40 responden dengan teknik pengambilan sampel *consecutive sampling*. Proses penelitian ini dimulai sejak bulan Desember 2017 sampai dengan bulan Mei 2018. Pengambilan data dimulai pada tanggal 14 - 20 Mei 2018.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil dan Pembahasan Univariat

Tabel 1. Distribusi frekuensi karakteristik responden berdasarkan usia, jenis kelamin, pendidikan, pekerjaan pada pasien kanker yang menjalani kemoterapi di SMC RS Telogorejo

Karakteristik Responden	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1. Usia		
Dewasa awal (26-35 tahun)	4	10,0
Dewasa akhir (36-45 tahun)	8	20,0
Lansia awal (46-55 tahun)	20	50,0
Lansia akhir (56-65 tahun)	8	20,0
2. Jenis Kelamin		
Perempuan	32	80,0
Laki-Laki	8	20,0
3. Pendidikan		
Tidak Sekolah	0	0
SD	1	2,5
SMP	3	7,5
SMA	24	60,0
Perguruan Tinggi	12	30,0
4. Pekerjaan		
Bekerja	10	25,0
Tidak Bekerja	30	75,0
Total	40	100,0

Berdasarkan data pada tabel 1. menunjukkan bahwa hasil penelitian ini sebagian besar responden yang menjalani kemoterapi di SMC RS Telogorejo adalah kelompok usia 46-55 tahun sebanyak 20 responden (50,0%). Jenis kelamin perempuan merupakan mayoritas responden dengan jumlah 32 responden (80,0%). Sedangkan persentase tertinggi dari pendidikan responden yang menjalani kemoterapi adalah SMA sebanyak 24 responden (60,0%). Jumlah responden yang tidak bekerja sebanyak 30 responden dengan persentase yang cukup tinggi yakni (75,0%).

Semakin bertambahnya usia akan semakin meningkatnya kepatuhan pasien menjalani

pengobatan. Hal tersebut didasari oleh banyaknya pengalaman yang diperoleh sebelumnya, dan usia tua tidak memiliki kesibukan dengan aktivitas pekerjaan, sehingga dapat menjalani pengobatan secara teratur Gater dkk (2012, dalam Dicky, hlm.133).

Sejalan dengan hasil penelitian oleh Barron dkk (2007, dalam Dicky, 2017) pada 2.816 wanita yang berusia 45-54 tahun lebih banyak patuh menjalani kemoterapi dibandingkan dengan wanita yang berusia 35-44 tahun. Adapun faktor lain yaitu jenis kelamin yang berkaitan tentang penyakit kanker dan pengobatannya.

Riset Kesehatan Dasar (2013) menjelaskan bahwa prevalensi kanker pada perempuan sebesar 43,3% dengan kasus kanker payudara yang menduduki urutan pertama cenderung lebih tinggi daripada laki-laki dengan persentase 30,0% dengan kasus kanker paru. Disisi lain pendidikan juga berkaitan terhadap tingkat pengetahuan terkait penyakit kanker.

Pendidikan yang lebih tinggi akan berpengaruh pada semakin luasnya pandangan individu tentang segala sesuatu hal, banyaknya pengetahuan yang dimiliki, dan mudah menerima ide atau cara baru dalam kehidupannya. (Purwanto, 2014, hlm.78). pendidikan juga dapat dikaitkan dengan pekerjaan.

Penelitian oleh Anggraini (2017) pada pasien kanker payudara didapatkan hasil bahwa mayoritas responden yang tidak bekerja sejumlah 32 orang (57,1%), Swasta 17 orang (30,4%), dan PNS 7 orang (12,5%). Berdasarkan penjabaran tersebut, dapat pekerjaan mempengaruhi proses pengobatan pada pasien kanker yang menjalani kemoterapi, Seseorang yang bekerja hanya memiliki sedikit waktu yang ada dibandingkan dengan seseorang yang tidak bekerja, orang yang tidak bekerja, lebih memiliki banyak waktu luang yang dapat dimanfaatkan untuk program kemoterapi.

Tabel 2. Gambaran efikasi diri pada pasien kanker sebelum dan sesudah diberikan teknik relaksasi afirmasi di SMC RS Telogorejo

Efikasi Diri	Pre Intervensi		Post Intervensi	
	(f)	(%)	(f)	(%)
Rendah	17	42,5	4	10,0
Sedang	21	52,5	28	70,0
Tinggi	2	5,0	8	20,0
Total	40	100,0	40	100,0

Berdasarkan tabel 2. dapat diketahui bahwa efikasi diri pasien yang menjalani kemoterapi sebelum diberikan intervensi teknik relaksasi afirmasi sebagian besar dalam nilai sedang yaitu sebanyak 21 responden (52,5%), namun pada nilai efikasi diri tinggi saat sebelum dan sesudah diberikan intervensi juga terjadi perubahan, dimana nilai efikasi diri pre intervensi hanya didapatkan 2 responden (50,0%) terjadi peningkatan pada saat post intervensi teknik relaksasi afirmasi dimana didapatkan nilai efikasi diri tinggi sebanyak 8 responden (20,0%).

Hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa sebelum diberikannya intervensi teknik relaksasi afirmasi nilai efikasi diri responden terdapat 17 responden dengan efikasi rendah, dan 21 responden dengan efikasi diri sedang. Setelah melakukan wawancara kepada sebagian responden tersebut, peneliti menyimpulkan bahwa efikasi diri rendah dikarenakan kurangnya faktor dukungan, motivasi, dan pemikiran yang kurang realistis.

Kurangnya efikasi ini akan berdampak bagi pemeliharaan dan perubahan perilaku kesehatan, sehingga perlu adanya motivasi yang tinggi dan dukungan yang baik dari pihak terdekat seperti keluarga ataupun tenaga kesehatan untuk selalu meyakinkan diri agar dalam pemeliharaan dan perilaku kesehatan tetap berjalan dengan baik dengan harapan efikasi diri meningkat.

Efikasi diri merupakan keyakinan individu akan kemampuannya dalam mengatur dan melakukan suatu tugas tertentu demi tercapainya tujuan. Efikasi

diri sangat berkaitan dengan pengalaman berhasil, orang yang berhasil menyelesaikan suatu masalah efikasi dirinya akan meningkat (Feist, 2010, hlm. 34)

Setelah diberikan intervensi teknik relaksasi afirmasi, nilai efikasi diri rendah menjadi 4 responden, efikasi sedang menjadi 28 responden dan responden dengan nilai efikasi diri tinggi meningkat menjadi 8 responden. disini terjadi perubahan yang cukup baik terhadap peningkatan efikasi diri.

Berdasarkan pada saat penelitian, peningkatan nilai efikasi diri ini terjadi karena semua responden sangat antusias dan mampu untuk melakukan teknik relaksasi afirmasi dengan baik. Sebelum teknik relaksasi afirmasi dilakukan, peneliti meminta responden untuk mengemukakan harapan-harapan yang ingin mereka capai, disini peneliti memberikan kesempatan dan menggali lebih dalam lagi kepada responden untuk menuangkan segala fikiran yang dirasakan oleh responden yang akan dijadikan sebagai bahan untuk penguatan dalam meningkatkan efikasi diri.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Wayunah, Saefulloh & Nuraeni (2016) bahwa terdapat pengaruh *self efficacy* sebelum dilakukan intervensi edukasi terstruktur yaitu 70,14 dan sesudah dilakukan intervensi dengan rata-rata *self efficacy* sebesar 80,14.

Didukung dalam penelitian Sutarno & Widyoningsih (2014) pada saat *pretest* dilakukan rata-rata nilai *self efficacy* pada pasien kanker yaitu 74,9 dan rata-rata nilai *self efficacy* pada saat *post test* setelah pemberian intervensi afirmasi menjadi 8,3.

Berdasarkan keterangan diatas dapat disimpulkan bahwa efikasi diri sesudah diberikan teknik relaksasi dapat meningkatkan efikasi diri, karena responden yang telah diberikan teknik tersebut sudah terjadi respon fisiologis

dalam tubuhnya, sehingga dapat berpengaruh terhadap efikasi dirinya.

Hasil dan Pembahasan Bivariat

Tabel 3. Pengaruh teknik relaksasi afirmasi terhadap efikasi diri pada pasien kanker yang menjalani kemoterapi di SMC RS Telogorejo

Variabel Efikasi Diri	Median	Min	Max	P value
Sebelum	20,50	15	35	0,000
Sesudah	26,00	18	38	

Berdasarkan tabel 3. diperoleh data variabel efikasi diri sebelum dan sesudah diberikan teknik relaksasi afirmasi. Untuk nilai efikasi diri sebelum dilakukan intervensi nilai terendah adalah 15 sedangkan nilai terendah sesudah diberikan intervensi meningkat menjadi 18. Median efikasi diri sejumlah 40 responden sebelum diberikan teknik relaksasi afirmasi yaitu 20,50 dan nilai median setelah diberikan teknik relaksasi yaitu 26,00. Sedangkan nilai efikasi diri tertinggi yaitu 35 pada saat sebelum diberikan intervensi, namun nilai ini mengalami peningkatan sesudah diberikan intervensi menjadi 38.

Berdasarkan hasil perhitungan uji statistik *wilcoxon signed rank test* didapatkan *p-value* yaitu 0,000 ($<0,05$). Maka keputusan hipotesis adalah menerima H_a , yang berarti ada pengaruh teknik relaksasi afirmasi terhadap efikasi diri pada pasien kanker yang menjalani kemoterapi di SMC RS Teologorejo.

Teknik relaksasi afirmasi dengan sejumlah kalimat yang disusun, baik itu hanya sebatas pikiran, atau dituangkan ke dalam tulisan, ataupun diucapkan kepada orang lain, dan bisa juga didengar oleh orang lain, dengan cara berulang-ulang mampu memberikan sumber kekuatan dari dalam diri sebagai keyakinan atau efikasi diri (Yuwono, 2018, hlm.5).

Efikasi diri pada pasien kemoterapi perlu untuk ditingkatkan, karena diketahui kemoterapi itu sendiri dapat berdampak

negatif pada efikasi diri pasien dan dengan efikasi diri rendah yang berhubungan dengan peningkatan gejala fisik dan tekanan emosional (psikologis) yang berpengaruh pada kesungguhan pasien dalam menjalani kemoterapi Akin dkk (2008, dalam Dicky, 2017, hlm. 108).

Apabila pasien memiliki efikasi diri yang kuat dapat menolong pasien dalam proses berpikir dan memotivasi dirinya untuk memutuskan pilihan dan ketekunan untuk bertahan dalam menjalani pengobatan Campbell dkk (2004, dalam Dicky, 2017, hlm.108).

Penelitian oleh Kim (2012) pada 109 pasien kanker kolorektal yang menjalani kemoterapi menyimpulkan bahwa efikasi diri pasien yang tinggi berpengaruh pada kepatuhannya menjalani kemoterapi dan efikasi diri pasien dapat meningkat dengan dipengaruhi oleh adanya dukungan sosial.

Hasil penelitian ini juga diperkuat dengan penelitian yang dilakukan oleh Yusuf, Suariliah dan Rahmat (2010) yang menyatakan bahwa ada pengaruh yang signifikan teknik relaksasi afirmasi terhadap *self efficacy* pada pasien kanker nasofaring dengan *p-value* 0,008.

Berdasarkan hasil penelitian setelah dilakukan relaksasi afirmasi terjadi perubahan tingkat *self efficacy* pasien kanker nasofaring sebanyak 37% pasien kanker nasofaring yang memiliki *self efficacy* sedang setelah dilakukan relaksasi afirmasi berubah menjadi 11% dan 5% pasien kanker nasofaring yang memiliki *self efficacy* yang kurang setelah dilakukan intervensi berubah menjadi 0%. Secara keseluruhan pemberian teknik relaksasi afirmasi memberikan reaksi positif terhadap peningkatan *self efficacy* pasien kanker nasofaring.

Naseem & Khalid (2010) dalam penelitiannya menyatakan bahwa hubungan berpikir positif dengan penyakit kanker memiliki efek positif yang telah terbukti langsung terhadap kualitas hidup pasien kanker. Studi menunjukkan bahwa pasien kanker yang optimis memiliki

kualitas hidup yang lebih baik daripada mereka yang pesimis dan merasa putus asa.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Lusiatun, Mudigdo & Murti (2016) bahwa pasien kanker dengan efikasi diri yang tinggi mampu meningkatkan status kesehatan global sebesar 4 kali lebih besar daripada pasien kanker dengan efikasi diri rendah, selain itu terdapat pengaruh yang positif kuat antara efikasi diri terhadap fungsi fisik dan terdapat pengaruh yang positif sedang terhadap fungsi emosional pada pasien kanker.

SIMPULAN

1. Karakteristik responden yang menjalani kemoterapi sebagian besar kelompok umur 46-55 tahun sebanyak (50,0%) (20) responden. Mayoritas Jenis kelamin perempuan yaitu (80,0%) (32) responden. Sedangkan persentasi tertinggi dari pendidikan yaitu tamat SMA sebanyak (60,0%) (24) responden. Untuk karakteristik pekerjaan dengan persentasi cukup tinggi (75,0%) (30) responden yang tidak bekerja.
2. Gambaran efikasi diri responden pre intervensi didapatkan nilai efikasi diri tinggi dengan persentase (5,0%) (2), sedang (52,5%) (21), dan rendah (42,5) (17) namun hal ini terjadi perubahan angka yang lebih besar pada saat post intervensi nilai tinggi menjadi (20,0%) (8), sedang (70,0%) (28), dan penurunan jumlah responden dalam nilai efikasi diri rendah yaitu (10,0%) (4).
3. Berdasarkan uji *wilcoxon* didapatkan *p-value* sebesar 0,000 ($< 0,05$). Sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh secara bermakna teknik relaksasi afirmasi terhadap efikasi diri pada pasien kanker yang menjalani kemoterapi di SMC RS Telogorejo.

Saran

1. Bagi SMC RS Telogorejo
Hasil penelitian ini sangat disarankan agar dapat diaplikasikan sebagai salah satu intervensi keperawatan untuk meningkatkan efikasi diri pasien

kanker yang menjalani kemoterapi dengan memberikan teknik relaksasi afirmasi

2. Bagi Institusi Pendidikan
Hasil dari penelitian ini disarankan dapat digunakan sebagai sumber literatur keperawatan di perpustakaan dan bahan informasi terutama mengenai teknik relaksasi afirmasi terhadap peningkatan efikasi diri pada pasien kanker yang menjalani kemoterapi.
3. Bagi Peneliti Selanjutnya
Hasil dari penelitian mengenai teknik relaksasi afirmasi ini dapat dijadikan sebagai salah satu referensi dalam proses pembelajaran dan penelitian selanjutnya tentang metode meningkatkan efikasi diri pada pasien kanker yang menjalani kemoterapi. Bagi peneliti selanjutnya dapat dikembangkan dengan menghomogenkan jenis kanker, stadium kanker, lama kemoterapi. Tentunya dengan mempertimbangkan teknik yang didapat, efikasi diri pasien, dengan penggunaan alat ukur yang bersifat lebih obyektif agar faktor kejujuran pernyataan pasien pada saat diukur nilai skor dari efikasi diri yang dirasakan dapat dikendalikan.

DAFTAR PUSTAKA

- Akin, S. (2008). *The quality of life and self efficacy of turkish breast cancer patients undergoing chemotherapy. European journal of oncology nursing.* <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/18842460> diperoleh pada tanggal 31 Mei 2018
- Anggraeni, . (2017). *Hubungan perilaku caring perawat dengan kualitas hidup pasien kanker di rsud ulin banjarmasin tahun 2017*. <http://idrlibrary.umbjm.ac.id/132/10/2pdf> diperoleh pada tanggal 24 Mei 2018
- Benson & Proctor. (2010). *Relaxation revolution: the science of mind body healing.* <http://www.Simonandschuster.com/books/>

- Relaxation-Revolution/Herbert–Benson /978 1439148662/ browse_inside. USA: Scribner diperoleh pada tanggal 18 Februari 2018
- Budiman, A., Khambri, & Bachtiar. (2013). *Faktor yang memengaruhi kepatuhan berobat pasien yang diterapi dengan tamoxifen setelah operasi kanker payudara*. <http://jurnal.fk.unand.ac.id/index.php/jka/article/view/60> diperoleh pada tanggal 31 Mei 2018
- Fauziah, R.N. (2016). *Kecemasan pada penderita kanker*. <http://eprints.um.s.ac.id/43931/12/NASKAH%20PUBLIKASI.pdf> diperoleh pada tanggal 18 Februari 2018
- Feist, J. (2016). *Teori kepribadian*. Jakarta: Salemba Humanika
- Firmana, Dicky. (2017). *Keperawatan kemoterapi*. Jakarta: Salemba Medika
- Ghufron, M. N. & Risnawati, S.R., (2016). *Teori-teori psikologi*. Jogjakarta: Ar-ruzz Media
- Haryanthi, et al. (2014). *Efektifitas brief pain managemen dalam meningkatkan self efficacy dan mereduksi distress terkait nyeri pada penderita kanker payudara*. <http://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/28292/LUH%20PUTU%20SUTA%20HARYANTHI-FPS.pdf> diperoleh pada tanggal 18 Desember 2017
- Jama Oncology. (2017). *Global, Regional, and National Cancer Incidence, Mortality, Years of Life Lost, Years Lived With Disability, and Disability-Adjusted Life-years for 32 Cancer Groups, 1990 to 2015A Systematic Analysis for the Global Burden of Disease Study*. <http://jamanetwork.com/journals/jamaoncology/fullarticle/2588797> diperoleh pada tanggal 18 Februari 2018
- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. (2015). <http://www.depkes.go.id/resources/download/pusdatin/infodatin/infodatin-kanker.pdf> diperoleh pada tanggal 14 Desember 2017
- Kim, J. (2017). *Influencing factors on medication adherence in colorectal cancer patients receiving oral chemotherapy*. <https://synapse.koreamed.org/search.php?where=aview&id=10.5388/aon.2012.12.3.213&code=1139AON&vmode=PUBREADER> diperoleh pada tanggal 24 Mei 2018
- Lusiatun, Mudigdo, A., & Murti, B. (2016). *The effect of self-efficacy, family support, and socio-economic factors on the quality of life of patients with breast cancer at Dr. Moewardi Hospital, Surakarta*. <http://jpublichealth.com/index.php?journal=jpublichealth&page=article&op=view&path%5B%5D=25> diperoleh pada tanggal 30 Januari 2018
- Mukhid. (2009). *Self efficacy perspektif teori kognitif sosial dan implikasinya terhadap pendidikan*. <http://ejournal.stainpamekasan.ac.id/index.php/tadris/article/view/247/238> diperoleh pada tanggal 15 Desember 2017
- Naseem, Z., & Khalid, R. (2010). *Positive thinking in coping with stress and health outcomes: literatur review*. <http://ue.edu.pk/jrre/articles/41004.pdf> diperoleh pada tanggal 24 Mei 2018
- Notoadmojo. (2012). *Metodologi penelitian kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Purwanto, M. (2014). *Psikologi pendidikan*. Bandung: Remaja Rosdakarya
- Rekam Medis SMC RS Telogorejo. (2017). *Data jumlah pasien kanker dan kemoterapi*. <https://mail.google.com/mail/u/0/?tab=wm#inbox/161c1a8114c2e140> diperoleh pada tanggal 23 Februari 2018
- Smeltzer, S. C. (2013). *Keperawatan medikal-bedah edisi 12 alih bahasa Yulianti, D., Kimin A.* Jakarta: EGC

- Sutarno & Widyoningsih. (2014). *Efektifitas kombinasi senam wei chi 14 meridian dan afirmasi sabar terhadap self efficacy pengendalian emosi*. <https://www.google.co.id/search?q=8> diperoleh pada tanggal 20 Desember 2017
- Wayunah, Saefulloh & Nuraeni. (2016). *Penerapan edukasi terseruktur meningkatkan self efficacy dan menurunkan IDWG pasien hemodialisa di RSUD Indramayu*. <http://ejournal.upi.edu/index.php/JPKI/article/view/241>. Diperoleh pada tanggal 28 Mei 2018
- Yusuf, A.H., Suarilah, I., & Rahmat, P. (2010). *Relaxation Affirmation Technique Increases Self Efficacy of Patients with Nasopharyngeal Cancer*. <https://www.neliti.com/id/publications/116619/relaxation-affirmation-technique-increases-self-efficacy-of-patients-with-nasoph> diperoleh pada tanggal 10 Desember 2017
- Yuwono, Y. (2018). *Teknik afirmasi positif*. <https://anzdoc.com/teknik-afirmasi-positif.html> diperoleh pada tanggal 24 Mei 2018

