

**ABSTRACT**

**THE RELATIONSHIP BETWEEN EMOTION REGULATION AND  
OPTIMISM WITH QUALITY OF LIFE OF WOMEN WITH CANCER**

LITERATURE REVIEW

**By: Alfiana Permatasari**

**Background:** Cancer is one of the leading causes of death worldwide which will have an impact on both the physical, psychological and social aspects of the individual. The psychological reactions that arise in cancer patients are reported to be an important factor in the quality of life. Effective action in managing psychological problems is the most important factor in improving the quality of life of women with cancer. The purpose of this study was to explain the relationship between emotion regulation and optimism with the quality of life of women with cancer based on articles or journals in the last five years.

**Methods:** Search for articles or journals using databases indexed by Scopus, ScienceDirect, and Google Scholar using predetermined keywords. The framework used for reviewing is PICOS with inclusion criteria, namely journals in English and Indonesian and a publication range between 2016 and 2020. All articles found will be selected based on titles, abstracts and full text to determine the eligibility of the articles and the results obtained 11 articles reviewed.

**Results:** The results of the review of the 11 articles are divided into two major themes, namely the relationship between emotional regulation and quality of life (3 studies), and the relationship between optimism and quality of life (8 studies). Emotional regulation is an important factor in determining mental health and effective actions that can improve quality of life. The results showed that there was a significant relationship between emotional regulation and quality of life for women with cancer. Another factor that affects is the high level of optimism when facing the negative effects of stress that the individual is experiencing. The results showed that optimism had a significant relationship with the quality of life of women with cancer. There are other search results that show that optimism has no relationship with the quality of life of women with cancer, because optimism is not the only variable that explains a person's quality of life.

**Conclusion:** The application of emotion regulation and high optimism is very effective in managing psychological problems that can improve the quality of life for women with cancer.

**Keyword: Quality of Life, Emotional regulation, Optimism**

**ABSTRAK**

**HUBUNGAN REGULASI EMOSI DAN OPTIMISME DENGAN  
KUALITAS HIDUP PEREMPUAN PENDERITA KANKER**

*LITERATURE REVIEW*

**Oleh: Alfiana Permatasari**

**Latar Belakang :** Kanker merupakan salah satu penyebab kematian utama di seluruh dunia yang akan berdampak baik pada fisik, psikologis, maupun sosial individu. Reaksi psikologis yang muncul pada pasien kanker dilaporkan menjadi faktor yang penting terhadap kualitas hidup. Tindakan efektif dalam mengelola masalah psikologis merupakan faktor terpenting dalam peningkatan kualitas hidup perempuan penderita kanker. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menjelaskan hubungan regulasi emosi dan optimisme dengan kualitas hidup perempuan penderita kanker berdasarkan artikel atau jurnal dalam lima tahun terakhir.

**Metode :** Pencarian artikel atau jurnal menggunakan database yang terindeks *Scopus*, *ScienceDirect*, dan *Google Scholar* dengan menggunakan kata kunci yang telah ditentukan. Framework yang digunakan untuk mereview adalah PICOS dengan kriteria inklusi yakni jurnal berbahasa Inggris dan Indonesia dan rentang publikasi antara tahun 2016 sampai 2020. Seluruh artikel yang ditemukan akan diseleksi berdasarkan judul, abstrak, dan teks lengkap untuk menentukan kelayakan artikel dan hasilnya didapatkan 11 artikel yang direview.

**Hasil :** Hasil review dari 11 artikel tersebut terbagi menjadi dua tema besar yaitu hubungan antara regulasi emosi dengan kualitas hidup (3 studi), dan hubungan antara optimisme dengan kualitas hidup (8 studi). Regulasi emosi menjadi faktor penting dalam penentuan kesehatan mental dan tindakan efektif yang mampu meningkatkan kualitas hidup. Hasil penelusuran menunjukkan bahwa adanya hubungan yang signifikan antara regulasi emosi dengan kualitas hidup perempuan penderita kanker. Faktor lain yang mempengaruhi adalah tingkat optimisme yang tinggi saat menghadapi efek negatif terhadap stres yang dilalui individu. Hasil penelusuran menunjukkan bahwa optimisme memiliki hubungan yang signifikan dengan kualitas hidup perempuan penderita kanker. Terdapat hasil penelusuran lain yang menunjukkan bahwa optimisme tidak memiliki hubungan dengan kualitas hidup perempuan penderita kanker, karena optimisme bukanlah satu-satunya variabel yang menjelaskan kualitas hidup seseorang.

**Kesimpulan :** Penerapan regulasi emosi dan optimisme yang tinggi sangat efektif untuk mengelola masalah psikologis yang dapat meningkatkan kualitas hidup perempuan penderita kanker.

**Kata Kunci : Kualitas Hidup, Regulasi Emosi, Optimisme**