

PENGARUH *COGNITIVE BEHAVIOR THERAPY* DALAM PENANGANAN GANGGUAN PSIKOSOSIAL PASIEN KANKER MAMAE: A *LITERATURE REVIEW*

Tri Wahyuni Ismoyowati, Lido Sianipar, Muhamad Arief Fadli

¹Program Studi Sarjana Keperawatan dan Profesi Ners, Universitas Medika Suherman

^{2,3}Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan Anestesi, Universitas Medika Suherman

Email: triwahyuni@medikasuherman.ac.id

Received: 24 November 2025; Revised: 12 December 2025; Accepted: 24 December 2025

Abstract

Cancer is one of the leading causes of death globally. Cancer patients often face various challenges, including psychological disorders. This study aims to assess the impact of Cognitive Behavior Therapy (CBT) in addressing psychosocial issues in cancer patients, particularly breast cancer. This study used a systematic review approach, utilizing multiple databases such as ProQuest, ScienceDirect, and SpringerLink. Article analysis was performed using the PRISMA method. Five articles met the criteria for review and employed the Randomized Controlled Trial method. Findings indicate that Cognitive Behavior Therapy, both in its standard and adapted forms, is effective in helping breast cancer patients overcome psychosocial disorders, including depression, stress, anxiety, and sleep disturbances. Combining this therapy with other approaches, such as hypnotherapy and technology, also shows promising potential for psychosocial interventions. Healthcare professionals, especially nurses, are encouraged to integrate Cognitive Behavior Therapy as part of comprehensive care for cancer patients experiencing psychosocial disorders.

Keywords: *cognitive behavior therapy; psychosocial disorders; breast cancer patients.*

Abstrak

Kanker merupakan salah satu penyebab utama kematian secara global. Pasien kanker sering menghadapi berbagai tantangan, termasuk gangguan psikologis. Penelitian ini bertujuan untuk menilai pengaruh *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) dalam menangani permasalahan psikososial pada pasien kanker, salah satunya kanker mammae. Studi ini dilakukan dengan pendekatan *systematic review* menggunakan beberapa database, seperti *ProQuest* dan *ScienceDirect*. Analisis artikel dilakukan dengan menerapkan metode PRISMA. Hasil Dari hasil penelaahan, terdapat 5 artikel yang memenuhi kriteria dan menggunakan metode *Randomized Controlled Trial*. Temuan menunjukkan bahwa terapi perilaku kognitif, baik dalam bentuk standar maupun yang disesuaikan, terbukti efektif dalam membantu pasien kanker Mammae mengatasi gangguan psikososial, termasuk depresi, stres, kecemasan, dan gangguan tidur. Selain itu, kombinasi terapi ini dengan pendekatan lain, seperti hipnoterapi dan pemanfaatan teknologi, memiliki potensi yang menjanjikan untuk intervensi psikososial. Tenaga kesehatan terutama perawat disarankan untuk mengintegrasikan *Cognitive Behavior Therapy* sebagai bagian dari perawatan komprehensif bagi pasien kanker yang mengalami gangguan psikososial.

Kata kunci: *cognitive behavior therapy; gangguan psikososial; pasien kanker mammae.*

PENDAHULUAN

Kanker adalah penyebab utama kematian di seluruh dunia (Kemenkes, 2024). Kanker menjadi tantangan kesehatan global secara signifikan. *International Agency For Research on Cancer* (IARC), menyatakan ditahun 2018 tercatat 18,1 juta kasus kanker dan menyebabkan 9,6 juta (53%) kematian. Kejadian Kanker mengalami kenaikan ditahun 2022 dengan 20 juta (10%) kasus dan 9,7 juta (48.5%) kematian di seluruh dunia. Jumlah kasus kanker akan meningkat menjadi 35 juta (57%) pada tahun 2050. Kanker payudara berada di urutan kedua secara global, dengan total 2.3 juta kasus (Globocan, 2022).

Di Indonesia, tercatat 1 juta kasus kanker dengan tingkat kematian mencapai 24,3% dalam lima (5) tahun terakhir. Dari jumlah tersebut, terdapat 40,9% kasus baru. Kanker mammae menempati peringkat pertama dalam kejadian kanker di Indonesia. proporsi penyakit kanker mammae adalah 151 per 100 ribu penduduk. Kemudian diikuti oleh kanker paru dan kanker serviks (Globocan, 2022). Insiden kanker payudara, secara signifikan lebih tinggi di negara-negara berkembang, termasuk Indonesia. Kondisi ini dipengaruhi oleh beberapa faktor risiko, seperti genetik, obesitas, kurangnya aktivitas fisik, konsumsi makanan tinggi protein seperti daging merah yang mengandung hormon eksogen atau produk sampingan karsinogenik, konsumsi alkohol, merokok, dan penggunaan pil kontrasepsi oral (Huang et al., 2021). Sebagian besar faktor risiko dapat diintervensi melalui pendidikan kesehatan dalam praktik klinis dan inisiatif kesehatan masyarakat.

Pasien dengan penyakit kanker menghadapi banyak tantangan dan permasalahan, mulai dari saat mereka pertama kali didiagnosis hingga menjalani proses pengobatan. Pasien-pasien ini sering mengalami kebutuhan yang tidak terpenuhi (*unmet needs*) yang cukup tinggi (Lewandowka et al., 2020). Hasil penelitian

mengatakan pasien yang menerima informasi mengenai dirinya terdiagnosis kanker mengalami gangguan psikologis seperti cemas, stres, depresi, gangguan tidur dan rasa takut akan kematian (Febrianty et al., 2024). Gejala ini akan berdampak negatif jika tidak ditangani, intervensi *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) merupakan pendekatan yang efektif untuk mengatasi gejala tersebut.

CBT merupakan terapi yang dapat membantu pasien untuk mengidentifikasi dan mengubah pola pikir negatif, mengembangkan keterampilan koping yang lebih baik, meningkatkan cara mereka merespons situasi yang memicu gejala (Najah et al., 2024). Sebuah penelitian di cina oleh Sun et al (2019), mengatakan CBT efektif menurunkan kecemasan dan depresi pada kontek pasien kanker payudara stadium lanjut. Penelitian lain menunjukkan CBT efektif merubah pola pikir negatif dan menurunkan depresi, kecemasan, stress, dan gangguan tidur pada pasien kanker (Chambers et al., 2018; Elyasi et al., 2021; Savard et al., 2021).

Meskipun berbagai penelitian menunjukkan bahwa *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) efektif dalam menurunkan gejala psikososial pada pasien kanker, masih terdapat kesenjangan penelitian berupa variasi hasil antar studi, perbedaan bentuk intervensi, durasi, serta metode penyampaiannya, khususnya pada pasien kanker mammae yang memiliki karakteristik emosional dan kebutuhan psikososial yang kompleks. Selain itu, belum ada kajian sistematis yang merangkum secara komprehensif efektivitas berbagai model CBT baik tatap muka, digital, maupun kombinasi terhadap beragam gejala psikososial seperti kecemasan, depresi, stres, kelelahan, dan gangguan tidur. Oleh karena itu, tujuan *systematic review* ini adalah untuk mengidentifikasi, mensintesis, dan mengevaluasi bukti ilmiah mengenai efektivitas CBT dalam mengatasi gangguan psikososial pada pasien kanker mammae. Hasil

kajian ini diharapkan memberikan kontribusi bermakna bagi praktik keperawatan dan klinik, terutama dalam membantu perawat memilih, mengadaptasi, dan mengintegrasikan intervensi CBT yang paling efektif dan sesuai dengan kebutuhan pasien, sehingga dapat meningkatkan kualitas layanan dan kesejahteraan psikologis penyintas kanker.

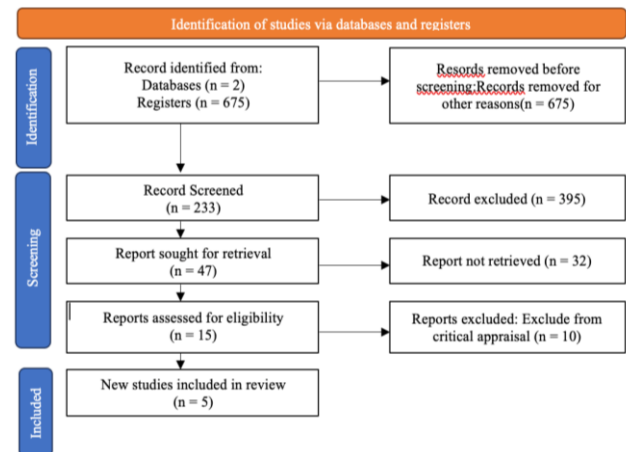
METODE

Metode yang peneliti pakai untuk melakukan penulisan ini ialah systematic review yaitu dengan mensintesis masalah psikologis pada pasien kanker payudara atau pasien kanker mammae. Sehingga pertanyaan penelitian yang menjadi dasar penulis adalah “Apakah *Cognitive Behavior Therapy* efektif menurunkan masalah psikososial pasien kanker mammae?”. Penelusuran dilakukan pada 2 database yaitu *ProQuest* dan *Science Direct* untuk mencari artikel yang berisi deskripsi efektivitas *Cognitive Behavior Therapy* terhadap masalah psikologis pasien kanker. Kata kunci yang digunakan pada penelusuran ini adalah Kata kunci yang digunakan dalam pencarian artikel ini “*Cognitive Behavior Therapy*” OR “*Cognitive Restructuring* “ OR “*Mindfulness* “AND “*Psychological Problems* “AND “*Breast Cancer Patients*”. Rentang tahun artikel adalah 6 tahun terakhir (2018 sampai dengan 2024).

Kriteria inklusi menggunakan kerangka PICO (*Population, Interventions, Comparisons, Outcomes*) P: Pasien Kanker Mammae , I: *Cognitive Behavior Therapy* , C: -, O: Masalah Psikososial pasien kanker menurun. Kriteria eksklusi yaitu Pasien dengan penyakit kronik selain kanker, artikel studi kualitatif, dan artikel dengan bahasa selain bahasa inggris. Proses pemilihan studi dilakukan melalui 2 tahap yaitu: tahap pertama penulis melakukan screening secara mandiri sambil melihat abstrak, isi artikel kemudian pada tahap kedua penulis melakukan review secara lengkap. Kemudian dilakukan diskusi dengan para penulis lainnya untuk menyelesaikan perbedaan pendapat. Setelah memenuhi semua

kriteria yang dimaksud, maka penulis melakukan penilaian kualitas data

Pendekatan yang dilakukan pada kajian sistematis ini adalah menggunakan pendekatan *Preferred Reporting Items for Systematic reviews and Meta-Analyses* (PRISMA).



Gambar 1. PRISMA

HASIL DAN PEMBAHASAN

Review dilakukan pada 5 artikel yang membahas tentang *Cognitive Behavior Therapy* terhadap masalah-masalah psikososial pasien kanker mammae hasil review dapat terlihat pada tabel dibawah ini.

Tabel 1 . Ringkasan artikel hasil skrining

Judul Artikel	Desain, Durasi, Instrumen, dan Hasil Penelitian
<i>Cognitive-Behavioral Therapy and Hypnosis Intervention on Anxiety, Depression, and Quality of Life in Breast Cancer Patients with Undergoing Chemotherapy: A Clinical Trial</i>	Desain Penelitian ini menggunakan RCT, dengan instrumen HADS, DASS-21, PSQI. Durasi intervensi 8 sesi (1x/minggu). Sampel penelitian ini terdiri dari 50 wanita dengan diagnosis kanker payudara yang berusia antara 25 hingga 65 tahun. CBT lebih efektif dalam mengurangi stres dan

<p>(Elyasi et al., 2021)</p>	<p>depresi secara umum, sementara hipnosis dapat menjadi intervensi yang efektif untuk mengurangi masalah tidur dan gangguan emosional pada pasien kanker payudara.</p>	<p>Hasil penelitian menjelaskan MBCT dan CBT terbukti efektif dalam mengurangi kecemasan dan depresi pada pasien kanker, dan keduanya lebih baik dibandingkan dengan kelompok tunggu.</p>
<p><i>Randomized controlled trial of cognitive behavioural therapy for depressive and anxiety symptoms in Chinese women with breast cancer</i> (Ren et al., 2019)</p>	<p>Desain Penelitian ini menggunakan RCT (3 kelompok), dengan instrumen HADS, BDI II. Durasi intervensi 6-8 sesi (60 menit/sesi). Sampel penelitian ini melibatkan total 392 peserta yang terdiri dari tiga kelompok: kelompok CBT 98 peserta, kelompok manajemen diri 98 peserta, kelompok perawatan biasa 196 peserta. Hasil penelitian menunjukkan bahwa CBT efektif dalam mengurangi gejala depresi dan kecemasan pada wanita China yang merupakan penyintas kanker payudara.</p>	<p>Meskipun, MBCT merupakan alternatif yang baik untuk CBT dalam mengurangi gejala emosional, CBT lebih disarankan untuk pengurangan kelelahan. Sampel 255 wanita penyintas kanker payudara, dibagi menjadi dua kelompok: 133 peserta kelompok intervensi menerima CBT untuk insomnia yang disampaikan melalui internet (iCBT-I) dan 122 peserta dalam kelompok kontrol. Usia 18 hingga 75 tahun dan telah menjalani perawatan bedah. Hasil penelitian menunjukkan CBT untuk insomnia yang disampaikan melalui internet (iCBT-I) efektif dalam mengurangi tingkat keparahan insomnia dan meningkatkan kualitas tidur di kalangan penyintas kanker payudara.</p>
<p><i>Efficacy of Mindfulness-Based Cognitive Therapy and Cognitive Behavioral Therapy for Anxiety, Depression, and Fatigue in Cancer Patients: A Randomized Clinical Trial</i> (Sheikhzadeh et al., 2021)</p>	<p>Desain Penelitian ini menggunakan RCT (3kelompok), dengan instrumen HADS, PFS (fatige). Durasi intervensi 8 minggu. Sampel 60 pasien kanker, Peserta dibagi menjadi tiga kelompok: Mindfulness-Based Cognitive Therapy (MBCT), Cognitive Behavioral Therapy (CBT), Kelompok Tunggu (Wait-list Group/WLG).</p>	<p>Hasil penelitian menunjukkan CBT untuk insomnia yang disampaikan melalui internet (iCBT-I) efektif dalam mengurangi tingkat keparahan insomnia dan meningkatkan kualitas tidur di kalangan penyintas kanker payudara. Hasil penelitian menunjukkan CBT untuk insomnia yang disampaikan melalui internet (iCBT-I) efektif dalam mengurangi tingkat keparahan insomnia dan meningkatkan kualitas tidur di kalangan penyintas kanker payudara.</p>
<p><i>Internet-Delivered Cognitive-Behavioral Therapy for Insomnia in Breast Cancer Survivors: A Randomized Controlled Trial</i> (Zachariae et al., 2018)</p>	<p><i>Effects of cognitive behavioral therapy for depression on improving insomnia and</i></p>	<p>Sampel 255 wanita penyintas kanker payudara, dibagi menjadi dua kelompok: 133 peserta kelompok intervensi menerima CBT untuk insomnia yang disampaikan melalui internet (iCBT-I) dan 122 peserta dalam kelompok kontrol. Usia 18 hingga 75 tahun dan telah menjalani perawatan bedah. Hasil penelitian menunjukkan CBT untuk insomnia yang disampaikan melalui internet (iCBT-I) efektif dalam mengurangi tingkat keparahan insomnia dan meningkatkan kualitas tidur di kalangan penyintas kanker payudara. Desain Penelitian ini menggunakan RCT, dengan instrumen ISI, QOL C30. Durasi intervensi 8 sesi. Penelitian ini melibatkan total 392 peserta, yaitu</p>

quality of life in chinese women with breast cancer: results of a randomized, controlled, multicenter trial (Qiu et al., 2018) wanita penyintas kanker payudara yang dibagi ke dalam tiga kelompok: terapi perilaku kognitif (CBT), manajemen perawatan mandiri (SCM), dan perawatan biasa (UC). Hasil penelitian menunjukkan bahwa terapi perilaku kognitif (CBT) efektif dalam mengurangi masalah insomnia dan meningkatkan kualitas hidup (QOL) pada wanita penyintas kanker payudara.

Penelitian terkait intervensi psikologis pada penyintas kanker terus berkembang dan menunjukkan hasil yang beragam namun cenderung konsisten memberikan manfaat bagi kesehatan mental pasien. Secara keseluruhan, temuan-temuan tersebut menegaskan bahwa pendekatan psikoterapi, khususnya *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) dan variasinya, berperan penting dalam meningkatkan kualitas hidup, mengurangi gejala psikologis, serta membantu pasien beradaptasi dengan kondisi dan proses pengobatan kanker.

Harnas et al. (2021) melaporkan bahwa CBT yang dipersonalisasi memberikan hasil klinis yang lebih unggul dibandingkan CBT standar. *Personalized* CBT dirancang dengan mempertimbangkan karakteristik unik pasien, termasuk kondisi emosional, keyakinan personal, serta pengalaman terkait penyakit. Pendekatan ini terbukti lebih efektif dalam menurunkan ketakutan akan kekambuhan, depresi, dan kelelahan, yang merupakan tiga masalah psikologis paling umum pada penyintas kanker. Temuan ini menunjukkan bahwa fleksibilitas dan penyesuaian intervensi menjadi faktor penting dalam efektivitas terapi.

Penelitian Greer et al. (2019) berbasis pada pasien kanker stadium lanjut

menunjukkan bahwa intervensi CBT yang telah dimodifikasi serta program edukasi kesehatan dapat menurunkan tingkat kecemasan dan depresi. Menariknya, hasil tersebut menggarisbawahi bahwa edukasi kesehatan yang tepat pun memiliki dampak signifikan pada kondisi psikologis pasien. Hal ini memberi implikasi bahwa dukungan psikologis tidak selalu memerlukan pendekatan klinis yang kompleks; peningkatan pemahaman pasien terhadap penyakit, proses terapi, dan strategi koping juga mampu memberikan efek positif.

Pada kelompok pasien dengan kebutuhan khusus, seperti pasien pascalarinektomi, Y. Yang et al. (2022) menunjukkan bahwa *computerized* CBT (cCBT) menawarkan alternatif yang sangat menjanjikan. cCBT terbukti menurunkan kecemasan dan depresi melalui pendekatan digital yang lebih fleksibel, mudah diakses, dan dapat dilakukan secara mandiri oleh pasien. Hasil ini menegaskan bahwa pemanfaatan teknologi digital mampu mengatasi keterbatasan akses terhadap layanan kesehatan mental, terutama bagi pasien dengan gangguan mobilitas atau hambatan komunikasi seperti setelah laringektomi.

Ren et al. (2019) memperkuat bukti bahwa CBT berperan penting dalam pemulihan emosional penyintas kanker payudara. Dengan membagi peserta ke dalam tiga kelompok intervensi, penelitian ini menunjukkan bahwa CBT memberikan penurunan signifikan pada gejala kecemasan dan depresi dibandingkan kelompok kontrol. Temuan ini konsisten dengan Elyasi et al. (2021) yang juga mengonfirmasi efektivitas CBT dalam menurunkan stres dan depresi. Namun, Elyasi et al. menambahkan perspektif baru bahwa hipnosis dapat menjadi pilihan yang lebih baik untuk menangani gangguan tidur dan masalah emosional tertentu. Hal ini menunjukkan bahwa setiap intervensi memiliki kekuatan spesifik, sehingga pemilihan terapi idealnya disesuaikan dengan jenis gejala utama yang dialami pasien.

Qiu et al. (2018) lebih lanjut menunjukkan peran penting CBT dalam penanganan insomnia pada penyintas kanker payudara. Mengingat insomnia menjadi salah satu keluhan yang paling memengaruhi kualitas hidup dan proses pemulihan pasien kanker, keberhasilan CBT dalam memperbaiki pola tidur memiliki implikasi jangka panjang terhadap kesehatan fisik dan psikologis pasien.

Savard et al. (2021) memperkenalkan pendekatan *stepped-care* dalam CBT-I (CBT untuk insomnia), yang dinilai lebih hemat biaya dan tetap efektif bagi pasien kanker dengan gangguan tidur. Model ini memungkinkan pasien memulai dari intervensi dengan intensitas rendah dan meningkat sesuai kebutuhan, sehingga lebih adaptif terhadap kondisi psikologis dan kemampuan pasien.

Dalam konteks pemanfaatan teknologi digital, Chambers et al. (2018) menunjukkan efektivitas CancerCope, sebuah program CBT berbasis web yang dirancang untuk mengurangi tekanan psikologis dan kebutuhan dukungan emosional. Program ini berhasil memperluas akses layanan, mengurangi hambatan geografis dan waktu, serta memberikan strategi koping yang dapat diterapkan secara mandiri. Hasil ini menunjukkan bahwa intervensi digital dapat menjadi pelengkap atau bahkan alternatif terhadap terapi tatap muka.

Sheikhzadeh et al. (2021) membandingkan *Mindfulness-Based Cognitive Therapy* (MBCT) dan CBT dalam mengatasi kecemasan dan depresi. Kedua intervensi terbukti efektif, namun hasil studi menunjukkan bahwa CBT lebih unggul dalam mengatasi kelelahan (*fatigue*), salah satu gejala paling mengganggu yang dialami oleh pasien kanker. Temuan ini memberikan arahan bahwa pemilihan intervensi psikologis harus mempertimbangkan gejala dominan pasien, sehingga terapi dapat memberikan hasil yang lebih optimal.

Secara keseluruhan, rangkaian penelitian ini menunjukkan bahwa intervensi psikologis, termasuk CBT, MBCT, hipnosis,

dan program digital, memberikan kontribusi nyata terhadap penurunan gejala psikologis dan peningkatan kualitas hidup pasien kanker. Kombinasi pendekatan yang dipersonalisasi, berbasis teknologi, dan berfokus pada gejala tertentu menjadi strategi yang semakin relevan dalam praktik klinis modern. Integrasi berbagai jenis terapi juga direkomendasikan untuk menjawab keragaman kebutuhan emosional dan psikologis pasien kanker yang semakin kompleks.

PENUTUP

Simpulan

Hasil *systematic review* ini menunjukkan bahwa *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) merupakan intervensi psikologis yang efektif untuk mengatasi berbagai gangguan psikososial pada pasien kanker mamae. Jenis gangguan yang paling responsif terhadap CBT adalah kecemasan, depresi, insomnia, dan stres, dengan penurunan gejala yang konsisten pada hampir seluruh studi yang diinklusi. Selain itu, kelelahan (*fatigue*) juga menunjukkan respons positif, meskipun efektivitasnya lebih bervariasi antar studi. Dari sisi konteks intervensi, CBT terbukti efektif baik dalam format tatap muka, berbasis digital (*internet-delivered* CBT).

Saran

Penelitian selanjutnya disarankan untuk menggunakan pendekatan metodologis yang lebih kuat dan terstandar. Pertama, diperlukan meta-analisis untuk menganalisis efek CBT terhadap berbagai jenis gangguan psikososial pada pasien kanker mamae, sehingga memberikan estimasi ukuran efek yang lebih presisi dan memungkinkan analisis subkelompok berdasarkan jenis intervensi, durasi, maupun karakteristik pasien. Selain itu, penelitian mendatang perlu menggunakan instrumen pengukuran psikososial yang seragam, pelaporan risiko bias yang lebih transparan, serta durasi *follow-up* yang lebih panjang untuk menilai keberlanjutan efek terapi

DAFTAR PUSTAKA

- Agac, M., & Uzar Ozcetino, Y. S. (2021). Kanser Sürecinde Üstbilişler, Psikolojik Sağlık ve Nüks Korkusu. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 13(4), 693–706. <https://doi.org/10.18863/pgy.859242>
- American Cancer society. (2023). What is cancer recurrence. *American Cancer Society*, 1–4.
- Chambers, S. K., Ritterband, L. M., Thorndike, F., Nielsen, L., Aitken, J., Ten Haaf, A., Clutton, S., & Dunn, J. (2018). Web-based cognitive behavioral therapy for distressed cancer patients: Randomized controlled trial of the CancerCope intervention. *Journal of Clinical Oncology*, 36(4), 338–346. <https://doi.org/10.1200/JCO.2017.74.0098>
- Courtney, D., Davey, M. G., Moloney, B. M., Barry, M. K., Sweeney, K., McLaughlin, R. P., Malone, C. M., Lowery, A. J., & Kerin, M. J. (2022). Breast cancer recurrence: factors impacting occurrence and survival. *Irish Journal of Medical Science*, 191(6), 2501–2510. <https://doi.org/10.1007/s11845-022-02926-x>
- Elyasi, F., Mehraban, M., Aflakseir, A., & Roshan, R. (2021). Comparison of cognitive behavioral therapy and hypnotherapy in reducing stress, depression, and emotional distress in cancer patients. *Journal of Psychosocial Oncology*, 39(4), 503–517. <https://doi.org/10.1080/07347332.2020.1866680>
- Febrianty, I. L. I., Gayatri, D., & Rachmawati, I. N. (2024). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Psikologis Pasien Dan Keluarga Saat Menerima Bad News Tentang Kanker. *Joting*, 6(2022), 982–989. (lengkapi doi)
- Harnas, S., Stalpers, L. J. A., van der Weide, M., & Sanderman, R. (2021). Personalized cognitive behavioral therapy versus standard CBT for fear of cancer recurrence, depression, and fatigue in cancer survivors. *Supportive Care in Cancer*, 29, 1231–1240. <https://doi.org/10.1007/s00520-020-05615-8>
- Globocan. (2022). Latest global cancer data shows rising incidence and stark inequities. *International Agency for Research on Cancer*. <https://www.uicc.org/news/globocan-2022-latest-global-cancer-data-shows-rising-incidence-and-stark-inequities>
- Greer, J. A., Jacobs, J., Pensak, N., MacDonald, J. J., Fuh, C.-X., 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>
- Hassan, E. M., & DeRosa, M. C. (2020). Recent advances in cancer early detection and diagnosis: Role of nucleic acid based aptasensors. *TrAC - Trends in Analytical Chemistry*, 124, 115806. <https://doi.org/10.1016/j.trac.2020.115806>
- Huang, J., Chan, P. S. F., Lok, V., Chen, X., Ding, H., Jin, Y., Yuan, J., Lao, X., Zheng, Z., & Wong, M. C. S. (2021). Global incidence and mortality of breast cancer: a trend analysis. *13(4)*, 5748–5803.
- Kemenkes, R. (2024). Kanker Masih Membebani Dunia. *International Agency for Research on Cancer (IARC)*. <https://p2ptm.kemkes.go.id/informasi-p2ptm/kanker-masih-membebani-dunia>

- Huang, J., Chan, P. S. F., Lok, V., Chen, X., Ding, H., Jin, Y., Yuan, J., Lao, X., Zheng, Z., & Wong, M. C. S. (2021). *Global incidence and mortality of breast cancer: a trend analysis*. 13(4), 5748–5803.
- Greer, J. A., Traeger, L., Bemis, H., Litrownik, D., Nash, V., Byrne, E., Lennes, I., Muzikansky, A., Jacobsen, J., & Temel, J. S. (2019). A pilot randomized controlled trial of a symptom management intervention for patients with advanced cancer. *Psycho-Oncology*, 28(3), 509–516. <https://doi.org/10.1002/pon.4968>
- Maresa, A., Riski, M., & Ismed, S. (2023). Hubungan sikap dan keterpaparan informasi dengan pengetahuan remaja putri tentang kanker payudara. *Jurnal 'Aisyiyah Palembang*, 8(1), 233–243.
- Qiu, J., Liu, X., Xiao, Q., Tang, Y., Wang, L., & Bai, M. (2018). Cognitive behavioral therapy for insomnia in breast cancer survivors: A randomized controlled trial. *Sleep Medicine*, 45, 132–139. <https://doi.org/10.1016/j.sleep.2017.12.010>
- Ren, Y., Tang, L., & Cai, H. (2019). Effects of cognitive behavioral therapy on anxiety and depression in breast cancer survivors: A three-group randomized controlled trial. *Medicine*, 98(36), e16928. <https://doi.org/10.1097/MD.00000000000016928>
- Savard, J., Ivers, H., Savard, M. H., & Morin, C. M. (2021). Stepped care cognitive behavioral therapy for insomnia in cancer patients: A randomized controlled trial. *Journal of Clinical Oncology*, 39(33), 3635–3645. <https://doi.org/10.1200/JCO.21.00710>
- Sheikhzadeh, M., Gharraee, B., & Bayat, F. (2021). Comparing mindfulness-based cognitive therapy and cognitive behavioral therapy in treating anxiety, depression, and fatigue in cancer patients. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 28(6), 1502–1514. <https://doi.org/10.1002/cpp.2605>
- Yang, Y., Chen, Z., Zhang, Y., Li, Y., & Wang, H. (2022). Effectiveness of computerized cognitive behavioral therapy on anxiety, depression, and quality of life in post-laryngectomy patients: A randomized controlled study. *Psycho-Oncology*, 31(3), 360–368. <https://doi.org/10.1002/pon.5820>
- Globocan. (2022). Data kanker global terbaru menunjukkan peningkatan insiden dan ketidakadilan yang mencolok. *International Agency for Research on Cancer*.
- Niamhom, P., Wonghongkul, T., Chaiard, J., & Srirat, C. (2023). Factors influencing resilience in patients with advanced cancer: A cross-sectional study. *Belitung Nursing Journal*, 9(3), 227–235. <https://doi.org/10.33546/bnj.2553>
- Tisnasari, I. A. M. A. S., Nuraini, T., & Afiyanti, Y. (2022). Penerapan Cognitive Behaviour Therapy pada Pasien Kanker. *Journal of Telenursing (JOTING)*, 4(1), 177–187. <https://doi.org/10.31539/joting.v4i1.3429>
- Yu, C., Jingzhen, Z., Luqiang, Z., Xiaojuan, Y., & Ji, Z. (2024). Coping strategies mediate the relationship between fear of cancer recurrence and quality of life in postoperative patients with prostate cancer: a multicentre survey. *BMC Urology*, 24(1), 1–8. <https://doi.org/10.1186/s12894-024-01428-5>
- Najah, S., Febriana, N. 'Aini P. D., & Salsabila, N. N. (2024). *Pengaruh Konseling Cognitive Behavioral Therapy (CBT) Terhadap Siswa di Lingkungan Sekolah Adiwiyata*. 31–38.
- 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), 1–11. <https://doi.org/10.1093/sleep/zsab166>

Sun, H., Huang, H., Ji, S., Chen, X., Xu, Y., Zhu, F., & Wu, J. (2019). The Efficacy of

Cognitive Behavioral Therapy to Treat Depression and Anxiety and Improve Quality of Life Among Early-Stage Breast Cancer Patients. *Integrative Cancer Therapies*, 18. <https://doi.org/10.1177/1534735419829573>