

Gigih Melawan Kanker Payudara dengan Pengobatan Tradisional

Yonathan Setyawan¹, Yasinta Herlina Dian Y¹, Kharisma Slevin¹, Ririn Eka Astuti¹

Program Studi Psikologi (Kampus Madiun), Fakultas Psikologi

¹Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya

correspondence: yonathan.setyawan@ukwms.ac.id

Abstrak. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menggambarkan kegigihan seorang perempuan yang melawan kanker payudara dengan menjalankan pengobatan tradisional. Subjek yang digunakan dalam penelitian ini adalah Seorang perempuan dengan kanker payudara yang menjalankan pengobatan tradisional. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kualitatif studi kasus dengan teknik analisis kualitatif *Thematic Analysis* dan menggunakan wawancara semi-terstruktur. Hasil penelitian menunjukkan subjek menyembunyikan penyakitnya dari keluarga, terjadi perubahan fisik, emosi dan perilaku pada subjek yang kemudian dikaitkan munculnya kegigihan yang terlihat dari dimensi kegigihan yaitu dimensi *Perseverance of Effort* (tekun dalam berusaha) subjek tekun melakukan pengobatan dikarenakan adanya motivasi untuk sembuh dan merencanakan masa depan seperti menikah dan bekerja di masa mendatang, kemudian jika di lihat dari dimensi *Preverance of effort* (ketahanan dalam berusaha) yaitu subjek tetap konsisten menjalankan pengobatan tradisional meskipun mengalami kebosanan ataupun kondisi stress saat menjalankan pengobatan tradisional.

Kata kunci: kegigihan, kanker payudara

Abstract. The purpose of this study is to describe the grit of a woman who fights breast cancer by practicing traditional medicine. The subject used in this study was a woman with breast cancer who practiced traditional medicine. The research method used in this research is qualitative case study with qualitative analysis technique, thematic analysis, and using semi-structured interviews. The results showed that the subject hid his illness from his family, there were physical, emotional and behavioral changes in the subject which were then associated with the emergence of persistence which can be seen from the dimensions of grit, namely the dimension of *Perseverance of Effort* (perseverance in trying) the subject persevered in taking treatment due to motivation to recover and plan for the future such as getting married and working in the future, then if seen from the dimension of *Preverance of effort* (resilience in trying), namely the subject consistently runs traditional treatment despite experiencing boredom or stressful conditions when running traditional treatment.

Keywords: Grit, breast cancer

Kanker payudara adalah salah satu kanker yang paling sering didiagnosis di kalangan wanita saat ini. "Setiap tahun diperkirakan lebih dari 246.660 wanita di Amerika Serikat akan didiagnosis kanker payudara, dan lebih dari 40.000 orang akan meninggal dunia" (National Breast Cancer Foundation, 2016). Pada tahun 2018, sekitar 18,1 juta orang di seluruh dunia didiagnosis menderita kanker, dan 9,6 juta di antaranya meninggal akibat

penyakit ini. Angka-angka ini diperkirakan akan berlipat ganda pada tahun 2040, dengan peningkatan maksimum di negara-negara berpenghasilan rendah hingga menengah, yang menyumbang lebih dari dua pertiga kanker di dunia (WHO, 2020). Jenis kanker yang paling umum didiagnosis di berbagai negara adalah kanker paru-paru dan kanker payudara wanita yang mencapai 11,6% dari semua kasus, diikuti oleh kanker kolorektal (10,2%). Jenis kanker yang umum terjadi pada wanita ini telah dikenal sebagai penyebab utama kematian akibat kanker kelima pada kedua jenis kelamin antara tahun 2005 dan 2015 (Sung, H., Ferlay, J., Siegel, R. L., Laversanne, M., Soerjomataram, I., Jemal, A., & Bray, F, 2021). Hal ini didukung dari Statistik kanker payudara di seluruh dunia yang diterbitkan pada tahun 2016 mengungkapkan bahwa Asia menyumbang 44% dari kematian akibat kanker di dunia dengan 39% dari total kasus baru yang terdiagnosis (McGuire, 2016).

National Cancer Institute (2016) mendefinisikan kanker payudara sebagai "kanker yang terbentuk dalam jaringan payudara. Jenis kanker payudara yang paling umum adalah karsinoma duktal, yang dimulai pada lapisan saluran susu (tabung tipis yang membawa susu dari lobulus payudara ke puting susu). Jenis kanker payudara lainnya adalah karsinoma lobular, yang dimulai pada lobulus (kelenjar susu) payudara. Kanker payudara invasif adalah kanker payudara yang telah menyebar dari tempat awalnya di saluran atau lobulus payudara ke jaringan normal di sekitarnya." Penelitian menunjukkan bahwa ada banyak faktor yang berkontribusi terhadap diagnosis kanker payudara. Beberapa faktor ini meliputi; berjenis kelamin perempuan, usia, riwayat keluarga, gen yang diwariskan, ras dan etnis, memiliki jaringan payudara yang padat, menstruasi dini, menopause di usia lanjut, pilihan gaya hidup, dan faktor lingkungan (American Cancer Society, 2016).

Menilik jumlah pasien penderita kanker payudara diatas, tentu memberikan dampak tersendiri bagi penderitanya, khususnya beban psikologis yang dialami oleh penderita. Diagnosis kanker payudara dapat menjadi waktu yang sangat berat dan menantang bagi wanita. Seperti yang telah kita lihat dalam literatur, banyak yang mengalami masalah psikologis dan fisik, termasuk; depresi, kecemasan, kelelahan, rasa sakit, kesulitan berkonsentrasi, isolasi sosial, masalah seksualitas, dan menyalahkan diri sendiri (Al-Azri, Al-Awisi, Al-Rasbi, El-Shafie, Al-Hinai, Al-Habsi, & Al-Moundhri, 2014). Sebuah penelitian yang melibatkan 19 wanita yang telah didiagnosis menderita kanker payudara, menemukan tingkat stres yang tinggi terkait ketidakpastian, reaksi dari anggota keluarga mereka, persepsi dari masyarakat, dan kekhawatiran akan kambuhnya penyakit (Al-Azri, et al.,

2014). Demikian pula, penelitian lain yang melibatkan 18 wanita dengan kanker payudara metastasis, semuanya menggambarkan diagnosis mereka sebagai peristiwa yang signifikan dan mengubah hidup mereka dengan perasaan tidak pasti, cemas, dan takut (Lewis, Willis, Yee, & Kilbreath, 2015). Pasien kanker mungkin mengalami kecemasan, lekas marah, kesedihan, perasaan putus asa atau hampa, kehilangan minat, memiliki pemikiran bahwa mereka lebih baik mati, dan bahkan memiliki rencana aktif untuk bunuh diri (Jean & Syrjala, 2017). Hal ini juga didukung dengan hasil riset yang menyatakan kanker dapat menyebabkan ketidakpastian, ambiguitas, kurangnya kontrol emosi, dan rasa tidak aman pada pasien yang berdampak signifikan terhadap munculnya efek negatif pada harapan hidup pasien untuk hidup normal kembali (Ghahari, Fallah, Behnam, Rad, Farrokhi, & Ghayoomi, 2018).

Hal ini juga diperkuat dengan hasil penelitian yang menyatakan bahwa pasien yang didiagnosis menderita kanker memicu munculnya tekanan psikologis, kecemasan, dan depresi, yang disebabkan oleh rasa takut terhadap prognosis kanker. Sebuah penelitian menyatakan bahwa pasien kanker terus mengkhawatirkan kesehatan mereka di masa depan karena kemungkinan kambuhnya kanker bahkan setelah menyelesaikan pengobatan. Demikian juga, depresi dapat menyebabkan pasien kanker merasa putus asa (Nies, Abdullah, Islahudin, & shah, 2018). Hal ini juga didukung dengan penelitian yang menyatakan bahwa kecemasan merupakan prediktor munculnya hal negatif kesejahteraan psikologis yang negatif, terutama pada pasien kanker pasien yang menjalani kemoterapi (Nurwahyuni, Poeranto & Supriati, 2019).

Pasien yang di diagnosis kanker payudara tentu harus melaksanakan pengobatan guna penyembuhan kanker yang di derita. Keputusan untuk menjalani pengobatan berbeda pada masyarakat yang satu dengan masyarakat lainnya. Pada masyarakat non-Barat, keputusan untuk menjalani pengobatan medis dicapai lebih lambat dan melibatkan sejumlah besar orang (Foster & Anderson, 2006). Sementara di Indonesia, individu yang sakit datang ke klinik pengobatan tradisional sebagai cara lain untuk berobat selain datang ke dokter. Penelitian sebelumnya pada populasi kanker payudara di Malaysia menunjukkan bahwa alasan mereka berobat ke pengobatan tradisional adalah (1) rekomendasi dari teman dan keluarga, (2) sanksi dari keluarga, (3) manfaat dan kesesuaian yang dirasakan, (4) kredibilitas terapis pengobatan tradisional dan (5) keberatan dengan sistem medis Barat dan penundaan sistematis (Muhamad, Merriam & Suhami, 2012).

Pengobatan yang dilakukan oleh seorang pasien dibutuhkan sebuah kegigihan dalam melakukan pengobatan terlebih pengobatan yang bersifat tradisional. Adapun hasil wawancara dengan subjek yang berinisial D yang dilakukan oleh peneliti pada tanggal 19 September 2023:

“Jadi aku cukup bersungguh-sungguh untuk melakukan pengobatan karena ada target yaitu menikah, jadi menikah menjadi salah satu motivasi besar saya untuk rajin berobat. Saya nggak pernah bolong, maksudnya akhir-akhir ini ya, yang dulu masih awal-awal itu masih sempet bolong bolong cuma akhir-akhir ini saya usahakan untuk rutin terapi, kan mau menikah masak nggak pengen sembuh”

Melihat kutipan hasil wawancara diatas, dapat dikatakan subjek D memiliki target dan motivasi yang besar dalam melaksanakan pengobatan agar subjek mengalami kesembuhan, tentu semangat ini diperlukan kegigihan dari pasien agar mencapai target yang telah ditentukan.

Menurut Duckworth (2016) menyampaikan bahwa kegigihan (*grit*) yang secara luas didefinisikan sebagai bentuk kekuatan dan semangat pada diri seseorang untuk meraih tujuan jangka panjang. Kegigihan (*grit*) diartikan sebagai dorongan dari diri seseorang dalam mencapai tujuan jangka panjang ditandai ketekunan untuk mencapainya (Duckworth, 2016). Selain pendapat yang telah dipaparkan dari Duckworth, terdapat beberapa pandangan yang serupa dari tokoh lainnya seperti Vivekananda (2017) yang berpendapat bahwa *grit* adalah frekuensi di mana seorang individu menunjukkan ketekunan dan semangat dalam keadaan sulit untuk mencapai tujuan jangka panjang yang diharapkan. Lalu menurut pandangan Akin dan Arslan (2014), *grit* adalah sifat sukarela dan terus menerus dari tindakan menuju suatu tujuan meskipun ada hambatan, kesulitan atau keputusan. Dan pandangan yang terakhir merupakan pendapat dari Hochanadel dan Finamore (2015), keberanian adalah bagaimana seseorang dapat mencapai tujuan jangka panjangnya dengan mengatasi hambatan dan tantangan. Kegigihan juga dapat menjadi salah satu cara untuk melihat apakah seseorang dapat menempatkan diri untuk bertahan ketika dihadapkan pada tantangan hidup (Jonathan & Hadiwono, 2020). Menurut Sturman & Zappala-Piemme (2017) kegigihan suatu yang melibatkan adanya unsur tujuan dan adanya komitmen usaha dalam waktu yang lama dan panjang. Menilik permasalahan diatas, peneliti ingin melakukan penelitian terkait bagaimana gambaran kegigihan seorang perempuan melawan kanker payudara yang menjalank pengobatan tradisional.

METODE

Metode penelitian yang digunakan merupakan metode penelitian kualitatif studi kasus yang bertujuan untuk menggambarkan aspek kegigihan pada perempuan penderita kanker payudara yang menjalani pengobatan tradisional. Teknik analisis data kualitatif sesuai dengan pendekatan *thematic analysis*, sebuah teori yang diperoleh secara induktif dari penelitian tentang fenomena yang akan dijelaskan, diidentifikasi dan dianalisa sehingga dilaporkan pola-pola dalam data dari hasil fenomena yang akan dijelaskan. *Thematic analysis* juga dibagi menjadi dua, yaitu *Inductive thematic analysis* dan *Theory-led thematic analysis*. Pada penelitian kali ini, peneliti menggunakan teknik analisis data *Theory-led thematic analysis*.

Subjek penelitian ini berjumlah satu orang dengan karakteristik seorang wanita berusia 20 tahun yang menderita kanker payudara dan sedang melakukan pengobatan tradisional. Data diperoleh dengan menggunakan pedoman wawancara semi terstruktur dengan menggunakan aspek-aspek Duckworth (2007), *grit* atau kegigihan pada seseorang terdiri dari dua aspek utama, yaitu: a) *Perseverence of Effort* (Ketekunan dalam berusaha), yaitu ketekunan dalam berusaha yang membuat seseorang tetap berusaha atau berlatih meskipun dihadapi pada kendala, kegagalan dan masalah; dan b) *Concistency of Interest* (konsistensi minat) yaitu dimana seseorang bisa mempertahankan minat atau yang di ambil untuk yang dia lakukan sampai mencapai tujuan yang dia inginkan. Adapun *guideline* wawancara yang digunakan oleh peneliti pada Tabel 1.

HASIL

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti, adapun hasil tabel deskripsi yang menggambarkan dinamika psikologis subjek yang menderita kanker payudara.

Berdasarkan dinamika pada Bagan 1, dapat kita jelaskan bahwa terdapat latar belakang subjek menderita penyakit kanker payudara ini. Dalam menjalani terapi seringkali subjek mendapatkan cibiran atau omongan dari beberapa orang yang dikenal dan kebanyakan omongan yang didengar oleh subjek adalah hal yang negatif dan kurang memberi support bagi subjek dalam menjalani terapinya. Adapun subjek mengatakan:

“Lingkungan yang membuat kita menjadi berpikir berat, bahwa kanker payudara itu ga bisa disembuhkan, bahkan banyak rekan yang gagal dalam menjalani pengobatan ini.....”

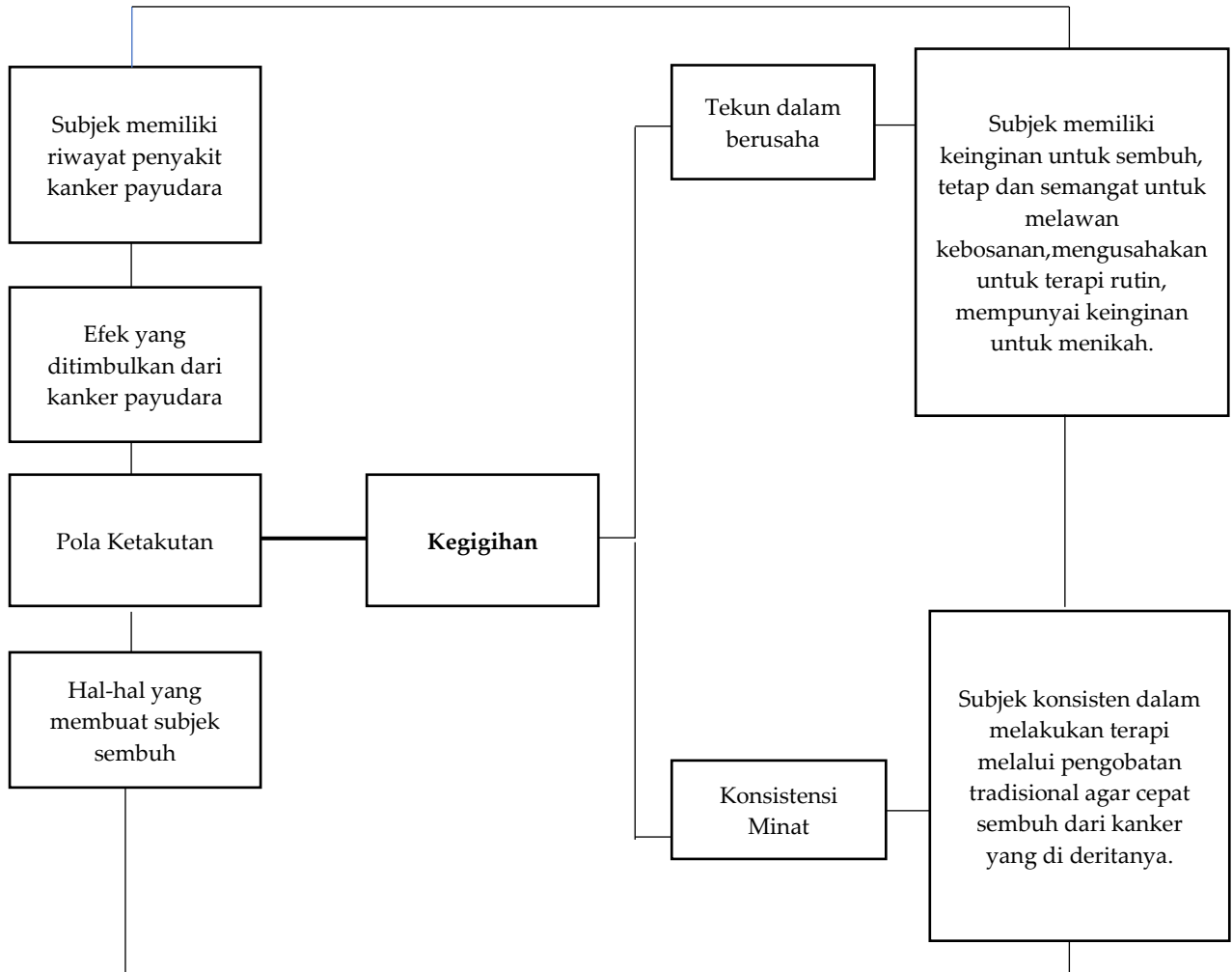
Tabel 1. *Guideline* Wawancara

No.	Aspek	Indikator	Pertanyaan
1.	<i>Perseverence of Effort</i> (Ketekunan dalam berusaha)	1. Tekun 2. Kendala 3. Kontrol diri	1. Apakah anda bersungguh-sungguh dalam menjalani pengobatan selama ini ? 2. Hal apa yang membuat anda termotivasi untuk rajin berobat ? 3. Usaha apa saja yang telah anda lakukan untuk melawan penyakit kanker payudara ini ? 4. Kendala apa saja yang mungkin terjadi dan menghambat anda untuk melakukan pengobatan ? 5. Bagaimana cara anda untuk mengatasi kendala-kendala yang muncul itu ? 6. Apakah anda mampu mengontrol diri anda dengan baik selama menjalani pengobatan? (control emosi, pikiran, dan perilaku)
2.	<i>Concistency of Interest</i> (Konsistensi Minat)	1. Konsisten 2. Tidak Cepat bosan pada tugas-tugas yang rutin	1. Apakah anda konsisten dalam menjalani pengobatan anda selama ini ? 2. Bagaimana cara anda untuk menjaga konsistensi agar anda tidak mudah teralihkn dengan hal-hal yang lain yang mungkin membuat anda menjadi malas atau kehilangan minat ? 3. Apakah anda pernah merasa bosan saat menjalani pengobatan ini ? 4. Lalu bagaimana cara anda agar kebosanan yang anda rasakan dapat menyusut bukan meningkat 5. Apakah anda pernah merasa bosan ketika mengerjakan tugas akhir ? Jika iya, apa yang anda lakukan jika anda merasa bosan ?

Dari hasil wawancara tersebut dapat dikatakan bahwa subjek merasa terganggu dan merasa usaha yang telah dilakukan tidak akan membuahkan hasil setelah mendengar perkataan di lingkungan sekitar subjek. Selain itu informan memilih untuk merahasiakan penyakit yang dideritanya dari keluarganya. Hal ini dilakukan informan karena tidak ingin keluarnya tau dan akhirnya hanya akan menjadi beban didalam keluarga.

“Keluarga enggak tahu dan enggak pengen ngebebani orang tua, Jadi gimana ya masa orang tua ku punya penyakit sendiri ibuku punya penyakit darah tinggi bapakku punya penyakit diabet, jadi ngga bisa aku bebani dengan penyakit ini”

Bagan 1. Dinamika Subjek Penderita Kanker Payudara



Berdasarkan dari hasil wawancara tersebut dapat dikatakan bahwa subjek merahasiakan kondisi penyakit yang di deritanya. Dari penyakit kanker payudara ini juga memberikan efek pada subjek secara fisik. Perubahan fisik yang dialami subyek juga sangat berbeda dan membuat subyek merasa takut dan juga tidak percaya diri terhadap tubuhnya sendiri.

“Pas lagi haid ngga mungkin terapi, karena perut sedang sakit, lalu takutnya payudara ngga ada, Bahkan beberapa dokter pun nggak bisa menyembuhkan paling cuman memberikan obat seperti pereda nyeri.”

Selain perubahan pada fisik, subjek juga mengalami perubahan dalam emosi, subjek mengalami kebingungan dan sedih saat mengetahui bahwa subjek mengidap kanker payudara di usia yang masih muda.

“Awalnya sedih, nangis terus kaget, bingung, Mood juga berpengaruh, mudah stress, Tapi untungnya pas waktu terapi atau saat lagi stress tetep berangkat”

Subjek juga mengalami ketakutan dalam menghadapi penyakit kanker payudaranya di usianya yang masih tergolong muda.

“Ya Allah umurku kok sependek ini, saya takut kalau ngga punya payudara nanti gimana, bahkan beberapa para ahli belum bisa menemukan obat”

Berdasarkan ketakutan yang dialami oleh subjek membuat subjek untuk bersemangat dan gigih untuk menjalankan pengobatan tradisional agar sembuh dari kanker payudara yang di deritanya. Penelitian menunjukkan bahwa diagnosis menderit kanker memicu munculnya tekanan psikologis, kecemasan, dan depresi, yang disebabkan oleh rasa takut terhadap prognosis kanker (Niedzwiedz, Knifton, Robb, Katikireddi, & Smith, 2019). Hal ini juga di dukung dalam penelitian yang menyatakan bahwa pasien kanker terus mengkhawatirkan kesehatan mereka di masa depan karena kemungkinan kambuhnya kanker bahkan setelah menyelesaikan pengobatan. Demikian juga, depresi dapat menyebabkan pasien kanker merasa putus asa (Nies, Ali, Abdullah, Islahudin, & Shah, 2018).

Adapun kegigihan yang dimiliki oleh Subjek yang dilihat dari dimensi kegigihan oleh Duckworth (2007) yaitu: *Perseverance of Effort* (tekun dalam berusaha) dan *Concistency of Interest* (konsistensi minat). Jika melihat dari *perseverance of effort* subjek memiliki ketekunan dalam berusaha untuk melakukan pengobatan agar sembuh dari kanker yang di deritanya.

“Dulu awal awal pernah bosan, jujur saya pernah bosan awal awal karna kayak hehh.. udah jauh, panas panas, dan saya pas itu pas saya ditinggal teman saya menikah jadi terapi sendiri, itukan anu ee... apa namanya.. kayak malas gitu lah, malas terapi sendiri kan”

Iya lama banget saya setiap bolong kaya ada 2-3 bulan terus habis itu ternyata malah bertambah yaudah sekarang mau tidak mau... mau tidak mau itu kayak ya harus terapi sendiri gitu...."

"Keinginan dari diri sendiri sih.. kayak kamu emm... menyadari umurmu menyadari inginmu, yang kamu ingin menikah, yang kamu ingin dapet kerja enak.... Ya itu tadi saya pengen cepat menikah, ya sebenarnya itu alasan dari segala alasan ya itu biar cepet sembuh, sangat mendasari"

Melihat data diatas, dapat dikatakan subjek memiliki kemampuan untuk tetap fokus pada tujuan tertentu yaitu sembuh dari kanker yang di deritanya dengan rutin melakukan pengobatan, walau awalnya sempat merasakan kebosanan dalam melakukan pengobatan. Hal ini sejalan dengan definisi *Concistency of interest* (konsistensi minat), diartikan sebagai kemampuan untuk tetap fokus pada suatu tujuan tertentu. Seseorang yang memiliki konsistensi dalam fokusnya cenderung tidak terganggu atau berubah-ubah dalam minatnya, dan mereka tetap mempertahankan fokus tersebut dalam jangka waktu yang lama (Duckworth, 2018).

Data diatas juga mengatakan bahwa subjek walau pernah mengalami kebosanan dalam menjalankan pengobatan dan sempat berhenti melakukan pengobatan membuat penyakit subjek semakin bertambah sehingga subjek semangat dan termotivasi agar sembuh dan mencapai harapannya yaitu subjek dapat menikah. Hal ini juga sesuai dengan yang di ungkapkan oleh Filion, Schellenberg, Holding, & Koestner, 2020) yang mengatakan bahwa ada korelasi antara motivasi dengan kegigihan. Penelitian sebelumnya telah meneliti hubungan antara kepribadian yang gigih dan motivasi terdapat ada hubungan positif antara motivasi intrinsik dan kegigihan individu (Muenks et al., 2017).

Jika melihat dari dimensi *Preverance of effort* (ketahanan dalam berusaha), subjek merupakan orang yang cukup konsisten dalam melakukan pengobatan yang dapat dilihat dari data sebagai berikut:

"Pas lagi haid gak mungkin saya terapi, karena perut saya sakit jadi saya gak mungkin bisa bangun dari kasur terus selain itu mood bisa berpengaruh, tapi.. mood

saya gak se.. naik turun itu sih... tergantung, tapi untungnya pas waktu terapi atau saat lagi stress tetep berangkat...."

"Iya.. saya nggak pernah bolong, maksudnya akhir akhir ini ya, yang dulu masih awal awal itu masih sempet bolong bolong Cuma akhir akhir ini saya usahakan untuk rutin terapi...."

Subjek tetap berusaha untuk rutin melakukan pengobatan walau sedang menghadapi kondisi stress seperti suasana hati yang kurang baik dan sedang mengalami kondisi haid. Hal ini sejalan dengan definisi dari aspek kegigihan yaitu usaha individu upaya individu secara terus menerus dalam mempertahankan ketekunan dan antusiasme dalam mencapai mencapai tujuan jangka panjang meskipun terdapat hambatan, rintangan hambatan, tantangan, kesulitan, atau keputusan De La Cruz , dkk (2021). Hal senada juga dapat di lihat dari definisi dimensi grit *Preverance of effort* (ketahanan dalam berusaha), artinya seseorang tidak mudah gentar menghadapi tantangan atau rintangan yang menghalangi perjalanan menuju tujuan jangka panjang, dan akan tetap berupaya keras dan tekun dalam mencapainya (Duckworth, 2018). Penelitian yang dilakukan oleh Singh & Chukkali (2021) menunjukkan bahwa kegigihan membutuhkan kerja keras untuk menghadapi tantangan, serta mempertahankan upaya dan minat selama bertahun-tahun meskipun ada kegagalan, kesulitan, dan kemunduran dalam proses. Hal ini terlihat dari subjek yang rutin berobat walau dalam kondisi emosi yang tidak baik

SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa kegigihan perempuan yang berjuang melawan kanker payudara melalui pengobatan tradisional dengan temuan jika subjek berusaha menyembunyikan penyakitnya dan merasakan perubahan secara fisik, emosional dan psikologis yang dialami oleh subjek, sehingga subjek memiliki kegigihan yang dapat dilihat dari dimensi *Perseverence of Effort* (tekun dalam berusaha) subjek tekun melakukan pengobatan dikarenakan adanya motivasi untuk sembuh dan merencanakan masa depan seperti

menikah dan bekerja di masa mendatang, kemudian jika di lihat dari dimensi *Preverance of effort* (ketahanan dalam berusaha) yaitu subjek tetap konsisten menjalankan pengobatan tradisional meskipun mengalami kebosanan ataupun kondisi stress saat menjalankan pengobatan tradisional. Penelitian ini dapat dijadikan acuan bagi peneliti selanjutnya untuk mengembangkan dinamika kegigihan bagi penderita kanker payudara.

Referensi

- Al-Azri, M., Al-Awisi, H., Al-Rasbi, S., El-Shafie, K., Al-Hinai, M., Al-Habsi, H., & AlMoundhri, M. (2014). Psychosocial impact of breast cancer diagnosis among omani women. *Oman Medical Journal*, 29(6), 437-444. doi:10.5001/omj.2014.115
- De La Cruz, M., Zarate, A., Zamarripa, J., Castillo, I., Borbon, A., Duarte, H., & Valenzuela, K. (2021). Grit, self-efficacy, motivation and the readiness to change index toward exercise in the adult population. *Frontiers in psychology*, 12, 732325.
- Duckworth, Angela L., Peterson, C., Matthews, M. D., & Kelly, D. R. (2007). Grit: Perseverance and Passion for Long-Term Goals. *Journal of Personality and Social Psychology*, 92(6), 1087–1101. <https://doi.org/10.1037/00223514.92.6.1087>
- Duckworth, A. L., & Quinn, P. D. (2009). Development and validation of the Short Grit Scale (GRIT-S). *Journal of personality assessment*, 91(2), 166-174.
- Duckworth, A. L. (2018). *Grit: Kekuatan Passion+Kegigihan*. Edisi Terjemahan oleh Fairano Ilyas .Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Filion, J. V., Schellenberg, B. J. I., Holding, A. C., & Koestner, R. (2020). Passion and grit in the pursuit of long-term personal goals in college students. *Learning and Individual Differences*, 83–84, 101939. <https://doi.org/10.1016/J.LINDIF.2020.101939>.
- Ghahari, S., Fallah, R., Behnam, L., Rad, M. M., Farrokhi, N. and Ghayoomi, R. (2018) "Preoccupations and Worries in Women with Breast Cancer: A Qualitative Study", *Journal of Pharmaceutical Research International*, 24(2), pp. 1–7. doi: 10.9734/JPRI/2018/40229.
- Jean, C. Y., & Syrjala, K. L. (2017). Anxiety and depression in cancer survivors. *Medical Clinics*, 101(6), 1099-1113.
- Jonathan, H. H. (2020). Tempat Pengembangan Grit. *Jurnal stupa*, 2.
- Lewis, S., Willis, K., Yee, J., & Kilbreath, S. (2016). Living well? strategies used by women living with metastatic breast cancer. *Qualitative Health Research*, 26(9), 1167-1179. doi: 10.1177/1049732315591787.
- McGuire, S. (2016). World cancer report 2014. Geneva, Switzerland: World Health

- Organization, international agency for research on cancer, WHO Press, 2015. *Advances in nutrition*, 7(2), 418.
- Muenks, K., Wigfield, A., Yang, J. S., & O'Neal, C. R. (2017). How true is grit? Assessing its relations to high school and college students' personality characteristics, self-regulation, engagement, and achievement. *Journal of Educational Psychology*, 109(5), 599–620. <https://doi.org/10.1037/EDU0000153>.
- Niedzwiedz, C. L., Knifton, L., Robb, K. A., Katikireddi, S. V., & Smith, D. J. (2019). Depression and anxiety among people living with and beyond cancer: a growing clinical and research priority. *BMC cancer*, 19, 1-8.
- Nies, Y. H., Ali, A. M., Abdullah, N., Islahudin, F., & Shah, N. M. (2018). A qualitative study among breast cancer patients on chemotherapy: experiences and side-effects. *Patient preference and adherence*, 1955-1964.
- Nurwahyuni E, Poeranto S, Supriati L. Anxiety as Predictor of Negative Psychological Well-Being on Chemotherapy Patients of Breast Cancer. *Int J Nurs Educ*. 2019;11(3):63–8.
- Organization, W.H., (2020). *WHO report on cancer: setting priorities, investing wisely and providing care for all*.
- Singh, S., & Chukkali, S. (2021). Development and validation of multidimensional scale of grit. *Cogent Psychology*, 8(1). <https://doi.org/10.1080/23311908.2021.1923166>.
- Sung, H., Ferlay, J., Siegel, R. L., Laversanne, M., Soerjomataram, I., Jemal, A., & Bray, F. (2021). Global cancer statistics 2020: GLOBOCAN estimates of incidence and mortality worldwide for 36 cancers in 185 countries. *CA: a cancer journal for clinicians*, 71(3), 209-249.