

## **COGNITIVE BEHAVIOR THERAPY DALAM MENURUNKAN KECEMASAN PADA PASIEN KANKER PAYUDARA**

Lia Fadlilah<sup>1</sup>, Tintin Sukartini<sup>2</sup>, Hanik Endang Nihayati<sup>3</sup>,  
Jaka Surya Hakim<sup>4</sup>, Elin Hidayat<sup>5</sup>  
Universitas Airlangga<sup>1,2,3,4,5</sup>  
tintin-s@fkip.unair.ac.id<sup>2</sup>

### **ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efek dari terapi *cognitive behaviour therapy* dalam menurunkan kecemasan pada pasien dengan kanker payudara. Metode aturan PRISMA dan diagram alir. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah systematic review melalui metode PICOT, dengan pencarian menggunakan database CINAHL, SAGE, SCOPUS, dan Proquest. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar mengungkapkan bahwa ada dampak positif terapi *cognitive behaviour* terhadap penurunan kecemasan pada pasien dengan kanker payudara. Simpulan, manfaat yang diberikan dari terapi ini dapat berguna dalam mengatasi rasa cemas yang di alami pasien dengan kanker payudara.

Kata Kunci : *Cognitive Behaviour Therapi*, Kanker Payudara, Kecemasan

### **ABSTRACT**

*This study aims to determine the effect of cognitive behavior therapy in reducing anxiety in patients with breast cancer. The research method used in this research is a systematic review through the PICOT method by searching using the CINAHL, SAGE, SCOPUS, and Proquest databases. The study results showed that most revealed a positive impact of cognitive behavior therapy on reducing anxiety in patients with breast cancer. In conclusion, the benefits provided by this therapy can help overcome the stress experienced by patients with breast cancer.*

*Keywords: Cognitive Behavior Therapy, Breast Cancer, Anxiety*

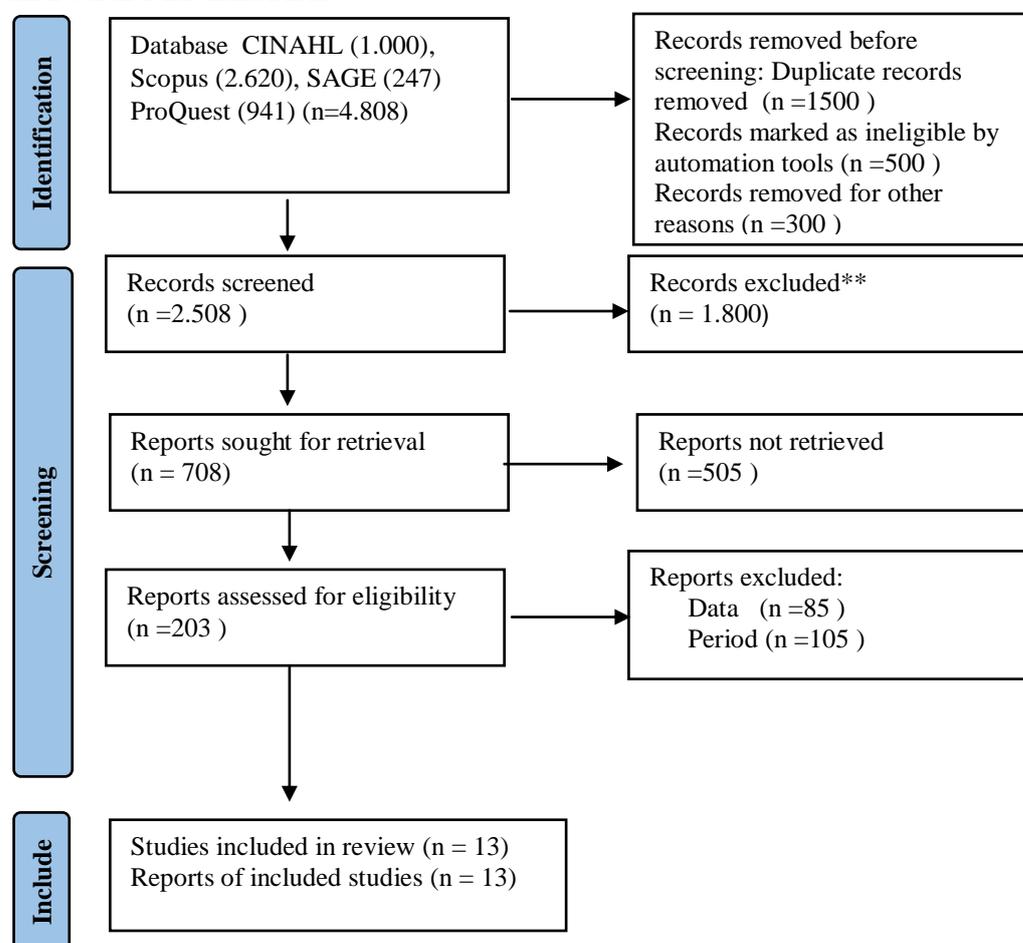
### **PENDAHULUAN**

Kanker payudara merupakan penyakit dengan prevalensi terbanyak ke dua setelah penyakit kardiovaskuler yang diderita oleh wanita (Ramadhan, 2020). Kanker payudara memiliki gejala awal yakni dimulai benjolan kecil kemudian menjadi benjolan besar disertai rasa nyeri akibat pembengkakan (Ginsburg et al., 2020). Seseorang yang terdiagnosis kanker payudara akan merasa terancam, terlebih lagi stigma masyarakat mengenai kanker itu berbahaya masih kuat di masyarakat (Wea, 2021). Hal ini akan memicu munculnya rasa cemas yang merupakan gejala psikologis, dalam penelitian yang dilakukan oleh Civilotti et al., (2020) bahkan 52,1% pasien yang terkena kanker payudara menunjukkan gejala kecemasan. Tujuan dari tinjauan sistematis ini adalah menilai efektifitas *cognitive behaviour therapy* dalam menurunkan cemas pada pasien dengan kanker payudara.

*Illness anxiety disorder* adalah kondisi kecemasan yang terjadi akibat terserangnya suatu penyakit pada fisik yang berat dan serius disertai stigma masyarakat yang masih salah dalam mengartikan gejala dari kondisi yang muncul (Bandelow,2022). Hal inilah yang akan memicu rasa cemas berlebih pada masyarakat yang memiliki kondisi penyakit berat. Kecemasan yang timbul akibat penyakit berat pada fisik, muncul akibat dari suatu persepsi yang masih keliru dan kurang pengetahuan terkait kondisi penyakit yang di derita. Persepsi tersebut berasal dari pengalaman seseorang dalam mempelajari suatu fenomena yang pernah mereka lalui sebelumnya.

Kecemasan akibat penyakit berat seperti kanker payudara selalu mengarahkan stigma masyarakat ke arah kematian sehingga akan mengganggu aktifitas kesehariannya dan psikologisnya. Dalam hal ini diperlukan suatu terapi dalam menangani kecemasan pada pasien dengan kanker payudara. Suatu terapi inovasi yang dapat dikembangkan adalah *cognitive behaviour*. Terapi ini merupakan sebuah penggabungan antar kognitif dan perilaku yang memiliki tujuan merubah maladaptif sebuah perilaku. Pada beberapa penelitian mengungkapkan bahwa *cognitive behaviour therapy* berkontribusi positif dalam menurunkan cemas pada pasien dengan kanker payudara, sehingga dalam hal ini penulis tertarik mereview artikel yang membahas efektifitas *Cognitive behaviour therapy* terhadap penurunan kecemasan pasien dengan kanker payudara.

## METODE PENELITIAN



Gambar. 1  
Diagram PRISMA

Panduan review disiapkan untuk menyusun artikel ini. Pedoman ini mencakup alasan dan tujuan studi, kriteria kelayakan untuk studi dicantumkan dalam artikel, sumber informasi, pencarian strategi yang digunakan, pemilihan artikel dan pengumpulan data proses, hasil yang diperoleh, metode untuk menilai risiko bias, dan hasil dari sintesis data. Pencarian artikel menggunakan 4 database yakni SCOPUS, SAGE, Proquest, dan CINAHL. Penggunaan kata kunci dalam pencarian artikel kami sesuaikan dengan “MESH” dengan kata kunci “*Cognitive Behaviour Therapi*” OR “*Behavior Therapy*”, AND “Breast neoplasms” OR “*Cancer Breast*” AND “Anxiety” OR “Nervousness”. Yang dipilih pada artikel 5 tahun terakhir (2018-2022), studi berbahasa inggris, artikel dengan text lengkap, dan menggunakan logika boolean operator dalam mencari artikel.

### Seleksi Studi

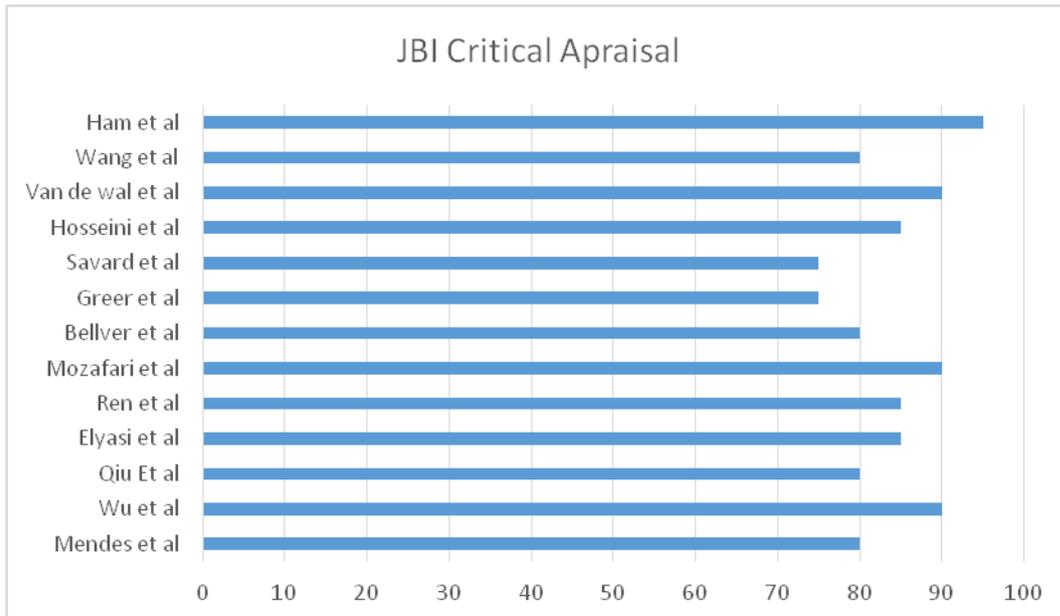
Tiga tahap digunakan dalam menyusun tinjauan sistatis ini antara lain pertama adalah mencari referensi literatur yang berasal dari database pilihan yang telah disesuaikan dengan kata kunci “*Cognitive Behaviour Therapi*” OR “*Behavior Therapy*”, AND “Breast neoplasms” OR “*Cancer Breast*” AND “Anxiety” OR “Nervousness” dengan temuan awal dari seluruh database berjumlah 4.808 kemudian identifikasi berdasarkan duplikasi 3.900, identifikasi berdasarkan judul 2.500, pengecualian berdasarkan judul dan penulis 2.404, identifikasi dari penyaringan abstrak 956, pengecualian berdasarkan populasi dan intervensi 302, artikel ful teks dan layak digunakan 52, dan terakhir artikel yang dipilih sebanyak 13. Kami juga mengecualikan artikel-artikel dengan kualitas rendah.

Tabel. 1  
PICOT

PICOT	Kriteria Inklusi dan Eksklusi
Populasi	Pasien kanker payudara
Intervensi	<i>Cognitive behavioral therapy</i>
Komparator	Tidak ada komparator
Hasil	Penurunan Kecemasan
Waktu	2018-2022
Desain Studi	RCT, Mixed Studi, Kuasi-Eksperimental, Case Study
Bahasa	Inggris
Kriteria Pengecualian	Artikel yang tidak membahas <i>Cognitive behavioral therapy</i> pada pasien kanker payudara, artikel tanpa teks lengkap dan abstrak tanpa detail intervensi, bertanggal sebelum 2018, dan studi dilakukan dalam bahasa selain bahasa Inggris.

### Penilaian Resiko Bias

Artikel yang siap di review akan dinilai resiko bias dengan menggunakan JBI Critical Appraisal sesuai dengan desain studi yang digunakan yaitu RCT, dengan menentukan nilai ambang batas dari skoring JBI Critical appraisal yakni 50%. Jika nilai yang dihasilkan 50% atau lebih maka akan dimasukkan dalam sintesis.



JBI Critical Apraisal digunakan dalam menganalisis artikel yang dipilih dan di nilai (n=13). Kriteria pada penilaian JBI Critical Apraisal adalah menggunakan kategori 'Ya', 'Tidak', 'Tidak Jelas', 'Tidak Berlaku', dan pada pilihan Ya akan diberikan satu poin dan setelah semua item diberi nilai maka akan dijumlahkan total keseluruhan. Ambang batas yang digunakan adalah sebesar 50% dan apabila menghasilkan 50% atau lebih maka memenuhi kriteria untuk dilakukan sintesis. Penelitian yang berkualitas rendah akan dikecualikan guna menghindari bias. Dan akhirnya sebanyak 13 artikel yang siap untuk di sintesis.

Berdasarkan tabel yang tertera, diperoleh 13 artikel yang dipilih dan dilakukan review yang dari setiap artikel membahas efektifitas terapi *Cognitive Behavioral Therapy* yang dimana dari setiap artikel memiliki output yang positif terhadap efektifitas terapi tersebut dalam mengurangi kecemasan pada pasien.

### **Karakteristik Studi**

Artikel yang dipilih dan direview adalah artikel yang dipilih dengan rentang waktu tahun 2018-2022 dan semua rtikel tersebut berbahasa inggris dan dari luar Indonesia. Jumlah responden bervariasi 20-298 pasien dengan kanker payudara. Penulis menetapkan kriteria inklusi dan eksklusi dalam menjaring artikel jika memenuhi syarat maka akan dimasukkan dalam sintesis.

### **Karakteristik Intervensi**

Sampel yang digunakan adalah pasien dengan kanker payudara yang telah lolos seleksi yang ditetapkan oleh peneliti. Setiap atikel memiliki kriteria pemilihan samel yang berbeda beda namun semua bertujuan untuk menguji *Cognitive Behavioral Therapy* dalam menurunkan kecemasan pada pasien kanker payudara. Pada penelitian dengan berdesain mixed metode Mendes-Santos et al. (2022) menggunakan metode intervensi campuran, yaitu wawancara semiterstruktur mendalam, uji kegunaan berbasis laboratorium, uji coba lapangan jangka pendek, dan survei, untuk menilai kegunaan, kegunaan, dan kelayakan menggunakan aplikasi CBT bernama iNNOVBC dikirimkan

melalui internet dan kemudian diberikan panduan oleh peneliti dalam rangka memenuhi kebutuhan psikologis sehingga mengurangi kecemasan pada pasien kanker payudara.

Penelitian berdesain RCT dari China Wu et al. (2018) yang menggunakan sistem yang bernama PEI yang merupakan intervensi psikoedukasi yang bertujuan untuk meningkatkan coping individu ada pasien sehingga mengurangi rasa cemas. Program ini berbasis memberikan pendidikan dan dukungan pada pasien dengan kanker payudara yang diberikan sebanyak 6 sesi dan dilakukan selama 1 jam setiap sesinya. Masing masing sesi memiliki tujuan dan konsep masing masing yakni memberikan pendidikan terkait kondisinya dan memberikan dukungan.

Penelitian berdesain kuasi-eksperimental dengan membentuk dua kelompok dan memebrikan terapi secara berturut turut hingga selesainya tindakan perawatan medis. sampel nonacak digunakan untuk masing masing dari dua jenis terapi kelompok, dengan kelompok non-kontrol. Kriteria inklusi adalah: usia lebih tua dari 18 tahun, dapat dioperasi dan dengan diagnosis kanker payudara pada stadium I sampai III penyakit, telah menyelesaikan perawatan medis adjuvan (apy kemoterapi/radioterapi), tingkat membaca dan menulis yang memungkinkan mereka untuk menyelesaikan tes dan mengikuti isi terapi kelompok dengan mengecualikan pasien dengan bukti metastasis (stadium IV), dengan gangguan psikopatologis serius (gangguan mental berat atau demensia). Dua kelompok intervensi terdiri dari enam sesi perminggu. Pertemuan mingguan berlangsung selama satu setengah jam per sesi. Pemberian intervensi guna membentuk harga diri dan keterampilan sosial pasien, dengan tiga sesi pertama di mana membahas mengenai konsep harga diri, konsep diri dan persepsi diri yang mereka miliki dan mengerjakan distorsi kognitif. Tiga sesi lainnya berfokus pada komunikasi, memperkenalkan unsur-unsur komunikasi, baik verbal maupun non-verbal. Kelompok teknik kognitif-perilaku terdiri dari empat sesi yang berfokus pada pembelajaran strategi kognitif yang meliputi terapi kognitif Beck, pelatihan instruksi diri, teknik distraksi McCaul, penghentian pemikiran dan pelatihan inokulasi stres. Dalam dua sesi yang tersisa intervensi perilaku dilakukan, mereka terdiri dari teknik relaksasi: relaksasi otot progresif Jacobson, imajinasi terpandu dan teknik visualisasi, pola pernapasan dan perencanaan kegiatan yang menyenangkan.

## HASIL PENELITIAN

Tabel. 2  
Systematic Review

Identitas Jurnal	Metode Penelitian	Hasil Penelitian
Mendes-Santos et al., (2022) Development and Evaluation of the Usefulness, Usability, and Feasibility of iNOV Breast Cancer: Mixed Methods Study	Metode Mixed	<i>Cognitive Behavior Therapy iNOV Breast Cancer</i> memiliki dampak positif terhadap penurunan kecemasan dan kesehatan mental pada pasien dengan kanker payudara namun butuh pengembangan yang lebih baik lagi, terutama dari segi tampilan dan pelaksanaannya. program tersebut harus komprehensif dan harus mengadopsi struktur yang fleksibel dan terintegrasi yang mampu berkembang sesuai

		dengan perubahan kebutuhan penyintas dan kontinum kanker.
Wu et al., (2018) Effects of a Psychoeducational Intervention in Patients With Breast Cancer Undergoing Chemotherapy	RCT	Kecemasan, depresi, resiliensi, dan kualitas hidup pada kelompok dan yang diberikan terapi dibanding kelompok kontrol menunjukkan hasil perbedaan yang signifikan. Dan dari hasil ini memberikan manfaat dalam meningkatkan kualitas hidup pasien dan mengurangi depresi yang di alami pasien kanker payudara.
Qiu et al., (2018) Effects of cognitive behavioral therapy for depression on improving insomnia and quality of life in Chinese women with breast cancer: results of a randomized, controlled, multicenter trial	RCT	<i>Cognitive Behavior Therapy</i> (CBT) cukup efektif dalam memperbaiki masalah depresi dan insomnia pada penderita kanker payudara Cina.
Elyasi et al., (2021) Cognitive-Behavioral Therapy and Hypnosis Intervention on Anxiety, Depression, and Quality of Life in Patients with Breast Cancer Undergoing Chemotherapy: A Clinical Trial	RCT	Ditemukan bahwa <i>Cognitive Behavior Therapy</i> (CBT) kombinasi hipnotis secara eksklusif efektif untuk mengurangi masalah tertentu pada pasien kanker payudara, seperti gangguan tidur dan disfungsi emosional oleh karena itu, disarankan sebagai solusi yang efisien untuk masalah pasien tersebut.
Ren et al., (2019) Randomized controlled trial of cognitive behavioural therapy for depressive and anxiety symptoms in Chinese women with breast cancer	RCT	Wanita kelompok CBT menunjukkan gejala depresi dan kecemasan yang jauh lebih sedikit dibandingkan dengan wanita dalam kelompok Non CBT. Penelitian ini mendukung kemanjuran CBT dalam penurunan gejala depresi dan cemas pada pasien dengan kanker payudara di Cina.
Mozafari-Motlagh et al., (2019) Effect of cognitive behavior therapy integrated with mindfulness on perceived pain and pain self-efficacy in patients with breast cancer	Kuasi-Eksperimental	Dari hasil yang diperoleh bahwa penggunaan CBT secara terpadu bermanfaat dalam menurunkan rasa cemas dan nyeri hingga meningkatkan kepercayaan diri pada pasien kanker payudara. Oleh karena itu, dapat menjadi terapi pelengkap yang memadai bagi penderita kanker payudara.
Bellver-Pérez et al., (2019) Effectiveness of group	RCT	Berdasarkan hasil yang diperoleh menunjukkan bahwa kelompok intervensi CBT dengan fokus

therapy in women with localized breast cancer		psikologis cukup efisien dalam meningkatkan keadaan emosi, depresi, dan kualitas hidup wanita penderita kanker payudara.
Greer et al., (2019) Randomized Trial of a Tailored Cognitive-Behavioral Therapy Mobile Application for Anxiety in Patients with Incurable Cancer	RCT	Aplikasi CBT yang disesuaikan untuk kecemasan dan program pendidikan kesehatan dikaitkan dengan penurunan kecemasan, perbaikan suasana hati, dan peningkatan kualitas hidup, tetapi hasil ini tidak berbeda di antara kelompok studi. Aplikasi CBT lebih bermanfaat daripada pendidikan kesehatan untuk pasien dengan kecemasan awal yang parah
Savard et al., (2021) Efficacy of a stepped care approach to deliver cognitive-behavioral therapy for insomnia in cancer patients: a noninferiority randomized controlled trial	RCT	Perawatan dengan melakukan pemberian CBT sangat berguna bagi pasien kanker hal ini akan meningkatkan rilekasi, penurunan stres dan peningkatan kualitas tidur
Hosseini et al., (2018) Comparison of Religious Cognitive Behavioral Therapy (RCBT), Cognitive Behavioral Therapy (CBT) And Citalopram On Depression and Anxiety Among Women with Breast Cancer: A Randomized Controlled Trial	RCT	Penggunaan RCB dan CBT memiliki efek yang sama dalam menurunkan depresi pada wanita penderita kanker payudara. Naun dapat di aplikasikan sebagai acuan dalam mengurangi cemas pada pasien dengan kanker payudara
van de Wal et al., (2018) Cognitive Behavior Therapy for Fear of Cancer Recurrence: A Case Study	Case Study	Studi kasus ini menunjukkan bagaimana kecemasan dapat diatasi dengan CBT dan dapat berkontribusi pada peningkatan perawatan bagi penderita kanker.
Wang et al., (2018) Differential psychological effects of cognitive-behavioral stress management among breast cancer patients with high and low initial cancer-specific distress	RCT	CBT menurunkan afek negatif dan pikiran intrusif serta meningkatkan afek positif di antara pasien Kanker payudara pasca bedah yang mengalami peningkatan distres spesifik kanker setelah operasi, tetapi tidak menunjukkan efek serupa pada wanita dengan distres spesifik kanker tingkat rendah.
Ham et al., (2019) Preliminary Results	RCT	Hasil Penelitian menunjukkan bahwa program terapi perilaku

From a Randomized Controlled Study for an App-Based Cognitive Behavioral Therapy Program for Depression and Anxiety in Cancer Patients	kognitif berbasis aplikasi seluler merupakan intervensi yang efektif untuk mengurangi depresi dan kecemasan, tetapi bukan kualitas hidup pasien kanker
----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Berdasarkan tabel 2, hasil analisis dari 13 artikel penelitian menunjukkan bahwa ada artikel yang melaporkan bahwa sebagian besar menunjukkan bukti yang positif terkait efektifitas terapi kognitif terhadap penurunan kecemasan pada pasien dengan kanker payudara. Studi yang di review merupakan studi berdesain kuasi ekperimental, RCT, mixed metode dan studi kasus dengan jumlah sampel berbeda beda dari setiap penelitian dimulai dari 20 hingga ratusan sampel.

## PEMBAHASAN

Dari artikel yang disintesis menggambarkan bahwa sebagian besar menunjukkan bukti yang positif terkait efektifitas terapi kognitif terhadap penurunan kecemasan pada pasien dengan kanker payudara. Studi yang di review merupakan studi berdesain kuasi ekperimental, RCT, mixed metode dan studi kasus dengan jumlah sampel berbeda beda dari setiap penelitian dimulai dari 20 hingga ratusan sampel. Model terapi yang diberikan berbeda beda ada yang menggunakan aplikasi dan ada juga yang dilakukan secara langsung. *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) cukup efektif dalam memperbaiki masalah depresi dan insomnia pada penderita kanker payudara Cina (Qiu et al., 2018).

Aplikasi CBT yang disesuaikan untuk kecemasan dan program pendidikan kesehatan dikaitkan dengan penurunan kecemasan, perbaikan suasana hati, dan peningkatan kualitas hidup, tetapi hasil ini tidak berbeda di antara kelompok studi. Aplikasi CBT lebih bermanfaat daripada pendidikan kesehatan untuk pasien dengan kecemasan awal yang parah (Greer et al., 2019). Perawatan dengan melakukan pemberian CBT sangat berguna bagi pasien kanker hal ini akan meningkatkan rileksi, penurunan stres dan peningkatan kualitas tidur (Savard et al., 2021). CBT menurunkan afek negatif dan pikiran intrusif serta meningkatkan afek positif di antara pasien Kanker payudara pasca bedah yang mengalami peningkatan distress spesifik kanker setelah operasi, tetapi tidak menunjukkan efek serupa pada wanita dengan distress spesifik kanker tingkat rendah (Wang et al., 2018).

Menurut hasil review artikel, terapi kognitif memiliki manfaat dalam meningkatkan coping individu, mengurangi depresi, sehingga beberapa artikel mengungkapkan dapat meningkat kualitas hidup pasien dengan kanker payudara. Program terapi perilaku kognitif berbasis aplikasi seluler merupakan intervensi yang efektif untuk mengurangi depresi dan kecemasan, tetapi bukan kualitas hidup pasien kanker (Ham et al., 2019). Kecemasan merupakan suatu rasa khawatir yang merupakan masalah psikologis dan memiliki manifestasi klinis antara lain rasa takut, kekhawatiran terhadap masa depan, kekhawatiran akan sesuatu yang akan terjadi pada dirinya, dan disertai rasa gugup hal ini merupakan hal normal pada pasien dengan kanker payudara yang diakibatkan pemikiran mereka terkait kanker itu sendiri yang nantinya akan berakhir dengan kematian (Mendes-Santos et al., 2022; Tsaras et al., 2018). Kecemasan dapat diatasi dengan memberikan terapi dukungan terkait hal ini adalah terapi kognitif yang berfungsi memberikan pengetahuan, pemikiran yang positif terhadap pasien tersebut sehingga cemas yang ia rasakan dapat berkurang.

Salah satu penelitian RCT Wu et al., (2018) yang di review menghasilkan temuan bahwa kecemasan, depresi, resiliensi, dan kualitas hidup pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol menunjukkan perbedaan yang signifikan. Dari hasil tersebut terapi ini memberikan manfaat dalam meningkatkan kualitas hidup pasien dan mengurangi depresi yang di alami pasien kanker payudara. Hal ini didukung oleh penelitian lain dengan jenis yang berbeda yakni desain kuasi eksperimental Mozafari-Motlagh et al., (2019) yang menghasilkan temuan bahwa penggunaan terapi kognitif secara terpadu bermanfaat dalam mengurangi kecemasan, rasa nyeri, dan meningkatkan efikasi diri nyeri pada pasien kanker payudara dan disarankan terapi ini digunakan sebagai terapi pelengkap selain terapi medis untuk pasien dengan kanker payudara. Terapi Rasa cemas memanglah merupakan suatu masalah bagi pasien yang menderita kanker hal ini diperkuat akibat stigma masyarakat yang masih kental terhadap kanker yang pasti akan menyebabkan kematian (Tanrewali & Wahyuningsih, 2019).

Hal ini akibat kurangnya informasi terkait kanker payudara itu sendiri prihal pengertian maupun pengobatannya. Terapi ini dapat berfungsi merubah pandangan atau keadaan psikologis pasien karena dengan penerapan terapi ini pasien akan diberikan dukungan dan informasi terkait kanker payudara sehingga rasa cemas yang menjadi permasalahan keperawatan dapat di atasi. Terapi kognitif merupakan suatu perpaduan antara terapi perilaku pasien dan kognitifnya yang dimana tujuannya untuk merubah pandangan pasien tersebut dan cara untuk menyikapi keadaannya saat ini. Pandangan yang keliru terhadap suatu objek akan menghasilkan output yang keliru pula seperti depresi akibat pandangan yang keliru terkait kanker payudara sehingga membuatnya putus asa dan malah menurunkan imunitas tubuhnya. Dengan adanya terapi kognitif akan mengarahkan pikiran pasien ke arah yang positif dan akan berlanjut ke perilaku positifnya pula.

## **SIMPULAN**

Berdasarkan hasil artikel yang di review semua mengungkapkan hasil yang positif terkait output dari terapi kognitif yakni akan meningkatkan pola pikir yang positif, menyikapi suatu hal secara positif, penurunan tingkat kecemasan hingga depresi pada pasien dengan kanker payudara. Terapi ini dapat dijadikan sebagai terapi pelengkap diluar dari terapi medis dalam memperbaiki gejala psikis pada pasien.

## **SARAN**

Diharapkan terapi seperti ini dapat diterapkan di setiap rumah sakit di seluruh dunia, guna meingkatkan kualitas hidup pasien dengan kanker payudara dan harapannya peneliti lain di masa depan dapat menemukan inovasi terbaru terkait terapi ini guna mengembangkan ilmu pengetahuan terhadap terapi pada pasien kanker payudara.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Bandelow, B., Michaelis, S., & Wedekind, D. (2022). Treatment of anxiety disorders. *https://doi.org/10.31887/DCNS.2017.19.2/Bbandelow*, 19(2), 93–107.  
<https://doi.org/10.31887/DCNS.2017.19.2/bbandelow>
- Civilotti, C., Maran, D. A., Santagata, F., Varetto, A., & Stanizzo, M. R. (2020). The Use of the Distress Thermometer and the Hospital Anxiety and Depression Scale for Screening of Anxiety and Depression in Italian Women Newly Diagnosed with Breast Cancer. *Supportive Care in Cancer : Official Journal of the Multinational Association of Supportive Care in Cancer*, 28(10), 4997–5004.

- <https://doi.org/10.1007/s00520-020-05343-x>
- Ginsburg, O., Yip, C., Brooks, A., Cabanes, A., Caleffi, M., Yataco, J. A. D., Gyawali, B., McCormack, V., de-Anderson, M. M., Mehrotra, R., Mohar, A., Murillo, R., Pace, L. E., Paskett, E. D., Romanoff, A., Rositch, A. F., Scheel, J. R., Schneidman, M., Unger-Saldaña, K., Vanderpuye, V., Wu, T., Yuma, S., Dvaladze, A., Duggan, C., & Anderson, B. O. (2020). Breast Cancer Early Detection: A Phased Approach to Implementation. *Cancer*, *126*(10), 2379–2393. <https://doi.org/10.1002/cncr.32887>
- Greer, J. A., Jacobs, J., Pensak, N., MacDonald, J. J., Fuh, C., Perez, G. K., Ward, A., Tallen, C., Muzikansky, A., Traeger, L., Penedo, F. J., El-Jawahri, A., Safren, S. A., Pirl, W. F., & Temel, J. S. (2019). Randomized Trial of a Tailored Cognitive Behavioral Therapy Mobile Application for Anxiety in Patients with Incurable Cancer. *The Oncologist*, *24*(8), 1111–1120. <https://doi.org/10.1634/THEONCOLOGIST.2018-0536>
- Ham, K., Chin, S., Suh, Y. J., Rhee, M., Yu, E. S., Lee, H. J., Kim, J. H., Kim, S. W., Koh, S. J., & Chung, K. M. (2019). Preliminary Results from a Randomized Controlled Study for An App-Based Cognitive Behavioral Therapy Program for Depression and Anxiety in Cancer Patients. *Frontiers in Psychology*, *10*, 1592. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.01592>
- Mendes-Santos, C., Nunes, F., Weiderpass, E., Santana, R., & Andersson, G. (2022). Development and Evaluation of the Usefulness, Usability, and Feasibility of iNOV Breast Cancer: Mixed Methods Study. *JMIR Cancer* *2022*, *8*(1), <https://doi.org/10.2196/33550>
- Mozafari-Motlagh, M. R., Nejat, H., Tozandehjani, H., & Samari, A. A. (2019). Effect of cognitive behavior therapy integrated with mindfulness on perceived pain and pain self-efficacy in patients with breast cancer. *Journal of Nursing and Midwifery Sciences*, *6*(2), 51-56. [https://doi.org/10.4103/JNMS.JNMS\\_60\\_18](https://doi.org/10.4103/JNMS.JNMS_60_18)
- Qiu, H., Ren, W., Yang, Y., Zhu, X., Mao, G., Mao, S., Lin, Y., Shen, S., Li, C., Shi, H., Jiang, S., He, J., Zhao, K., Fu, Y., Hu, X., Gu, Y., Wang, K., Guo, X., & He, J. (2018). Effects of Cognitive Behavioral Therapy for Depression on Improving Insomnia and Quality of Life in Chinese Women with Breast Cancer: Results of a Randomized, Controlled, Multicenter Trial. *Neuropsychiatric Disease and Treatment*, *14*, 2665. <https://doi.org/10.2147/NDT.S171297>
- Ramadhan, D. (2020). Cognitive Behavioral Therapy to Reduce Anxiety in Fibroadenoma Mammae Patient (Case Study). *Journal of Psychiatry Psychology and Behavioral Research*, *1*(1), 6-9. <https://jppbr.ub.ac.id/index.php/jppbr/article/view/2>
- Savard, J., Ivers, H., Savard, M. H., Morin, C. M., Caplette-Gingras, A., Bouchard, S., & Lacroix, G. (2021). Efficacy of a Stepped Care Approach to Deliver Cognitive-Behavioral Therapy for Insomnia in Cancer Patients: A Noninferiority Randomized Controlled Trial. *Sleep*, *44*(11). <https://doi.org/10.1093/SLEEP/ZSAB166>
- Tanrewali, M. S., & Wahyuningsih, W. (2019). Pengalaman Pengobatan dan Kecemasan pada pasien Kanker di Awal Bros Hospital Makassar. *Journal of Health, Education and Literacy (J-Healt)*, *2*(1), 14–18. <https://doi.org/10.31605/J-HEALT.V2I1.440>
- Tsaras, K., Papathanasiou, I. V., Mitsi, D., Veneti, A., Kelesi, M., Zyga, S., & Fradelos, E. C. (2018). Assessment of Depression and Anxiety in Breast Cancer Patients:

- Prevalence and Associated Factors. *Asian Pacific Journal of Cancer Prevention : APJCP*, 19(6), 1661–1669. <https://doi.org/10.22034/APJCP.2018.19.6.1661>
- Wang, A. W. T., Bouchard, L. C., Gudenkauf, L. M., Jutagir, D. R., Fisher, H. M., Jacobs, J. M., Blomberg, B. B., Lechner, S. C., Carver, C. S., & Antoni, M. H. (2018). Differential Psychological Effects of Cognitive-Behavioral Stress Management Among Breast Cancer Patients with High and Low Initial Cancer-Specific Distress. *Journal of Psychosomatic Research*, 113, 52–57. <https://doi.org/10.1016/j.jpsychores.2018.07.011>
- Wea, L. D. (2021). Pandangan tentang Kanker Payudara: Studi dari Para Biarawati di Kabupaten Manggarai Provinsi NTT. *Jurnal Kesehatan*, 9(1), 20–29. <https://doi.org/10.35913/jk.v9i1.164>
- Wu, P. H., Chen, S. W., Huang, W. T., Chang, S. C., & Hsu, M. C. (2018). Effects of a Psychoeducational Intervention in Patients with Breast Cancer Undergoing Chemotherapy. *Journal of Nursing Research*, 26(4), 266–279. <https://doi.org/10.1097/JNR.0000000000000252>