

**Efektivitas *Forgiveness Therapy* untuk Memperbaiki Tingkat *Self-Acceptance* pada Wanita Penderita Kanker Payudara:
*Literature Review***

Nur 'Azizah Laili Anjainah¹, Abdul Muhid²

^{1,2} Fakultas Psikologi, Universitas Islam Negeri Sunan Ampel

lailianjainah01@gmail.com, abdulmuhid@uinsby.ac.id

ABSTRACT

The number of deaths from breast cancer reached 684,996 people, which is 15.5% of the total deaths from cancer. In 2018 in Indonesia, breast cancer was ranked 7th of all types of cancer. The women with breast cancer generally do chemotherapy as a process that is believed to cure, however, chemotherapy has side effects in the form of physical and psychological. Women with breast cancer also experience more than one changes in their routine, related to the way they perceive their own bodies (body image). This literature review attempts to elucidate the effectiveness of forgiveness intervention in improve self-acceptance in females whose suffering breast cancer. A writing technique that uses a literature review by gathering various data from a described phenomenon in the journal, book, or some alternative type of reference that is relevant with the topic. The results obtained are forgiveness therapy has effectiveness in increasing acceptance in women with breast cancer.

Keywords: *Forgiveness Therapy; Self-acceptance; Breast Cancer*

ABSTRAK

Jumlah kematian akibat kanker payudara mencapai 684.996 orang, yakni 15,5% dari total kematian akibat kanker. Pada 2018 di Indonesia kanker payudara menempati peringkat ke-7 dari keseluruhan jenis kanker. Para wanita penderita kanker payudara umumnya melakukan kemoterapi sebagai proses yang dipercaya menyembuhkan namun, kemoterapi memiliki efek samping berupa fisik dan psikis. Penderita kanker payudara juga mengalami perubahan dalam kehidupannya seperti, cara mereka memandang badan mereka sendiri (body image). Literature review ini mencoba menggali lebih dalam mengenai efektivitas dari terapi pemaafan dalam memperbaiki tingkat penerimaan diri wanita dengan kanker payudara. Metode penulisan menggunakan tinjauan pusaka dengan mengumpulkan berbagai data dari sebuah fenomena yang dijabarkan dalam bentuk jurnal, buku, atau apapun jenis referensi yang sejalan dengan isu yang di angkat. Hasil yang didapatkan adalah terapi pengampunan memiliki efektivitas dalam memperbaiki tingkat penerimaan pada wanita dengan kanker payudara.

Kata kunci: Terapi Pemaafan; Penerimaan Diri; Kanker Payudara

PENDAHULUAN

Kanker payudara merupakan satu dari sekian banyak jenis kanker dengan penderita terbanyak di dunia dan juga di Indonesia. Angka penderitanya juga terus bertambah setiap tahun. Berdasarkan data survey *The Global Cancer Observatory* pada 2020 jumlah penderita kanker payudara di dunia mencapai 2.261.419 orang. Sedangkan jumlah kematian akibat kanker payudara mencapai 684.996 orang, yakni

15,5% dari total kematian akibat kanker (World Health Organization, 2020). Jumlah penderita kanker payudara di Indonesia sendiri berdasarkan hasil survey (RISKESDAS) tahun 2018 menempati peringkat ke-7 dari keseluruhan jenis kanker.

Dari sekian banyak penderita kanker payudara, proses pengobatan yang awam dilakukan adalah melakukan kemoterapi. Kemoterapi sendiri memiliki efek samping berupa fisik dan psikis. Menurut Dersen (2011) beberapa efek fisik yang biasa dialami saat menjalani kemoterapi adalah adanya tekanan pada sumsum tulang belakang, terjadinya reaksi alergi, timbulnya penyakit pencernaan, trauma pada fungsi hati dan ginjal, terjadi kerusakan jantung dan paru. Sedangkan efek secara psikis adalah pasien mengalami kecemasan, tertekan, dan depresi. Penderita kanker payudara juga mengalami perubahan dalam kehidupannya seperti, cara mereka memandang badan mereka sendiri (*body image*). Mereka menjadi tidak percaya diri dengan tubuhnya sendiri. Dimana kepercayaan diri merupakan kemampuan seseorang untuk tidak mudah terganggu dengan persepsi orang lain dan senantiasa memiliki emosi yang positif (Ayu & Muhid, 2022).

Menurut Kamelia (2012) perempuan dengan kanker payudara akan cenderung memiliki *self-concept* yang negatif. Mereka merasa bahwa fisiknya sudah tidak lagi sempurna sehingga menyebabkan penderita kanker payudara akan menjauh dari lingkungannya bahkan sampai menghindari sentuhan dari orang lain. Karena konsep diri yang negatif ini kemudian penderita kanker payudara akan mengalami gejala psikis seperti, cemas, takut, merasa tidak punya harapan, suka menyendiri, dan merasa bersalah sepanjang waktu.

Hal yang menyebabkan wanita penderita kanker payudara memiliki *self-acceptance* yang rendah salah satunya yaitu konsep diri yang negatif (Merlin et al., 2021). Padoli (2018) melakukan penelitian dengan hasil setengah dari 30 pasien kanker payudara atau sebanyak 50% pasien memiliki *self-acceptance* yang rendah sedangkan 30% sisanya memiliki *self-acceptance* yang sedang dan 20% lainnya memiliki *self-acceptance* yang tinggi. Riset lain juga menunjukkan bahwa sebanyak 59.4% dari 64 pasien kanker payudara memiliki *self-acceptance* yang buruk atau rendah (Merlin & Vanchapo, 2019). Natalia (2021) melakukan survey yang dilakukan di Kalimantan Timur terhadap 66 orang pasien kanker payudara didapatkan hasil sebanyak 75.0% pasien yang tidak menerima dirinya terdiagnosa kanker payudara dan sebanyak 25.0% pasien menerima diagnosa tersebut. Dari beberapa hasil riset dan survey yang sudah dilakukan bisa disimpulkan bahwa wanita dengan kanker payudara mempunyai penerimaan diri yang rendah disebabkan oleh penyakit yang diderita.

Terapi pemaafan sendiri diharapkan bisa memperbaiki tingkat penerimaan diri dari pasien kanker payudara. Pemaafan sendiri ialah kondisi dimana individu yang merasakan sakit tidak memiliki keinginan untuk membalas rasa sakitnya terhadap hal atau seseorang yang membuatnya sakit, sebaliknya pemaafan diri digambarkan dengan timbulnya kemauan untuk berdamai dan tetap berbuat baik terhadap penyebab rasa sakit tersebut (McCullough et al., 2003). Dalam hal pemaafan terhadap pasien kanker payudara ialah apabila ia sudah memaafkan dan menerima

dirinya sendiri tanpa berfikir untuk melakukan sesuatu yang menyakitinya ataupun orang lain.

METODE PENELITIAN

Metode penulisan menggunakan literature review dengan mengumpulkan berbagai data dari sebuah fenomena yang dijabarkan dalam bentuk jurnal, buku, atau apapun jenis referensi yang relevan dengan topik atau isu yang dibahas. Literature review ini menganalisa data dari berbagai artikel dalam atau luar negeri yang memiliki fokus bahasan berkaitan dengan topik yang dibahas yaitu *forgiveness therapy* untuk meningkatkan *self-acceptance* pada wanita penderita kanker payudara. Dalam memperoleh data peneliti melakukan studi literatur melalui, google scholar, Science Direct, Jstor.org, dan Reaserchgate. Sumber atau referensi yang menjadi pedoman dalam penyusunan artikel ini yaitu:

Tabel 1 Sumber Referensi

Judul	Penulis	Sumber
Pengaruh Terapi Pemaafan Dalam Meningkatkan Penerimaan Diri Penderita Kanker Payudara	1. Amalia Rahmandani 2. M.A Subandi	Reaserchgate
Pengaruh Terapi Latihan Dalam Meningkatkan Penerimaan Diri Istri Yang Mengalami Kekerasan Dalam Rumah Tangga	1. Andhita Dyorita Khoiryasdien 2. Koentjoro Soeparno	Reaserchgate
Effects of Forgiveness Therapy on Recovery among Residents of Drug Rehabilitation Centers	1. Myrtle Orbona 2. Jocelyn Mercadob 3. Jolly Balilaa	Science Direct
Forgiveness therapy: A clinical intervention for chronic disease	1. Barbara A. Elliott	Jstor
Pengaruh terapi pemaafan dengan dzikir untuk meningkatkan penerimaan diri pada orang dengan hiv/aids (odha)	1. Oktandhy Bhayatri Mochammad Firmansyah 2. Khoiruddin Bashori 3. Elli Nur Hayati	google scholar

Proses pencarian data dilakukan dengan menetapkan keywords pada setiap variabel yang akan dibahas, diantaranya yaitu: *forgiveness therapy*, *self-forgiveness*, *self-acceptance*, *breast cancer*, dan *chronic disease*. Kemudian setelah melakukan pencarian sumber data yang diperlukan, selanjutnya dilakukan analisis jurnal yang relevan atau sejalan dengan tujuan dari riset yang dilakukan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penerimaan Diri

Merlin (2022) mengungkapkan bahwa penerimaan diri merupakan kemampuan individu dalam memahami kekurangan dan kelebihan dalam mengatasi suatu keadaan dengan tetap mempertahankan perasaan yang positif serta memiliki toleransi terhadap akibat stress yang tinggi. Ryff (1989) menyertakan konsep penerimaan diri sebagai kriteria utama untuk *subjective well-being*. Ryff mencatat bahwa penerimaan diri memiliki makna yang berbeda dengan harga diri, penerimaan diri mencakup dua faktor: mengenali diri sendiri secara akurat, mengenai tindakan, motivasi, dan perasaan yang dialami; dan kebutuhan untuk memandang positif terhadap diri sendiri. Ryff menegaskan bahwa penerimaan diri bukan hanya bagaimana kita menyukai apa adanya diri sendiri, tetapi memahami kekuatan dan kelemahan diri sehingga kita dapat mengatasinya. Penerimaan diri juga digambarkan sebagai karakteristik aktualisasi, memungkinkan seseorang berfungsi secara optimal dan matang, membuatnya mampu mengetahui dan menerima dirinya sendiri baik hal-hal yang positif atau negatif, dan mempunyai perasaan positif terhadap kenangan masa lalu.

Terapi Pemaafan

Pada awalnya *self-forgiveness* dipahami sebagai penerimaan tanggung jawab dan pelepasan dari penghukuman diri (Cornish et al., 2018). Definisi pemaafan diri adalah kesediaan untuk tidak membenci diri sendiri ketika menghadapi sebuah kesalahan, sambil memupuk kasih sayang, kemurahan hati, dan cinta terhadap orang lain (Cornish et al., 2018). Menurut Enright *self-forgiveness* digambarkan sebagai proses kontrol emosi, yang bermula saat individu menerima sebuah beban akibat perilaku mereka dan mulai membebaskan hal-hal negatif dari diri dan kemudian mulai memulihkan diri (Cleare et al., 2019). Enright (2001) menyebutkan bahwa *forgiveness* merupakan sebuah proses yang melalui beberapa tahapan diantaranya: *deciding to forgive*, *uncovering the anger*, *discovery and release from emotional prison*, dan yang terakhir *working on forgiveness*. Pengampunan diri atau self forgiveness juga digambarkan sebagai proses '*day to day*' dan '*ongoing journey*' dari refleksi diri dan penerimaan diri di mana individu harus terus '*revisit*' gagasan mereka mengenai nilai pribadi sehubungan dengan tindak kesalahan mereka. Pengampunan diri juga merupakan proses berurutan karena beberapa individu bersikeras bahwa mereka harus berhenti melakukan kesalahan dan memiliki sesuatu yang untuk masyarakat sebelum memaafkan diri mereka sendiri (Suzuki & Jenkins, 2022). Seseorang yang memutuskan untuk melakukan terapi pemaafan harus memahami bahwa prosesnya

tidak akan cepat atau mudah. Sebaliknya, ini adalah perjalanan dari *unforgiveness* kepada *forgiveness* (Orbon et al., 2015). *Self forgiveness* didefinisikan sebagai proses adaptif, dimana individu melepaskan kebencian terhadap diri sendiri untuk kegagalan atau kesalahan yang dirasakan dengan meningkatkan kebajikan terhadap diri sendiri (Hall & Fincham, 2005). Terapi pemaafan sendiri merupakan metode di mana klien dan terapis memeriksa situasi klien yang merasa telah diperlakukan tidak adil. Tujuan dari intervensi ini adalah agar klien dapat memahami hal yang membuatnya merasa tidak diperlakukan adil dan belajar untuk secara bertahap meninggalkan kemarahannya terhadap hal tersebut dan, seiring waktu dapat memberikan respons moral yang baik. Klien dapat membebaskan diri dari efek negatif dari kemarahan yang dapat diperbaiki melalui upaya pemaafan dan pemahaman yang penuh kasih (Amiri et al., 2020).

Terdapat dua jenis pengalaman dalam pemaafan (1) *Desicional forgiveness* merupakan pengalaman memaafkan tanpa menghilangkan emosi. (2) *Emotional forgiveness* adalah pengalaman memaafkan yang mencakup perubahan emosi dan motivasi. *Emotional forgiveness* mengatasi 'unforgiveness' (menyesal, kesal, marah, benci, dan kepahitan) dan kemudian menawarkan kesempatan untuk penyembuhan. Semakin hari semakin banyak studi eksperimental yang dilakukan untuk mengevaluasi sejauh mana program dari pemaafan mempromosikan kesehatan mental (Enright & Fitzgibbons, 2000). Ada beberapa kesepakatan bahwa elemen kunci yang mendasari pengampunan diri melibatkan penerimaan tanggung jawab dan perubahan pengalaman emosional (Hall & Fincham, 2005).

Hampir semua studi eksperimental telah menilai pengaruh dari intervensi pemaafan pada ranah kesehatan seperti fungsi psikologis dan masalah kesehatan mental seperti depresi, kecemasan, atau stress (Akhtar & Barlow, 2018). Mencapai pada *self forgiveness* mungkin berguna bagi individu untuk membantu menyelesaikan emosi permusuhan dari rasa malu dan bersalah yang mendorong kritik diri yang produktif sebagai perbaikan pribadi setelah kegagalan (Dat & Okimoto, 2018). *Self forgiveness* terbukti memiliki konsekuensi positif bagi individu seperti, mengurangi afek negatif, stres, serta meningkatkan kesehatan mental dan fisik (Riek & Mania, 2012). Pemaafan diri juga terbukti mampu sebagai perbaikan moral dan hubungan dengan meningkatkan kepercayaan dan kepercayaan diri, empati, dan kemauan untuk berdamai (Wenzel et al., 2021).

Keterkaitan Penerimaan Diri Dengan Terapi Pemaafan

Berdasarkan pencarian pada penelitian terdahulu terapi pemaafan sudah dipakai di banyak dan beragam populasi seperti, wanita dengan kanker payudara (Rahmandani & Subandi, 2010), wanita korban kekerasan dalam rumah tangga (Khoiryasdien & Soeparno, 2015), para pasien rehabilitasi obat-obatan terlarang (Orbon et al., 2015), orang dengan penyakit kronis (Elliott, 2011), dan orang dengan HIV/AIDS (Firmansyah et al., 2019). Beberapa riset yang sudah dilakukan tersebut membuktikan bahwa terapi pemaafan efektif untuk memperbaiki tingkat penerimaan diri. Menurut (Suhron et al., 2020) terapi pemaafan dapat mendukung individu untuk

mengubah hubungan negatif menjadi positif. Individu tersebut juga dapat mengubah pikiran negatif menjadi pemikiran yang lebih baik dan bisa berhubungan baik dengan lingkungan sekitar.

Efektivitas Forgiveness Therapy untuk Memperbaiki Tingkat Self-acceptance Pada Wanita Penderita Kanker Payudara

Terdapat dua dimensi dari pemaafan, yakni: *intrapsychic* dan *interpersonal*. Dimensi pemaafan *intrapsychic* melibatkan perubahan emosional dan kognitif subjek, seperti membuat pilihan sadar untuk melupakan pikiran dan perasaan yang mengganggu. Dimensi *interpersonal* yang terkait dengan pemaafan yang melibatkan respons sosial atau perilaku dalam hubungan yang berkelanjutan, seperti terlibat dalam respons konstruktif. Artinya individu yang berhasil memaafkan apa yang terjadi pada dirinya akan mempunyai tingkat *self-acceptance* yang baik (Baumeister et al., 1999). Ryff (1989) menyebutkan bahwa individu yang memiliki *self-acceptance* yang baik akan menampilkan sikap yang positif pada dirinya sendiri; membenarkan bahwa di dalam dirinya terdapat sesuatu yang baik dan buruk; menerima dengan lapang dada akan masa lalunya. Sedangkan individu yang memiliki *self-acceptance* yang buruk akan terus merasa kurang dengan apa adanya dirinya; merasa menyesal terhadap masa lalunya; merasa bahwa kualitas dirinya buruk; selalu ingin lebih dari apa adanya.

Forgiveness intervention dapat membantu orang mengatasi perasaan *unforgiveness* dengan membantu individu menempatkan pelanggaran ke dalam perspektif, melihat sudut pandang individu, dan mempertimbangkan kebutuhannya sendiri untuk memaafkan (Wade & Worthington, 2003). Terapi pemaafan juga diharapkan dapat mengatasi atau menyelesaikan permasalahan bagi orang-orang yang mengalami masa-masa sulit dalam hidupnya, membantu mereka untuk kembali menerima dirinya sendiri.

Berdasarkan hasil riset yang pernah dilakukan sebelumnya, terapi pemaafan ternyata membuat perubahan yang cukup banyak terhadap para perempuan penderita kanker payudara. Perubahan yang dirasakan adalah mereka semakin memiliki kepercayaan diri, pikiran-pikiran negatif mulai berkurang, dan mulai menerima diri mereka apa adanya. Meskipun, perubahan yang dialami belum maksimal, namun para perempuan penderita kanker payudara yang menjadi subjek dalam penelitian tersebut merasa sudah terdapat perubahan yang baik pada diri mereka setelah menerima terapi pemaafan (Rahmandani & Subandi, 2010). Pada hasil riset lain juga menunjukkan bahwa terapi pemaafan memiliki efek yang baik pada proses pemulihan warga di fasilitas perawatan rehabilitasi obat-obatan terlarang. Ini menyiratkan bahwa pemaafan tidak hanya membantu mereka yang perlu diampuni tetapi lebih dari mereka yang mau memaafkan. Secara khusus, terapi pengampunan membantu pasien mengurangi tingkat risiko menggunakan zat lagi setelah perawatan. Selain itu terapi pemaafan juga membantu warga untuk lebih bersyukur atas bantuan apa pun yang diberikan kepada mereka di pusat rehabilitasi (Orbon et al., 2015).

Elliott (2011) menyatakan peran terapi pemaafan pada orang-orang yang hidup dengan penyakit kronis juga sangat signifikan dalam membantu mengatasi pengalaman buruk pada awal diagnosa. Bahkan terbukti bahwa intervensi ini mungkin memiliki dampak kesehatan yang sangat besar dalam mengatasi pengalaman buruk pada saat pertama kali terdiagnosa penyakit kronis. Pada penelitian lain terungkap bahwa terapi pemaafan mampu memberikan perubahan yang baik kepada istri yang mengalami KDRT. Meskipun perubahannya tidak signifikan tetapi segala perubahan yang baik sekecil apapun tidak bisa diabaikan (Khoiryasdien & Soeparno, 2015).

Pada penelitian lain juga menghasilkan kesimpulan yang sama yaitu terapi pemaafan efektif untuk meningkatkan penerimaan diri. Riset terhadap penderita ODHA hasilnya menunjukkan bahwa terapi pemaafan dengan dzikir sangat signifikan dengan peningkatan penerimaan diri. Semua subjek merasa damai, senang, lega setelah mendapatkan intervensi ini. Selain itu, mereka juga lebih merasa bersyukur atas nikmat yang diberikan Tuhan (Firmansyah et al., 2019). Pembahasan berisi hasil-hasil temuan penelitian dan pembahasannya.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan pembahasan diatas didapatkan kesimpulan bahwa *forgiveness intervention* terbukti efektif dalam menumbuhkan *self-acceptance* pada wanita penderita kanker payudara. Pemberian intervensi ini dilakukan untuk mengubah pola pikir pada penderita kanker payudara yang cenderung negatif dan sulit untuk menerima diri apa adanya menuju pada lima aspek penerimaan diri menurut Johnson (1993), yaitu (1) menerima diri dan memandang positif kepada masa depannya; (2) tidak menyangkal akan kekurangan diri sendiri; (3) mencintai diri sendiri tanpa harus dicintai orang lain terlebih dahulu; (4) merasa berharga; (5) percaya bahwa dirinya berguna. Saran yang penulis berikan dalam artikel ini adalah bahwa pemberian *forgiveness therapy* untuk meningkatkan *self-acceptance* bisa menjadi solusi yang baik dan patut dipertimbangkan, mengingat sudah banyak penelitian dan riset yang menunjukkan hasil bahwa *forgiveness therapy* efektif dalam meningkatkan *self-acceptance* pada beragam populasi.

DAFTAR PUSTAKA

- Akhtar, S., & Barlow, J. (2018). Forgiveness Therapy for the Promotion of Mental Well-being: A Systematic Review and Meta-analysis. *Trauma, Violence, & Abuse, 19*(1), 107–122.
- Amiri, F., Moslemifar, M., Showani, E., & Panahi, A. (2020). Effectiveness of Forgiveness Therapy in Treatment of Symptoms of Depression, Anxiety, and Anger Among Female Students with love Trauma Syndrome. *Journal of Advanced Pharmacy Education & Research| Jan-Mar, 10*(S1), 99.
- Ayu, R., & Muhid, A. (2022). Pentingnya Dukungan Sosial terhadap Kepercayaan Diri Penyintas Bullying: Literature Review. *TEMATIK, 3*(2).
- Cleare, S., Gumley, A., & O'Connor, R. C. (2019). Self-compassion, Self-forgiveness,

- Suicidal Ideation, and Self-harm: A Systematic Review. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 26(5), 511–530.
- Cornish, M. A., Woodyatt, L., Morris, G., Conroy, A., & Townsden, J. (2018). Self-forgiveness, Self-exoneration, and Self-condemnation: Individual Differences Associated with Three Patterns of Responding to Interpersonal Offenses. *Personality and Individual Differences*, 129, 43–53.
- Dat, M. C., & Okimoto, T. G. (2018). Exploring New Directions in Self-Forgiveness Research: Integrating Self and Other Perspectives on Moral Repair. *Social Justice Research*, 31(2), 206–217.
- Dersen, W. (2011). *Onkologi Klinis*. Jakarta: Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia.
- Elliott, B. A. (2011). Forgiveness therapy: A Clinical Intervention for chronic Disease. *Journal of Religion and Health*, 50(2), 240–247.
- Firmansyah, O. B. M., Bashori, K., & Hayati, E. N. (2019). Pengaruh Terapi Pemaafan dengan Dzikir untuk Meningkatkan Penerimaan Diri pada Orang Dengan Hiv/Aids (Odha). *Psikis: Jurnal Psikologi Islami*, 5(1), 13–23.
- Global Cancer Observatory. (2020). Estimated Number of New Cases Breast Cancer in 2020. <https://gco.iarc.fr/today/online-analysis-pie>.
- Hall, J. H., & Fincham, F. D. (2005). Self-forgiveness: The Stepchild of Forgiveness Research. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 24(5), 621–637. <https://doi.org/10.1521/jscp.2005.24.5.621>
- Kamelia, K. (2012). Konsep Diri Pada Wanita Penderita Kanker Payudara: *Carcinoma Mammae*. UIN Sunan Ampel Surabaya.
- Khoiryasdien, A. D., & Soeparno, K. (2015). Pengaruh Terapi La-tahzan Dalam Meningkatkan Penerimaan Diri Istri Yang Mengalami Kekerasan Dalam Rumah Tangga. *Jurnal Intervensi Psikologi*, Vol 7 No.1.
- McCullough, M. E., Fincham, F. D., & Tsang, J.-A. (2003). Forgiveness, Forbearance, and Time: The Temporal Unfolding of Transgression-Related Interpersonal Motivations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84(3), 540.
- Merlin, N. M. (2022). Meningkatkan Penerimaan Diri pada Pasien Kanker Payudara. Feniks Muda Sejahtera.
- Merlin, N. M., Toba, Y., Pandie, F. R., & Vanchapo, A. R. (2021). Hubungan Konsep Diri dengan Penerimaan Diri Pasien Kanker Payudara. *Jurnal Kesehatan*, 12(2), 273–279.
- Merlin, N. M., & Vanchapo, A. R. (2019). Karakteristik Responden Kanker Payudara yang Memiliki Penerimaan Diri Rendah. *Jurnal Penelitian Kesehatan" SUARA FORIKES"(Journal of Health Research" Forikes Voice")*, 10(4), 320–323.
- Natalia, E. (2021). Hubungan Stress dan Penerimaan Diri terhadap Kejadian Kanker Payudara di Kalimantan Timur. *Borneo Student Research (BSR)*, 2(3), 1922–1929.
- Orbon, M., Mercado, J., & Balila, J. (2015). Effects of Forgiveness Therapy on Recovery among Residents of Drug Rehabilitation Centers. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 165, 12–20. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2014.12.599>

- Padoli, D. F. (2018). Penerimaan Diri dan Efek Samping Kemoterapi pada Klien Kanker Payudara yang Menjalani Kemoterapi di Rumah Sakit Onkologi Surabaya. *Jurnal Keperawatan*, 11(1), 24–34.
- Rahmandani, A., & Subandi, M. A. (2010). Pengaruh Terapi Pemaafan dalam Meningkatkan Penerimaan Diri Penderita Kanker Payudara. In *Jurnal Intervensi Psikologi (JIP)* (Vol. 2, Issue 2, pp. 141–172). <https://doi.org/10.20885/intervensipsikologi.vol2.iss2.art1>
- Riek, B. M., & Mania, E. W. (2012). The Antecedents and Consequences of Interpersonal Forgiveness: A Meta-analytic Review. *Personal Relationships*, 19(2), 304–325. <https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.2011.01363.x>
- Ryff, C. D. (1989). Happiness Is Everything, or Is It? Explorations on the Meaning of Psychological Well-Being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069–1081.
- Suhron, M., Yusuf, A., Subarniati, R., Amir, F., & Zainiyah, Z. (2020). How does forgiveness therapy versus emotion-focused therapy reduce violent behavior schizophrenia post restrain at East Java, Indonesia. *International Journal of Public Health*, 9(4), 314–319.
- Suzuki, M., & Jenkins, T. (2022). The Role of (Self-) Forgiveness in Restorative Justice: Linking Restorative Justice to Desistance. *European Journal of Criminology*, 19(2), 202–219.
- Wade, N. G., & Worthington, E. L. (2003). Overcoming Interpersonal Offenses: Is Forgiveness the Only Way to Deal with Unforgiveness? *Journal of Counseling and Development*, 81(3), 343–353. <https://doi.org/10.1002/j.1556-6678.2003.tb00261.x>
- Wenzel, M., Woodyatt, L., Okimoto, T. G., & Worthington Jr, E. L. (2021). Dynamics of Moral Repair: Forgiveness, Self-forgiveness, and the Restoration of Value Consensus as Interdependent Processes. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 47(4), 607–626.