

d. Saran untuk Penderita PPOK

1. Penderita PPOK diharapkan untuk dapat lebih baik dalam mengelola perilaku dan emosinya melalui *self-management* berkaitan dengan proses pengobatan dan kegiatan penderita sehari-hari.
2. Penderita PPOK dapat mengikuti kegiatan di lingkungannya yang dianggap masih mampu untuk ikut serta agar dapat mengalihkan perhatian dari rasa sakit dan cemas yang dialami pada kegiatan yang lebih positif. Kegiatan-kegiatan tersebut diharapkan dapat membantu penderita PPOK menemukan motif apa yang menjadi pendorongnya sehingga mau memajemen diri dan penyakitnya untuk lebih dapat meningkatkan kualitas hidup penderita.

d. Saran untuk Penelitian Selanjutnya

1. Penelitian selanjutnya diharapkan lebih memperhatikan faktor-faktor lain yang mungkin dapat mempengaruhi hubungan antara kedua variabel, misalnya jenis kelamin yang berkaitan dengan perokok, penyakit lain yang menyertai, dan faktor sosial ekonomi. Hal tersebut perlu diperhatikan dengan harapan penelitian selanjutnya dapat memperoleh hasil yang lebih akurat dan penjelasan yang lebih mendalam mengenai hubungan antara kedua variabel.

DAFTAR PUSTAKA

- Azwar, S. (1992). *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Sigma Alpha.
- Azwar, S. (2009). *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2010). *Metodologi Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Bandura, A. (2001). Social Cognitive Theory : An Agentic Perspective. *Ann. Rev. Psychology*, 52, 1-26.
- Baradja, F. (2008, 24 Agustus). Lebih Mengetahui PPOK (Penyakit Paru Obstruktif Kronis) dari Senior. *Kompas* online. Diakses pada tanggal 4 November 2011 dari [http://www.google.co.id/search? Forum Pembaca Kompas/Lebih Mengetahui PPOK \(Penyakit Paru Obstruktif Kronis\)&ie=utf-8&oe=utf-8&aq=t&rls=org.mozilla:en-US:official&client=firefox-a](http://www.google.co.id/search?forum Pembaca Kompas/Lebih Mengetahui PPOK (Penyakit Paru Obstruktif Kronis)&ie=utf-8&oe=utf-8&aq=t&rls=org.mozilla:en-US:official&client=firefox-a).
- Brenes, G.A. (2003). Anxiety and Chronic Obstructive Pulmonary Disease: Prevalence, Impact, and Treatment. *Psychosomatic Medicine*. American Psychosomatic Society.
- Bungin, B. (2005). *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. Jakarta: Prenada Media.
- Coakes, S.J.L.S., & Peta, D. (2006). *SPSS Version 13.0 For Windows Analysis Without Anguish*. Australia: John Wiley & Sons Australia, Ltd.
- Dowson, C.A., Kuijer, R.G., Mulder, R.T. (2004). Anxiety and Self-Management Behaviour in Chronic Obstructive Pulmonary Disease :What has been Learned?. *Chronic Respiratory Disease*. Sage Publication.
- Gergen, K.J. (1977). *Social Psychology*. United States of America: John Wiley & Sons, Inc.
- Goleman, D. (2004). *Emotional Intelligence : Kecerdasan Emosional Mengapa EI Lebih Penting daripada IQ*. Jakarta: Gramedia
- Hadi, S. (2000). *Metode Penelitian*. Jakarta : Rineke Cipta
- Haas, F. & Haas, S.S. (2000). *The Chronic Bronchitis and Emphysema Handbook*. Canada: John Wiley & Sons, Inc.
- Hardy-Duncan, A.S. (2011). *An Examination of Spiritual and Religious Coping and Well-Being and Their Impact on The Health Related Quality of Life for Patients with Mechanical Circulatory Support Device*. University of Virginia Commonwealth.

- Harvey, I.S., & Cook, L. (2009). Exploring The Role of Spirituality in Self-Management Practices among Older African-American and non-Hispanic White Women with Chronic Conditions. *Research Paper*, Sage Publication.
- Kanfer, F.H. & Goldstein, A.P. (1980). *Helping People Change : A Textbook of Methods (2nd ed)*. New York : Pergamon Press.
- Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia. (2008). *Pedoman Pengendalian Penyakit Paru Obstruktif Kronis Menteri Kesehatan Republik Indonesia..* Diunduh pada tanggal 4 November 2011 dari http://www.depkes.go.id/downloads/Kepmenkes/pengendalian_ppok.pdf
- Kerlinger, F. N. (1995). *Asas-asas Penelitian Behavioral*. Yogyakarta: Gajah Mada University Press
- Lawrer-Row, K.A. & Elliot, Jeff. (2009). The Role of Religious Activity and Spirituality in the Health and Well-being of Older Adults. *Journal of Health Psychology*. Sage Publication.
- Maurer, J., Rebbapragada, V., Borson, S., Goldstein, R., Kunik, M.E., Yohannes, A.M., & Hanania, N.A. (2008). Anxiety and Depression in COPD : Current Understanding, Unanswered Questions, and Research Needs. *Chest Journal*. American College of Chest Physicians.
- Mezo, P.G. (2009). The Self-Control and Self-Management Scale (SCMS): Development of an Adaptive Self-Regulatory Coping Skills Instrument. *Journal Psychopatol Behav Assess: Springerlink*
- Miltenberger, R.G. (2004). *Behavior Modification : Prinsiples and Procedures (3rd ed)*. USA:Wadsworth.
- Nasir, M. (1999). *Metode Penelitian*. Jakarta: Ghalia Indonesia
- Nasution, S.Y. (2010). *Self-Management pada Penderita Asma (Studi Kasus)*. Skripsi. Surabaya: Fakultas Psikologi Universitas Airlangga.
- Pallant, J. (2007). *SPSS Survival Manual: A-step-by-step guide to data analysis using SPSS for Windows (Version 15)*. Australia: Allen & Unwin.
- Perhimpunan Dokter Paru Indonesia (PDPI). (2003). *Penyakit Paru Obstruktif Kronis (PPOK): Pedoman Diagnosis dan Penatalaksanaan di Indonesia*. Indonesia:Penulis.
- Polzer, R.L. & Miles, M.S. (2005). Spirituality and Self-Management of Diabetes in African Americans. *Journal of Holistic Nursing*. Sage Publication.

- Polzer R.L. & Miles, M.S. (2007). Spirituality in African-Americans with Diabetes: Self-Management Through a Relationship with God. *Qualitative Health Research*. Sage Publication.
- Rahmadiana, M.. (2009, 27 Mei). *Memahami Psikologi Kesehatan : Tinjauan umum dan religi*. Diakses pada tanggal 1 Februari 2011 dari <http://www.yarsi.ac.id/web-directory/kolom-dosen/73-fakultas-psikologi/173-metta.html> .
- Rakhmat, J. (2006, 17 April). Cara Efektif Membangkitkan Kecerdasan Spiritual. *Nirmala*. Diakses pada tanggal 18 Januari 2011 dari <http://www.erbesentanu.com/technospirituality/70-cara-efektif-membangkitkan-kecerdasan-spiritual>.
- Samuel-Hodge, C.D., Headen, S.W., Shelly, A.H., Ingram, A.F., Keyserling, T.C., Jackson, E.J., Ammerman, A.S. & Elasy, T.A. (2000). Influences on Day-to-Day Self-Management of Type 2 Diabetes Among African-American Women: Spirituality, The Multi-Caregiver Role, and Other Social Context Factors. *Diabetes Care*.
- Santoso, S. (2010). *Statistik Parametrik: Konsep dan Aplikasi dengan SPSS*. Jakarta: PT Elex Media Komputindo.
- Santoso, S. (2010). *Teori-Teori Psikologi Sosial*. Bandung : Refika Aditama.
- Saragih, E.H. (2009). *Kecerdasan Spiritual dan Pengaruhnya terhadap Kinerja Karyawan*. Diakses pada tanggal 1 Februari 2011 dari <http://badruddin69.wordpress.com/2009/06/07/kecerdasan-spiritual-dan-pengaruhnya-terhadap-kinerja-karyawan/>
- Singarimbun, M., & Effendi, S. (1991). *Metode Penelitian Survei*. Jakarta: LP3ES
- Suryabrata, S. (1990). *Metodologi Penelitian*. Jakarta: Rajawali
- Winarsunu, Tulus. (2006). *Statistik dalam Penelitian Psikologi dan Pendidikan (edisi revisi)*. Malang: UMM Press
- Zainuddin, M. (2000). *Metodologi Penelitian* (tidak diterbitkan). Surabaya: Fakultas Psikologi Universitas Airlangga
- Zohar, D. & Marshall, I. (2000). *SQ: Memanfaatkan Kecerdasan Spiritual dalam Berpikir Integralistik & Holistik untuk Memaknai Kehidupan*. Bandung : Mizan.

LAMPIRAN