

PENGARUH TERAPI KELOMPOK BERBASIS AFIRMASI DIRI UNTUK MENURUNKAN TINGKAT STRES DAN AFEK NEGATIF PADA PASIEN KANKER

Oleh:
Desi Niawati
Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh terapi kelompok berbasis afirmasi diri untuk menurunkan tingkat stres dan afek negatif pada pasien kanker. Subjek penelitian ini adalah pasien kanker di Rumah Singgah Sehati RSUP Dr. Kariadi Semarang. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan *purposive sampling*. Penelitian ini menggunakan metode eskperimental-kuasi dengan rancangan *Nonrandomized Pretest-Posttest Control Group Design*. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 6 orang yang dibagi menjadi 2 kelompok yaitu kelompok kontrol (KK) dan kelompok eksperimen (KE). Pada kelompok eksperimen dikenakan *pretest* kemudian diberikan intervensi berupa terapi kelompok berbasis afirmasi diri selama 5 kali pertemuan dalam waktu 10 hari, kemudian diberikan pengukuran pasca intervensi atau *posttest*. Pengambilan data menggunakan 2 skala yaitu skala stres dengan reliabilitas 0,900 dan skala afek negatif dengan reliabilitas 0,780. Teknik analisis yang digunakan dalam penelitian ini yaitu analisis non parametrik *Mann Whitney* dan *Wilcoxon Signed Rank*.

Uji *Mann Whitney* menunjukkan uji hipotesis untuk satu arah pada *posttest* variabel stres ($\text{sig.} = 0,025$) $< 0,05$, dan *posttest* variabel afek negatif ($\text{sig.} 0,023$) $< 0,05$. Uji *Wilcoxon Signed Ran* pada kelompok eskperimen dengan variabel stres didapatkan nilai ($\text{sig.} = 0,054$) $> 0,05$, dan pada variabel afek negatif didapatkan nilai ($\text{sig.} 0,054$) $> 0,05$. Hasil penelitian menunjukkan tidak ada pengaruh terapi kelompok berbasis afirmasi diri yang signifikan terhadap penurunan tingkat stres dan afek negatif pada pasien kanker. Satu minggu setelah pemberian perlakuan, peneliti memberikan *follow up* untuk melihat seberapa panjang pengaruh dari terapi kelompok berbasis afirmasi diri pada kelompok eskperimen. Hasil menunjukkan bahwa pada *pretest-follow up* variabel stres ($\text{sig.} 0,054$) $> 0,05$, dan *posttest-follow-up* ($\text{sig.} 0,054$) $> 0,05$. Hasil pada variabel afek negatif dengan *pretest-follow up* ($\text{sig.} 0,054$) $> 0,05$, dan *posttest-follow up* ($\text{sig.} 0,09$). Hal ini menunjukkan bahwa tidak terjadi penurunan stres dan afek negatif yang signifikan pada kelompok eksperimen setelah satu minggu pelaksanaan terapi kelompok berbasis afirmasi diri.

Kata kunci: Stres, afek negatif, pasien kanker, terapi kelompok berbasis afirmasi diri.

THE EFFECT OF SELF AFFIRMATION GROUP THERAPY TO DECREASE THE LEVEL OF STRESS AND THE NEGATIVE AFEK OF CANCER MEDICAL PATIENT

By:

Desi Niawati

Faculty of psychology, Sultan Agung Islamic University of Semarang

The research aimed to determine the influence of group therapy based on self-affirmation to decrease the level of stress and negative affect on cancer patients. Subjects from this research are cancer patients in Rumah Singgah Sehati RSUP Dr. Kariadi Semarang which amounts 6 subjects are included in experimental group and control group. Sampling methods using purposive sampling. This research using quasi-experimental design with Nonrandomized Pretest-Posttest Control Group Design. The experimental group were given pretest and intervention of group therapy based on self affirmation for 5 meetings within 10 days, and than given the posttest after intervention. Collected the data used two scales, scale of stress with $\alpha = 0,900$ and scale of negative affect with $\alpha = 0,780$. Data were analyzed used statistic non-parametric Mann Whitney and Wilcoxon Signed Rank.

The result Mann Whitney test showed hypothesis to one direction at posttest on stress variables (sig. = 0,025) < 0,05, and posttest negative affect (sig. 0,023) < 0,05. The result Wilcoxon Signed Rank on experimental group with stress variables obtained (sig. = 0,054) > 0,05, and negative affect variables obtained (sig. 0,054) > 0,05. The result from this research showed that there is not significant influence of group therapy based on self affirmation to decrease level of stress and negative affect on cancer patients. one week after intervention, researcher given the follow-up measurement to see how long the influence of group therapy based on self affirmation on experimental group. The result showed that pretest-follow up on stress variable (sig. 0,054) > 0,05 and posttest-follow up (sig. 0,054) > 0,05. The result showed that pretest-follow up on negative affect variable (sig. 0,054) > 0,05 and posttest-follow up sig. 0,09). It means that do not decrease level of stress and negative affect were significant in experimental group after one week of implementation of group therapy based on self affirmation.

Keyword: stress, negative afek, cancer patiens, group therapy based on self affirmation.