

PENGARUH PELATIHAN REGULASI EMOSI DALAM MENINGKATKAN RESILIENSI PADA PENDERITA KANKER

Tiara Ardiani
RA. Retno Kumolohadi

INTISARI

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pelatihan regulasi emosi dalam meningkatkan resiliensi pada penderita kanker. Pelatihan regulasi emosi ini menggunakan serangkaian edukasi yang terdiri dari: (a) mengenali emosi, (b) mengekspresikan emosi, (c) mengelola emosi, dan (d) mengubah emosi negatif menjadi emosi positif. Hipotesis dalam penelitian ini adalah ada pengaruh pelatihan regulasi emosi dalam meningkatkan resiliensi pada penderita kanker. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 4 orang pasien berusia antara 38 – 68 tahun. Dasar pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan skala resiliensi (22 aitem) yang digunakan langsung dari skala yang dibuat oleh Connor & Davidson (2003) dan dimodifikasi oleh Khairiyah (2013), wawancara, dan observasi. Rancangan penelitian yang digunakan adalah *the one group pretest posttest design*. Analisis penelitian yang digunakan adalah analisis kuantitatif berupa deskripsi statistik dan analisis kualitatif berupa analisis *visual inspection*, observasi, lembar kerja subjek selama pelatihan, dan *follow up* atau wawancara. Hasil penelitian mengenai pengaruh pelatihan regulasi emosi dalam meningkatkan resiliensi pada penderita kanker ini menunjukkan bahwa ada peningkatan tingkat kategori skor resiliensi. Hal tersebut didukung oleh hasil analisis data berupa deskripsi statistik yang menunjukkan adanya peningkatan *mean pretest* dan *posttest* dari 75 menjadi 94. Kesimpulan dari penelitian ini adalah pelatihan regulasi emosi dapat meningkatkan resiliensi pada penderita kanker.

Kata Kunci: resiliensi, regulasi emosi, kanker

The Effect of Emotion Regulation Training in Improving Resilience to Patient of Cancer

Tiara Ardiani
RA. Retno Kumolohadi

ABSTRACT

This study aims to determine the effect of emotion regulation training in improving resilience to patient of cancer. The training emotion regulation uses a series of education consisting of: (a) recognizing emotions, (b) express emotions, (c) managing emotions, and (d) change negative emotions into positive emotions. The hypothesis of this study is that there is effect of emotion regulation training in improving resilience to patient of cancer. Subjects in this study consists of 4 patients were aged between 38-68 years. Basic data collection is done by using a resilience scale (22-item) were used directly from the scale created by Connor and Davidson (2003) and modified by Khairiyah (2013), interviews, and observations. The design of the study is the one group pretest posttest design. Analysis of the study is a quantitative analysis in the form of a statistical description and qualitative analysis in the form of visual inspection, observation, worksheets subject during training, and follow-up or interview. The results of research on the effects of emotion regulation training in improving resilience to patient of cancer indicate that there is an increased level of resilience score category. This is supported by the results of the analysis of the data is a description of the statistics that show an increase in the mean pretest and posttest from 75 to 94. The conclusion of this study is the emotion regulation training can improve resilience to patients of cancer.

Keywords: resilience, emotion regulation, cancer