

PENGARUH HIPNOTERAPI TEKNIK KONDUKSI TERHADAP TINGKAT STRESS PASIEN KANKER PAYUDARA DI RSUD Dr. MOEWARDI

Nindi Saputri¹⁾, Sahuri Teguh Kurniawan^{2)*}, Maria Wisnu Kanita³⁾

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

PRODI SARJANA KEPERAWATAN DAN PROFESI NERS

UNIVERSITAS KUSUMA HUSADA SURAKARTA

nindys93@gmail.com¹⁾, s_sahuri@yahoo.com^{2)*}, mariaw@ukh.ac.id³⁾

ABSTRAK

Kanker payudara merupakan penyakit yang menyebabkan sel-sel dalam tubuh yang mengalami perubahan diluar kendali akhirnya membentuk massa di dalam jaringan payudara. Stress yang timbul akibat dari lama dan jenis perawatan medis, masektomi, sesi kemoterapi pertama, perkembangan penyakit, sosial ekonomi dan kematian sehingga pengobatan tidak efektif pada pasien kanker payudara. Salah satu intervensi untuk mengurangi masalah psikologis yang efektif dan langsung menyentuk akar permasalahannya adalah hipnoterapi teknik konduksi yaitu teknik pengalihan pikiran dengan rasa panas yang membuat tubuh manusia menjadi nyaman dan tenang. Tujuan dari penelitian ini adalah mengetahui pengaruh hipnoterapi teknik konduksi terhadap tingkat stres pasien kanker payudara di RSUD Dr. Moewardi. Desain penelitian ini menggunakan *quasy experiment* dengan *Pre and post test without control group design* dengan menggunakan pendekatan *purposive sampling* yang dilakukan pada pasien kanker payudara di RSUD Dr. Moewardi. Instrumen penelitian ini menggunakan kuesioner *DASS 42* yang telah dimodifikasi. Analisa data menggunakan uji dengan Wilcoxon. Hasil penelitian pada 40 responden sebelum dilakukan hipnoterapi menunjukkan bahwa 18 responden (45.0%) mengalami stres tingkat sedang dan sesudah dilakukan hipnoterapi 19 responden (47.5%) mengalami stres ringan. Penelitian ini menyimpulkan bahwa ada pengaruh hipnoterapi teknik konduksi terhadap tingkat stres pasien kanker payudara di RSUD Dr. Moewardi dengan nilai $Z\text{-Score} = -5.7269$ nilai *Asymp. Sig. (2-tailed) = 0,000* sehingga $p\text{ value} < 0,05$.

Kata kunci : Hipnoterapi, Teknik Konduksi, Stres, Pasien Kanker Payudara.

ABSTRACT

Breast cancer is a disease that produces cells in the body to change out of control and eventually form a mass in the breast tissue. Stress arises from the duration and type of medical treatment, mastectomy, the first chemotherapy session, disease progression, socioeconomic conditions, and death, therefore treatment in breast cancer patients becomes ineffective. An effective intervention that directly reaches the root of the problem to reduce psychological problems is the conduction technique hypnotherapy, which is a technique of distracting the mind with a warm sensation that initiates the human body comfortable and relaxed. The present study aimed to investigate the effect of the conduction hypnotherapy technique on the stress level of breast cancer patients at Dr. Moewardi. This research used a quasi-experiment with pre and post-test without control group design with a purposive sampling approach to breast cancer patients at Dr. Moewardi. The instrument adopted a modified DASS 42 questionnaire. Its data were analyzed by using Wilcoxon's test. The results of the research on 40 respondents before conducting hypnotherapy showed that 18 respondents (45.0%) experienced moderate stress and 19 respondents (47.5%) experienced mild stress after hypnotherapy performed. This study revealed that there was an effect of conduction technique hypnotherapy on the stress level of breast cancer patients at Dr. Moewardi with a Z-Score = -5.7269 Asymp value. Sig. (2-tailed) = 0.000. Therefore, p-value <0.05.

Keywords: Hypnotherapy, Conduction Technique, Stress, Breast Cancer Patients.

PENDAHULUAN

Kanker payudara merupakan penyakit yang menyebabkan sel-sel dalam tubuh yang mengalami perubahan dan penyebaran diluar kendali akhirnya membentuk massa di dalam jaringan payudara (American Cancer Society, 2018). Kanker Payudara semakin berkembang seiring perkembangan zaman yang dibuktikan dengan data oleh *World Health Organization* (WHO) jumlah kanker payudara sebesar 2,09 juta kasus dan kematian 627.000 tahun 2018. Sedangkan data di Asia menunjukkan Kanker payudara sebesar 2,1 % memberikan kontribusi sekitar 11,6% dari semua jenis kanker. Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, prevalensi kanker di Indonesia

mencapai 1.79 per 1000 penduduk, naik dari tahun 2013 sebanyak 1.4 per 1000 penduduk. Prevalansi tertinggi di Jawa Tengah sebesar 2,1% dibandingkan Bali sebesar 2,0% (Kementrian Kesehatan RI Pusat Data dan Informasi Kesehatan, 2016). Di Jawa Tengah terdapat berbagai kota salah satunya kota Surakarta Kota Surakarta pada tahun 2016 memiliki sebanyak 22.232 penderita kanker payudara (Dinkes, 2016).

Kanker Payudara menimbulkan dampak fisik maupun psikologis. Salah satu dampak psikologis seperti tingkat stress akibat dari lama dan jenis perawatan medis, masektomi, sesi kemoterapi pertama, kualitas hidup menurun, perkembangan penyakit,

social ekonomi dan kematian (Tellez,dkk. 2017). Intervensi untuk mengatasi stress selama ini tidak efektif karena tidak menyentuh akar permasalahan padahal stress bersumber dari alam bawah sadar (Priayogo, 2018). Sugara (2013) dalam Priayogo (2018) mengatakan stress memberikan dampak negatif pada tubuh seseorang. Tingkat stress tinggi dapat mempengaruhi pengobatan sehingga tidak efektif maka perlu adanya penanganan untuk menghilangkan masalah psikologis (*American Journal of Clinican Hypnosis*, 2017)

Hipnosis merupakan salah satu terapi yang mampu menimbulkan efek relaksasi dan nyaman yang tinggi pada tubuh sehingga dapat mengurangi stress dan ketegangan dari pikiran seseorang. Hal ini dikarenakan karena sistem limbik tubuh di pengaruhi metode ini sehingga terjadi pengeluaran hormon adrenalin,tiroksin dan kortisol yang memicu pengeluaran stress tubuh (Priayoga,2018). Secara fisiologis hipnoterapi bekerja melalui sistem gelombang otak (Prasetya, 2017). Salah satu pengembangan hipnoterapi adalah dengan teknik konduksi. yaitu sebuah teknik pengalihan pikiran dengan cara menyentuh pada bagian tubuh manusia seperti punggung, tangan, pundak dan lainnya sambil membayangkan bagian

yang disentuh terasa hangat atau panas dan membuat semakin lama semakin rileks. Kelebihan teknik ini mempercepat induksi dan meningkatkan tahap *deepening* (Sakiyan,2018).

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh hipnoterapi teknik konduksi terhadap tingkat stres pasien kanker payudara di RSUD Dr. Moerwadi. Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi responden untuk mengatasi stress saat terdiagnosa kanker payudara, lama pengobatan, stadium, serta perubahan peran dan perubahan citra tubuh, bagi perawat diharapkan dapat memberikan asuhan keperawatan terkait intervensi non farmakologis dengan hipnoterapi khususnya hipnoterapi teknik konduksi, memperkaya literatur ilmu keperawatan terkait manajemen stress bagi institusi pendidikan kesehatan.

METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan di RSUD Dr. Moewardi pada bulan Maret 2020 – April 2020. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif, dengan rancangan penelitian yang digunakan adalah Quasy experiment dengan pendekatan Pre and post test nonequivalent control group design. Teknik pengumpulan data menggunakan lembar kuesioner.

Kuesioner yang digunakan adalah DASS 42 yang dimodifikasi oleh Prasetya (2017). Skala ini termasuk jenis linkert dimana skor diperoleh dengan menjumlahkan seluruh butir item. jawaban tidak pernah, kadang-kadang, sering, selalu. Skor 0 untuk jawabab tidak pernah, jawaban kadang-kadang diberi nilai 1, jawaban sering diberi nilai 2 dan jawaban selalu diberi nilai 3.

Pada penelitian ini menggunakan teknik pengumpulan data *purposive sampling* yang didasarkan pada suatu pertimbangan tertentu yang dibuat oleh peneliti, peneliti menggunakan 40 responden. Teknik analisis menggunakan *software IBM SPSS Statistics* versi 16.01 for Windows. Uji analisa karena terdiri dari 2 kelompok berpasangan tidak normal maka uji yang digunakan adalah dengan uji Wilcoxon. Uji Wilcoxon digunakan untuk menguji hipotesis dua sampel yang berkomparasi bila datanya berbentuk ordinal atau sering disebut data kategorik.

HASIL DAN PEMBAHASAN PENELITIAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan terhadap 40 responden dengan hipnoterapi teknik konduksi dengan durasi 1x 45 menit didapatkan hasil sebagai berikut:

Analisa univariat

Tabel 1.1 Distribusi Responden Berdasarkan umur

Umur (Tahun)	Frekuensi	Persen (%)
23 – 35	10	25.0
36-47	14	35.0
48-59	16	40.0
Total	40	100.0

Berdasarkan Tabel 1.1 Hasil analisa penelitian yang dilakukan peneliti kepada 40 responden di dapatkan hasil bahwa umur 48-59 tahun dengan frekuensi 16 responden (40%).Hal ini sejalan dengan penelitian America Society Cancer (2018) yang menyebutkan bahwa semakin meningkat umur perempuan mempunyai resiko lebih tinggi untuk mengalami kanker payudara. Faktor penyebab sebagian dari pola reproduksi, penggunaan hormon estrogen, dan meningkatnya obesitas.

Hasil penelitian lain yang mendukung adalah yang dilakukan oleh Listyawardhani (2018) yang menjelaskan bahwa umur 40 -59 tahun paling banyak terkena kanker payudara, usia kehamilan pertama ≥ 30 tahun karena saat kehamilan trimester pertama tingkat hormon estrogen tinggi maka terjadi multiplikasi sel melalui mitosis menimbulkan pembelahan sel kanker (*Beckr,2015 ; Goldberg et al., 2015; Morales et al., 2013*). Hal ini juga sesuai

dengan penelitian Widiyono *et al* (2017) bahwa kanker payudara didominasi usia 40-60 tahun yaitu 51 orang (72,86%). Hal ini dikarenakan perbedaan tempat, populasi dan sosial demografi.

Berdasarkan penjabaran diatas, dapat disimpulkan bahwa perempuan perempuan mempunyai usia 40 tahun keatas diaman puncaknya usia 60 tahun memiliki resiko lebih besar untuk mengalami kanker payudara dikarenakan faktor internal dan eksternal. Faktor internal meliputi aktivitas hormonal seperti usia melahirkan anak pertama, menopause terlambat, penggunaan hormon erstogen dan pola reproduksi. Sedangkan faktor eksternal meliputi gaya hidup dan obesitas.

Tabel 1.2 Distribusi Responden Berdasarkan Stadium

Stadium	Frekuensi	Persen (%)
Stadium 1	8	20.5
Stadium 2A	7	17.5
Stadium 2B	7	17.5
Stadium 3A	5	12.5
Stadium 3B	3	7.5
Stadium 3C	3	7.5
Stadium 4	7	17.5
Total	40	100.0

Berdasarkan Tabel 1.2 Distribusi Responden Berdasarkan Stadium pada penelitian ini paling banyak yaitu stadium 2 dengan frekuensi 14 responden (35%). Hal ini sejalan dengan penelitian Wahyuni ,dkk (2012) yang mengatakan bahwa stadium 2 terbanyak dengan prosentase (80%). Hal ini dikarenakan kelelahan. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan Sitepu (2016) yang mengatakan bahwa stadium 2 yang paling banyak menderita kanker payudara yaitu 17 reponden (41,5%). Hal ini dikarenakan takut akan kematian serta dampak pengobatan seperti citra tubuh yang berubah. Sesuai dengan penelitian Dyanti (2016) yang mengatakan penderita kanker payudara diagnosa pertama paling banyak di stadium 2 dengan frekuensi 45 orang (41,67 %). Penelitian lain yang mendukung Ningsih (2015) mengatakan bahwa responden kankr payudara mayoritas di stadium 2 yaitu 16 orang (53,3%)

Berdasarkan penjabaran diatas, dapat disimpulkan bahwa stadium kanker payudara paling banyak pada stadium 2 karena pada tahap ini benjolan berubah menjadi besar dan sudah sampai ke aksila sehingga mulai diketahui (Yonas, 2014) dalam Ningsih (2015).

Tabel 1.3 Distribusi Tingkat Stres Sebelum Dilakukan Hipnoterapi Teknik Konduksi

Tingkat Stres	Frekuensi	Persen (%)
Stres Ringan	5	12.5
Stres Sedang	18	45.0
Stres Berat	17	42.5
Total	40	100

Berdasarkan Tabel 1.3 tingkat stres yang dialami pasien kanker payudara sebelum dilakukan hipnoterapi paling banyak berada pada tingkat stres sedang dengan frekuensi 18 responden (45.0%). Hal ini sejalan dengan penelitian Putri (2018) mengatakan bahwa 25 reponden (71,4%) pasien kanker payudara mengalami stress sedang. Menurut Desmaniarti (2014) mengatakan sebelum di intervensi pasien mengalami stress tingkat sedang dengan skor 50,79 dan cukup membahayakan pasien karena persepsi diri menyempit dan aktivitas terhambat yang dapat memperburuk status kesehatan pasien itu sendiri. Hal ini sama dengan penelitian Sitepu (2016) menyatakan bahwa sebanyak 9,8% pasien stress sedang karena takut kematian serta memikirkan dampak dari pengobatan yang berkepanjangan penelitian lain Suwistianisa (2015) mengatakan depresi sedang 22 responden (33,3%) akibat dari kurang pengetahuan

dan dukungan keluarga. hal ini sesuai dengan penelitian dari Groot (2002) dalam Kemkes RI (2015) menunjukkan bahwa bahwa kanker berpengaruh pada kondisi psikis pasien untuk mengalami distress.

Berdasarkan penjabaran diatas dapat disimpulkan bahwa stres sedang yang semakin lama dapat menimbulkan berbagai gangguan kesehatan sehingga dapat menimbulkan gangguan kesehatan, serta dapat menurunkan kondisi fisik serta mempercepat perkembangan penyakit, maka dari itu perlu adanya penanganan yang cepat dan tepat untuk memperbaiki masalah kesehatan tersebut.

Tabel 1.4 Distribusi Tingkat Stres Setelah Dilakukan Hipnoterapi Teknik Konduksi

Tingkat Stres	Frekuensi	Persen (%)
Stres Normal	6	15.0
Stres Ringan	19	47.5
Stres Sedang	10	25.0
Stres Berat	5	12.5
Total	40	100

Berdasarkan Tabel 1.4 didapatkan hasil bahwa terjadi penurunan tingkat stres dengan jumlah stres berat menjadi 5 responden (12.5%), stres sedang 10 responden (25%), dan stres ringan 19

responden (47.5%). Stres ringan merupakan stresor yang dihadapi setiap orang secara teratur, seperti stres perkuliahan yang terjadi pada mahasiswa. Situasi seperti ini biasanya berlangsung beberapa menit atau jam dan dapat hilang dengan sendirinya. Stres ringan biasanya tidak disertai timbulnya gejala yang berarti, namun tetap membutuhkan manajemen yang tepat agar tidak menimbulkan kerugian bagi kesehatan.

Analisa Bivariat

Tabel 2.1 Uji *Wilcoxon*

Intervensi Hinterapi Teknik Koduksi	Std. Deviasi	Asymp. Sig. (2-tailed)
Sebelum	5.124	.000
Sesudah	5.664	

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

Berdasarkan Tabel 2.1 menunjukkan bahwa Uji *Wilcoxon* menghasilkan nilai *Asymp. Sig. (2-tailed)* = 0,000 sehingga p value < 0,05 maka H_0 ditolak dan H_a diterima sehingga ada pengaruh yang signifikan hipnoterapi teknik Kondusi Terhadap Tingkat Stres pasien kanker payudara di RS Dr.Moewardi.

Teknik hipnosis yang dikembangkan dalam dunia medis. Terapi ini dapat meredakan gejala

psikologis yang terjadi pada individu adalah hipnoterapi (Rohmadani, 2017). Secara umum, hipnoterapi bekerja dengan cara memberikan sensasi rileksasi terhadap otak dan anggota badan. Secara fisiologis saat seseorang masuk relaksasi hipnotis, gelombang pikirannya masuk ke gelombang alfa dengan frekuensi 7-14 cps atau lebih dalam lagi ke gelombang theta dengan frekuensi 3.5-7 cps. Pada kondisi ini, manusia menghasilkan zat endorphen alami yang diproduksi oleh tubuh sehingga menimbulkan sensasi nyaman, tenang dan tubuh menjadi rileks (Sutrisno dkk, 2016). Hipnoterapi juga mempengaruhi kerja cerebral cortex sehingga menghasilkan persepsi positif dan relaksasi, secara tidak langsung membantu keseimbangan homeostatis tubuh melalui jalan HPA Axis, untuk menghasilkan Corticotropin Releasing Factor (CRF). Selanjutnya CRF merangsang pituitary untuk menurunkan produksi ACTH sehingga produksi endorphen meningkat yang kemudian menurunkan produksi kortisol dan hormon - hormon stres lainnya tubuh menjadi lebih rileks bebas dari ketegangan. Saat kondisi relaksasi ini kebutuhan oksigen dalam tubuh akan menurun diikuti penurunan otot – otot tubuh, aliran darah akan lancar,

neurotransmitter penenang akan dilepaskan dan sistem saraf akan bekerja secara baik sehingga menimbulkan perasaan tenang dan nyaman (Niraski dkk, 2015).

Berdasarkan penjabaran diatas, hipnoterapi dengan teknik Konduksi yang dilakukan peneliti terhadap tingkat stres pasien kanker payudara terbukti efektif dengan nilai *p-Value* 0,000 (<0,05). Hal ini sejalan dengan penelitian lain yang menyebutkan bahwa hipnoterapi terbukti efektif untuk mengatasi masalah psikologik, seperti yang telah dilakukan oleh Sakiyan (2015) bahwa Ada Pengaruh Hipnoterapi Terhadap Tingkat Nyeri dan Kecemasan pada pasien Kanker Kolon ($p < 0.05$), Priayoga dkk (2018) membuktikan adanya Pengaruh Hipnoterapi Teknik *Anchor* Tingkat Stress Mahasiswa dengan *p-value* yang terpercaya 0,000 (<0,05), Putri dkk (2018) mengenai Pengaruh Logoterapi Terhadap Stres pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi di RSUP DR. M Djamil Padang dengan nilai *p-Value* 0,000 (<0,05), Novitayanti. dkk (2017) mengatakan ada Pengaruh Terapi *Dzikir* dan Kalimat Thoyyibah Terhadap Kecemasan dan Nyeri Pasien Kanker Payudara yang menjalani Kemoterapi di RSUD DR Soehadi

Prijonegoro Sragen dengan nilai *p-Value* 0,000 (<0,05) dan Lusiatun (2016) mengatakan bahwa terdapat pengaruh *Self Efficacy*, *Family Support, education* dan *family incoming* pada pasien kanker payudara di RS Dr Moewardi dengan *P-value* <0.05.

KESIMPULAN

Penelitian mengenai Pengaruh hipnoterapi teknik konduksi terhadap tingkat stres pasien kanker payudara di RSUD Dr Mowardi didapatkan hasil bahwa

1. Karakteristik responden pada penelitian ini yaitu sebanyak 40 responden pasien kanker payudara dengan rentang umur antara 20-60 tahun dengan frekuensi yang paling banyak banyak menderita kanker payudara yaitu pada kategori usia 48-59 tahun dengan frekuensi 16 responden (40%).
2. Karakteristik reponden pada penelitian ini adalah stadium dimana yang terbanyak yaitu stadium 2 dengan frekuensi 14 responden (35%).
3. Tingkat stres sebelum dilakukan hipnoterapi teknik konduksi pasien kanker payudara sebelum dilakukan hipnoterapi paling

banyak berada pada tingkat stres sedang dengan frekuensi 18 responden (45.0%). Frekuensi yang terendah di stress ringan dengan 5 responden (12.5%). Stres berat berada di peringkat ke dua dengan frekuensi 17 responden (42.5%).

4. Tingkat stres setelah dilakukan hipnoterapi teknik konduksi adalah stres normal menjadi 6 responden (15.0%), stres ringan 19 responden (47.5%), stres sedang 10 responden (25.0%), dan stres berat 5 responden (12.5%), mean 13.35, median 11.50, dan std. Deviation 5.664.
5. Hasil Uji Wilcoxon menghasilkan nilai nilai Asymp. Sig. (2-tailed) = 0,000 sehingga p value < 0,05 maka Ho ditolak dan Ha diterima, sehingga ada pengaruh hipnoterapi teknik Konduksi Terhadap Tingkat Stres pasien kanker payudara di RS Dr.Moewardi.

SARAN

Berdasarkan hasil penelitian tersebut, diharapkan untuk peneliti selanjutnya meneliti pengaruh hipnoterapi dengan teknik dan metode yang berbeda serta meningkatkan komunikasi aktif sehingga muncul rasa

percaya pasien dengan peneliti yang membuat hasil menjadi maksimal serta perlu adanya pelatihan hipnoterapi teknik konduksi sehingga dapat diaplikasikan di rumah sakit sehingga pemberian asuhan keperawatan menjadi maksimal yang dapat mengurangi gangguan psikologis pasien kanker payudara.

DAFTAR PUSTAKA

- American Society Cancer. (2018). Breast Cancer: Facts dan Figure 2017-2018. Atlanta: American Society Cancer. *Journal Kedokteran* 30.(1): 1-33
- Becker, S. (2015). International Journal Of Gynecology and Obstetric Reproductive Health Historic and Scientific Review of Breast Cancer: The Next Global Healthcare of Gynecology and and Obstetric. *Journal gynecogy* 131,S36-S39. <https://doi.org/10.1016/j.ijgo>.
- Dewi, Gustu Ayu Triara,dkk. (2015). Analisa Raisiko Kanker Payudara Berdasarkan Riwayat Pemakaian Kontrasepsi Hormonal dan Usia Menarche. Surabaya: Universitas Airlangga. *Journal Keperawatan* 3.(1):12-23
- Dharma, Kelana, Kusuma. (2011). *Metodelogi Penelitian Keperawatan*. Jakarta: CV.

- Trans Info Media. Hal: 104-203
- Dyanti, Gusti Ayu Resa. (2016). Faktor- faktor Keterlambatan Penderita Kanker Payudara dalam Melakukan Pemeriksaan Awal ke Pelayanan Kesehatan. *Journal KEMAS*.11.(2):97-103. Diakses 9 oktober 2019 <http://journal.unnes.ac.id/nju/index.php/kemas>
- Goldberg, M Calderon. (2015). Social Economic Disparities in Breast Cancer Incidenceand Survival Among Paraous Women: Findings From a Population Based Coholt.BMC cancer. *Journal Keperawatan* 15.(1): 921. Diakses 8 oktober 2019 <http://doi.org/10.1186/s12885-015-1931-4>
- Hardini, Ajeng Tri. (2019). “Hubungan Antara Tingkat Depresi dengan Lama Menderita Kanker Payudara di RS PKU Muhammadiyah Bantul dan RS PKU Muhammadiyah Yogyakarta”.*Skripsi*. Universitas Islam Indonesia Yogyakarta.
- Hidayat, A., Aziz, Alimul. (2007). *Metode Penelitian Keperawatan Dan Teknik Analisis Data*. Jakarta: Salemba Medika.Hal:24-60
- Johannson, et al. (2013). The Relationship Among Coping Strategies, Religious Coping and Spirituality In African American Womn With Breast Cancer Receiving Chemoteraphy. *Journal Keperawatan* 1.(3): 21. Diakses 26 Maret 2020 dari <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/23448737>
- Kementrian Kesehatan RI Inodesia.(2018). *Hasil Utama Riskesdas 2018*.Stop Kanker.Infodatin-Kanker, hal 3
- Kemenkes RI. (2015). *Situasi Penyakit Kanker Buletin Jendela Data dan Informasi Kesehatan*. Jakarta : Pusat Data dan Informasi Kementrian Kesehatan RI.Buletin Kanker, hal 46
- Listyawardhani, Yana. (2018). Risk Factor Of Breast Cancer In Women At Dr. Moewardi Hospital,Surakarta, Central Java. *Journal Keperawatan* 3(2): 118-127. <http://doi.org/10.26911/jepublichealth.2018.03.02.02>
- Lusiatun,dkk, (2018).The Effect Of Seft-Efficacy, Family Support, And Socio Economic Factor on The Quality of Life of Patient with Breast Cancer at Dr. Moewardi Hospital, Surakarta. *Journal-kep* 2.(3):36-45
- Morales,L. (2013). Factors Associated With Breast Cancer In Puetro Rican

- Women. *Journal-kep*
1.(3):38-58.
- Mubarak, Wahit, Iqbal, Indrawati, Lilis & Susano, Joko. (2015). *Buku Ajar Ilmu Keperawatan Dasar Buku 1*. Jakarta: Salemba Medika.hal.126
- Mulyani, Nina Siti. (2017). *Kanker Payudara dan PMS pada Kehamilan*. Yogyakarta: Nusa Medika.hal.39-92
- Nasir, Abdul & Muhith, Abdul. (2011). *Dasar-Dasar Keperawatan Jiwa: Pengantar dan Teori*. Jakarta: Salemba Medika. Hal.146
- Ningsih, Santi Fitria. (2015). Efektivitas Terapi *Emotional Freedom Technique (EET)* Terhadap Kecemasan Pasien Kanker Payudara Stadium II dan III. *JOM* 2.(2):1-8.
- Nisak, Chairul. (2017). "Hubungan Dukungan Emosional Teman Sebaya Dengan Mekanisme Koping pada Remaja Perempuan Di Pondok Pesantren Nurul Islam Jember". *Skripsi*. Universitas Negeri Jember
- Notoatmodjo, Soekidjo. (2014). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: PT Rineka Cipta. Hal.61-231
- Nova, Prisca. (2016). Peran Brief CBT Terhadap Tingkat Depresi dan Masalah *Body Image* Pasien Kanker Payudara Dewasa Muda. *Jurnal Ilmiah Psikologi MANASA* 5.(2): 103-113.
- Octami, E. (2014). Analisis Dampak Psikologis Pengobatan Kanker Payudara di RS.Dr. Wahidin Sudirohusodo Kota Makassar. *Journal kep* 1.(2):34-52 Diakses 15 Maret 2020
<http://repository.unhas.ac.id/bitstream/handle/123456789/10727/FRATIWI%20OETAM1%20K11110330.pdf?sequence>
- Partini,Putu Diah Pradriya,dkk. (2018). Karakteristik Kanker Payudara Usia Muda di Subbagian Bedah Onkologi Rumah Sakit Umum Pusat Sanglah tahun 2014-2016. *Intisari Sains Medis* 9.(1):76-79.
- Prasetya, Frendy Dwi, Aini, Faridah & Puji Lestari. (2017). Pengaruh Hipnoterapi Terhadap Tingkat Stres Pada Lansia Di Unit Pelayanan Sosial Lanjut Usia Pucang Gading Semarang. 35 (2006-2015).*Jurnal Keperawatan* 1.(1):1-9
- Priayogo, Seno. 2018. "Pengaruh Hipnoterapi Teknik Anchor Terhadap Tingkat Stres Mahasiswa Tingkat Pertama di STIKes Kusuma Husada Surakarta. Surakarta:STIKes Kusuma Husada Surakarta".*Skripsi*. Stikes Kusuma Husada Surakarta.

- Priyoto. (2014). *Konsep Manajemen Stres*. Yogyakarta: Nuha Medika.hal.165
- Purwati, Susi. (2012). "Tingkat Stres Akademik Pada Mahasiswa Reguler Angkatan 2010 Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia".*Skripsi*. Depok: Universitas Indonesia.
- Putri, Sri Burhani. (2018). Efektivitas Logoterapi Terhadap Stress Pasien Kanker Payudara yang Menjalani Kemoterapi. *Jurnal Perawat* 3.(1):17-25.
- Rasjidi I. (2010). *Epidemiologi Kanker Pada Wanita*. Jakarta: Sagung Seto.hal.106-146
- Riskedas. (2018). *Hasil Utama Riskesdas Tahun 2018*. Infodatin hal 50-87
- Rochmawati, Dwi. (2015). "Kualitas Hidup Pasien Ca Mamae yang Menjalani Kemoterapi di RSUD Dr. Moweari". *Skripsi*. Surakarta:STIKes Kusuma Husada Surakarta
- Rohmadani, Zahro Varisna. (2017). Metode Future Pacing Hypnotherapy Untuk Menurunkan Tingkat Kecemasan Pada Mahasiswa Baru. Universitas Aisyiyah Yogyakarta. *Journal of Health Studies*, Vol. 1, No. 2.hal.1-14
- Romadhon, Nur. (2018). "Perbedaan Terapi Tilawah dan Terapi Murrotal Terhadap Tingkat Stres Mahasiswa Tingkat Akhir STIKes Kusuma Husada Surakarta". *Skripsi*. Surakarta:STIKes Kusuma Husada Surakarta
- Sakiyan & Elsa Maria Rosa. (2015). Action Research Hypnotherapy to Overcome Pain and Anxiety in Colon Cancer Patient. *Jurnal Ilmu Keperawatan* 1.(1):1-12
- Salsabilla, Dinda. (2018). "Pengaruh pendidikan kesehatan Tentang Sadari Melalui Whatsapp Messeger dan Line Messeger Terhadap Pengetahuan dan Sikap Remaja putri".*Skripsi*. Surakarta : Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Setyadi, Ahmad Wasis.dkk. (2016). The Effect of Hypnotherapy on Depression, Anxiety, and Stress, In People Living With HIV/AIDS in Friendship Plus Peer Supporting Group , In Kediri, East Java. Surakarta : Unversitas Sebelas Maret. *Journal keperawatan* 2.(3):5-9
- Sitepu, Yenni Epriyanta. (2018). Gambaran Tingkat Stres, Ansietas, dan Depresi Pada Pasien Kanker Payudara yang Menjalankan Kemoterapi Di RSUP H. Adam Malik Medan. Sumatra Utara: Universitas Sumatra Utara.

- Journal keperawatan* 1.(2):1-14
- Sugara, Gian Sugiana. (2013). *Terapi Self Hypnesis Seni Memprogram Ulang Pikiran Bawah Sadar*. Jakarta: PT Indeks Permata Puri Media.hal 204-236
- Sugiyono, (2017). *Metodelogi Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta. hal.145-186
- Sukadiyanto. (2010). Stress dan Cara Mengurangnya. *Cakrawala Pendidikan*, Th. XXIX, No. 1. FIK Universitas Negeri Yogyakarta, 2010. *Journal Kedokteran* 1(1):1-13
- Sutrisno, Rahmawati & Haryanto. (2016). Pengaruh Hipnoterapi Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Penawangan II Kabupaten Grobogan. *The Shine Cahaya Dunia Ners 1 (1):49-52*.
- Syaripudin, Ahmad. (2018). *Hipnoterapi: Aplikasi Keperawatan Komplementer*. Jakarta: In Media. Hal 102-122
- Tellez, Arnold,dkk. 2017. Pscychological Effect of Group Hypnotherapy on Breast Cancer Patients During Chemotherapy. *American Journal of Clinical Hypnosis* 60.(1):68-84
- Utama, Hendra. 2011. *Manajemen Stres, Cemas, dan Depresi*. Jakarta:FKUI. Hal.27-61
- Wahyuni, Indah Sri. (2012). Walking Exercise Programme (WEP) Menurunkan Cancer Related Fatigue (CRF) Pada Pasien Kanker Payudara di RSUD Ibnu Sina Gresik. *Jurnal Keperawatan* 1.(1):1-10
- Wong, Ferry M. & Rusdianasari, Erina. (2011). *Hipnopunktur Kombinasi Hipnosis + Akupunktur*. Jakarta: Penebar Swadaya Grup.hal 48-64
- Word Health Organization. 2018. Cancer. Diakses 8 Oktober 2019 www.who.int
- Word Health Organization. 2018.Latest Global Cancer Data:Cancer Burden Rises to 18,1 million New Cases and 9,6 Million Cancer Apart in 2018. Diakses 8 Oktober 2019 www.who.info.int