

## ABSTRAK

### Pengaruh Pemberian *Self Affirmation* Terhadap Stres Pada Klien Kanker

Sindy Puspita<sup>1</sup>, Padoli<sup>2</sup>, Adin Muafiro<sup>3</sup>, Adivtian Ragayasa<sup>4</sup>

<sup>1,2,3,4</sup>Prodi Pendidikan Profesi Ners Jenjang Sarjana Terapan Keperawatan  
Poltekkes Kemenkes Surabaya

Email : [sindypuspita1307@gmail.com](mailto:sindypuspita1307@gmail.com)

Kanker adalah penyakit yang terjadi karena adanya pertumbuhan berlebihan dan perkembangan tidak terkontrol dari sel atau jaringan yang normal. Terapi pengobatan pada penyakit kanker dapat menimbulkan stres psikologis. Terapi non farmakologis yang dapat menurunkan tingkat stres adalah metode *self affirmation*, metode ini adalah kalimat positif yang berisi penegasan, penegasan yang positif pada diri sendiri. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh pemberian *self affirmation* terhadap stres klien kanker. Penelitian ini menggunakan metode *pre-eksperimental* dengan pendekatan *One group pretest-posttest*. Variabel independen dalam penelitian ini adalah *self affirmation* dan variabel dependen tingkat stres. Pada 28 sampel diberikan *pre test*, kemudian diberikan intervensi selama 5 kali dengan waktu 5 menit. Setelah intervensi kelima klien diberikan *post test*. Kuesioner yang digunakan adalah *Perceived Stres Scale* (PSS). Analisis data menggunakan *Wilcoxon Sign Rank Test*. Sebelum diberikan intervensi hampir seluruhnya klien kanker mengalami tingkat stres sedang. Sesudah diberikan intervensi sebagian besar pada tingkat stres sedang dan sebagian kecil pada tingkat stres ringan. Pemberian metode *self affirmation* terbukti memiliki pengaruh dengan hasil uji *wilcoxon*  $p\text{-value } 0,000 < \alpha 0,05$  terhadap stres pada klien kanker. Sehingga H1 diterima yaitu terdapat perbedaan sebelum dan sesudah diberikan intervensi terhadap stres klien kanker. Pemberian metode *self affirmation* memiliki pengaruh terhadap penurunan tingkat stres pada klien kanker.

**Kata Kunci** : Afirmasi Diri, Stres Psikologis, Kanker

## ABSTRACT

### **The Impact of Providing The Self Affirmation Method on Cancer Patients' Stress**

Sindy Puspita<sup>1</sup>, Padoli<sup>2</sup>, Adin Muafiro<sup>3</sup>, Adivtian Ragayasa<sup>4</sup>

<sup>1,2,3,4</sup>Prodi Pendidikan Profesi Ners Jenjang Sarjana Terapan Keperawatan  
Poltekkes Kemenkes Surabaya

Email : [sindypuspita1307@gmail.com](mailto:sindypuspita1307@gmail.com)

Cancer is a disease that occurs due to excessive growth and uncontrolled development of normal cells or tissues. Treatment therapy for cancer can cause psychological stress. Non-pharmacological therapy that can reduce stress levels is the self affirmation method, this method is a positive sentence that contains affirmation, positive affirmation to oneself. The purpose of this study was to determine the effect of giving self affirmation on cancer client stress. This study used a pre-experimental method with a One group pretest-posttest approach. The independent variable in this study is self affirmation and the dependent variable is stress level. In 28 samples were given a pre test, then given intervention for 5 times with 5 minutes. After the fifth intervention the client was given a post test. The questionnaire used is the Perceived Stress Scale (PSS). Data analysis using Wilcoxon Sign Rank Test. Before the intervention, almost all cancer clients experienced moderate stress levels. After the intervention, most were at a moderate level of stress and a small percentage at a mild level of stress. The provision of the self-affirmation method is proven to have an influence with the results of the Wilcoxon test  $p\text{-value } 0.000 < \alpha 0.05$  on stress in cancer clients. So that H1 is accepted, namely there is a difference before and after being given an intervention on cancer client stress. Giving the self affirmation method has an influence on stress in cancer clients.

**Keyword:** Self Affirmation, Psychological Stress, Cancer.