

## PENGARUH INTERVENSI KOMPLEMENTER DAN ALTERNATIF TERHADAP NYERI PASIEN KANKER PAYUDARA: TINJAUAN SISTEMATIK

Ribka Panjaitan<sup>1\*</sup>, Yurita Mailintina<sup>2</sup>, Ludovikus<sup>3</sup>

<sup>1-3</sup>Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan RS Husada

Email Korespondensi: [sabrinapanjaitan26@gmail.com](mailto:sabrinapanjaitan26@gmail.com)

Disubmit: 24 November 2023

Diterima: 30 November 2023

Diterbitkan: 01 Januari 2024

Doi: <https://doi.org/10.33024/mahesa.v4i1.13107>

### ABSTRACT

*Breast cancer occurs when a lump is found and discomfort in the breast area usually occurs in the early stages of breast cancer. Pain is one of the symptoms associated with cancer, and is recognized as one of the most common symptoms in patients with breast cancer. Strategies or use of complementary and alternative medicine are needed that can guarantee improved pain management. To systematically identify and analyze various literature regarding the influence of complementary and alternative interventions on pain in breast cancer patients. This research uses a systematic review method. The search process using a comprehensive search strategy was carried out using databases such as Google Scholar, Pubmed, EBSCO host and Science Direct. The inclusion criteria set are research articles, review articles, in English and Indonesian, and published in the 2013-2023 period. The sample used in this research ranged in age from 16-80 years and was conducted on women. Based on the search results, articles were found but only 9 articles met the analysis criteria. The articles obtained prove that the use of complementary and alternative medicine, namely acupuncture, tai chi/qi gong, hypnosis, meditation, music, therapy, yoga, massage, reflexology and reiki reduces pain. Although there are positive effects of various interventions using complementary and alternative medicine in reducing cancer-related pain, these interventions are still needed along with other treatments to control cancer pain.*

**Keywords:** *Alternative Medicine, Breast Cancer, Cancer Pain, Complementary Interventions*

### ABSTRAK

Kanker payudara terjadi pada saat ditemukan adanya benjolan dan ketidaknyamanan pada daerah payudara biasanya terjadi pada stadium awal kanker payudara. Nyeri adalah salah satu gejala yang berhubungan dengan kanker, dan diakui sebagai salah satu gejala paling umum pada pasien dengan kanker payudara. Diperlukan strategi atau penggunaan pengobatan komplementer dan alternatif yang dapat menjamin peningkatan manajemen nyeri. Mengidentifikasi dan menganalisis dari berbagai literatur secara sistematis terkait pengaruh intervensi komplementer dan alternative terhadap nyeri pasien kanker payudara. Penelitian ini menggunakan metode *systematic review*. Proses penelusuran menggunakan strategi pencarian yang komprehensif dilakukan

dengan menggunakan database seperti *Google Scholar*, *Pubmed*, *EBSCO host* dan *Science Direct*. Adapun kriteria inklusi yang ditetapkan yaitu artikel penelitian, artikel ulasan, berbahasa Inggris dan Indonesia, dan dipublikasikan dalam rentang waktu 2013-2023. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini berusia berkisar 16-80 tahun dan dilakukan pada wanita. Berdasarkan hasil pencarian, ditemukan artikel namun hanya 9 artikel yang memenuhi kriteria analisis. Dari artikel yang didapatkan membuktikan bahwa penggunaan pengobatan komplementer dan alternatif yakni akupunktur, tai chi/qi gong, hypnosis, meditasi, musik, terapi, yoga, pijat, refleksiologi, dan reiki mengurangi nyeri. Meskipun terdapat efek positif dari berbagai intervensi penggunaan pengobatan komplementer dan alternatif dalam mengurangi nyeri terkait kanker, intervensi ini masih diperlukan bersamaan dengan pengobatan lain untuk mengendalikan nyeri pada kanker.

**Kata Kunci:** Pengobatan Alternatif, Kanker Payudara, Nyeri Kanker, Intervensi Komplementer

## PENDAHULUAN

Kanker payudara merupakan penyakit tidak menular dan menjadi masalah kesehatan di dunia dari insiden, prevalensi dan tingkat morbiditasnya yang meningkat dan termasuk penyebab kematian utama pada wanita. Penyakit ini timbul akibat kondisi fisik yang tidak normal dan pola yang tidak sehat. Kanker payudara umumnya menyerang wanita yang telah berumur lebih dari 40 tahun, namun demikian wanita muda pun bisa terserang kanker ini (Bachtiar, 2022). Kanker payudara menjadi perhatian yang besar dari para ahli onkologi karena masih tingginya angka prevalensi penyakit kanker tersebut. Kasus kanker payudara di Indonesia perlu dicermati dengan tindakan pencegahan dini yang dilakukan oleh penyedia layanan kesehatan. Kasus kanker yang ditemukan pada stadium dini perlu segera mendapatkan pengobatan yang cepat dan tepat yang nantinya akan dapat memberikan kesembuhan dan harapan hidup lebih lama. Oleh karena itu, penting dilakukan pemeriksaan rutin secara berkala sebagai upaya pencegahan dan deteksi dini kanker (American College of Radiology, 2016).

Pada tahun 2018 Globocan mendata bahwa kejadian kanker mencapai 18,1 juta kasus baru dimana jumlah kematian bisa mencapai 9,6 juta. Semenjak tahun 2018 angka kejadian kanker di Indonesia berada pada posisi ke 8 di Asia Tenggara yaitu 136,2/100.000 penduduk mengalami penyakit kanker dan kejadian kanker pada perempuan yang tertinggi yaitu kanker payudara dengan jumlah mencapai 42,1 per 100.000 penduduk dengan rata - rata kematian 17 per 100.000 penduduk berikutnya kejadian kanker leher rahim sebesar 23,4 per 100.000 penduduk dengan rata - rata kematian 13,9 per 100.000 penduduk (Kemenkes RI, 2019).

Pada tahun 2018 angka kejadian kanker payudara di Indonesia mencapai urutan pertama dengan jumlah kasus 58.256 dan diperkirakan dapat mencapai 89.512 kasus pada tahun 2040 (WHO, 2020). Kanker payudara adalah salah satu alasan penyebab kematian yang sering terjadi pada perempuan dengan jumlah keseluruhan (324.000 kematian, 14,3% dari total) dan menjadi urutan ke lima sebagai penyebab kematian akibat kanker

secara keseluruhan (522.000 kematian) (Kemenkes., 2017).

Umumnya kasus kanker payudara didapatkan keluhan utama adalah benjolan yang keras, bentuk puting berubah, perubahan pada kulit, nyeri dengan atau ada massa di payudara, ada benjolan di axilla, sedangkan keluhan lain yang menyertai meliputi, nyeri pinggang/punggung atau tulang belakang, nyeri kepala yang hebat, muntah proyektil, dan kesadaran menurun (Suyatno, & Pasaribu, 2014). Nyeri adalah salah satu gejala yang berhubungan dengan kanker, dan diakui sebagai salah satu gejala paling umum pada pasien dengan kanker payudara (Oldenmenger, W. H., Geerling, J. I., Mostovaya, I., Vissers, K. C., Graeff, A. d., Reyners, A. K., 2018). Nyeri secara keseluruhan yang terjadi pada pasien kanker berkisar antara 33% hingga 66%, menunjukkan bahwa lebih dari dua pertiga dari pasien kanker payudara mengalami kejadian nyeri yang berhubungan dengan kanker sehingga menyebabkan terganggunya aktivitas sehari-hari, tekanan psikologis, penurunan aktivitas sosial, penurunan dukungan sosial, dan pada akhirnya penurunan kualitas dukungan sosial, dan pada akhirnya penurunan kualitas hidup. Selain itu, nyeri yang berhubungan dengan kanker tidak secara memuaskan dapat dikendalikan (Wang, K., Tam, S., Drost, L., Chan, S., Zaki, P., Rico, V., 2018).

Manajemen nyeri menjadi intervensi yang sangat penting bagi seorang perawat untuk membantu pasien dengan masalah nyeri. Pada umumnya analgesik dianggap sebagai metode yang penting dalam mengurangi nyeri. Namun beberapa analgesik mempunyai efek negatif bagi pasien dengan gangguan pada lambung yaitu mual dan perih. Oleh karena itu diperlukan strategi atau

penggunaan pengobatan komplementer dan alternatif yang dapat menjamin peningkatan manajemen nyeri. Selain itu penggunaan pengobatan komplementer dan alternatif dapat menjadi sebagai terapi di samping obat-obatan anti nyeri dan mengurangi stress yang dirasakan oleh pasien.

Berbagai studi terapi penggunaan pengobatan komplementer dan alternatif pada nyeri kronis diantaranya akupunktur, massage dan mind-body terapi. Akupunktur aman secara klinis dan hemat biaya, ada resiko iritasi kulit atau reaksi alergi dari penggunaan jarum pada kulit, tetapi masalah ini relatif jarang dan mudah ditangani dengan menggeser posisi jarum (Bao, Y., Kong, X., Yang, L., Liu, R., Shi, Z., Li, W., 2014). Massage yang diberikan oleh seorang terapis, memiliki resiko rendah, peristiwa merugikan umumnya ringan (misalnya nyeri oto) dan kejadian buruk yang parah sangat jarang terjadi pada orang tua. Pada akupunktur, resiko efek samping ringan (nyeri, memar, dan sedikit perdarahan) dilaporkan sesekali. Secara umum, Mind-Body adalah salah satu terapi integratif teraman (Bao, Y., Kong, X., Yang, L., Liu, R., Shi, Z., Li, W., 2014). Penggunaan pengobatan komplementer dan alternatif berefek positif pada pengendalian nyeri, kebanyakan dari pengobatan komplementer memiliki ketersediaan yang luas, terjangkau dan mudah dilakukan (Lindquist, R., Snyder, M., & Tracy, 2018).

Berbagai studi telah mengungkapkan tentang efek terapi penggunaan pengobatan komplementer dan alternatif namun belum diketahui secara jelas efektivitas terapi komplementer dan alternatif pada nyeri pasien kanker payudara sehingga penting untuk melakukan tinjauan sistematis yang

membahas mengenai pengaruh penggunaan pengobatan komplementer terhadap nyeri pasien kanker payudara agar dapat melihat keefektifan dari pengobatan komplementer dan alternatif yang diberikan. Selain itu, hasil tinjauan juga dapat melihat pengobatan dan alternatif terhadap nyeri kanker payudara apa saja yang tepat untuk diberikan, sehingga dapat membantu manajemen nyeri pada pasien kanker payudara untuk meningkatkan kualitas hidup pasien. Tujuan dalam penelitian ini mengidentifikasi dan menganalisis dari berbagai literatur secara sistematis terkait pengaruh intervensi komplementer dan alternatif terhadap nyeri pasien kanker payudara. Berdasarkan latar belakang diatas maka pertanyaan dalam penelitian ini adalah “bagaimana pengaruh intervensi komplementer dan alternatif terhadap nyeri pasien kanker payudara?”

#### KAJIAN PUSTAKA

Kanker payudara adalah penyakit yang dapat mengakibatkan kematian pada wanita prosesnya terjadi karena adanya pertumbuhan sel payudara secara abnormal dan tidak terkontrol dimana sel tersebut bersifat ganas (Saydam, 2015). Sel-sel kanker payudara ini dapat menyebar ke seluruh tubuh melalui aliran darah dan memperparah keadaan fisik penderitanya (Subagja Hamid P., 2015) Kanker payudara umumnya terdiagnosa atau ditemui pada stadium yang lebih lanjut dengan prevalensi terbanyak terjadi pada kaum wanita (Putra, 2015).

Penyebab pasti kanker payudara tidak diketahui, tetapi beberapa riset mengidentifikasi sejumlah faktor yang dapat meningkatkan resiko pada individu meliputi keluarga yang memiliki

riwayat penyakit serupa, usia yang makin bertambah, tidak memiliki anak, kehamilan pertama pada usia di atas 30 tahun, periode menstruasi yang lebih lama (menstruasi pertama lebih awal atau menopause lebih lambat) dan faktor hormonal (Darsyah, 2015). Penderita dengan kanker payudara berdampak pada eksistensi dan kesejahteraannya baik secara fisik, psikologis, emosional, social dan spiritual bahkan akan terasa lebih berat bila terjadi pada usia reproduksi disebabkan berkaitan dengan seksualitasnya (Brousselle, et al., 2017). Kanker payudara dapat dikenali dengan adanya benjolan, perubahan kulit pada payudara dan kelainan pada puting. Berdasarkan tanda dan gejala dari kanker payudara meliputi pembengkakan seluruh atau sebagian payudara, lesung kulit, nyeri payudara atau puting, retraksi puting, kulit puting atau payudara yang merah, kering, mengelupas atau menebal, keluarnya cairan dari puting, kelenjar getah bening yang membengkak (American Cancer Society. Cancer Facts & Figures, 2019). Penyebaran penyakit kanker payudara terbagi beberapa stadium, antara lain : stadium I : tumor dengan garis tengah <2 cm dan belum menyebar keluar dari payudara, stadium IIA : tumor dengan garis tengah <2 cm tetapi sudah menyebar ke kelenjar getah bening ketiak, stadium II B : tumor dengan garis tengah >5 cm dan belum menyebar ke kelenjar getah bening ketiak atau tumor dengan garis tengah 2-5 cm tetapi sudah menyebar ke kelenjar getah bening ketiak, stadium IIIB : tumor telah menyusup keluar payudara yaitu ke dalam kulit payudara atau ke dinding dada dan tulang dada, stadium IV : tumor telah menyebar keluar daerah payudara dan dinding dada (Alhamda, Syukra & Sriani, 2014).

Masalah nyeri pada pasien kanker payudara menurut Andarmoyo dalam (Bachtiar, 2022), nyeri adalah suatu sensori subjektif dan pengalaman emosional yang tidak menyenangkan berkaitan dengan kerusakan jaringan yang aktual, potensial yang dirasakan dalam kejadian - kejadian saat terjadi kerusakan. Nyeri merupakan mekanisme protektif yang dimaksudkan untuk menimbulkan kesadaran telah atau akan terjadi kerusakan jaringan. Nyeri merupakan sensasi rasa sakit, rasa tidak nyaman oleh karena adanya trauma atau kerusakan jaringan pada area tubuh yang mendapatkan rangsangan dari luar dan dalam tubuh. Rasa nyeri fisiologis ialah nyeri yang dirasakan masih bisa ditoleransi oleh tubuh karena system pertahanan tubuh bekerja sebagai alarm tubuh untuk berhati - hati menjaga tubuh agar tetap stabil. Pasien dengan penyakit kanker memiliki rasa nyeri diluar ambang batas toleransi dikarenakan respon metastase kanker, biasanya pasien yang mengalami rasa nyeri ini tidak akan berkurang nyerinya hanya dengan obat anti analgesik biasa, dokter akan memberikan dosis obat analgesic golongan tinggi. Pasien yang mengalami nyeri kanker ini cenderung stress, cemas, depresi, tidak nafsu makan, kurang tidur dan histeris (Darni, 2022).

Terapi komplementer adalah terapi yang bersifat tradisional dan alamiah, sebagai pelengkap dan pendamping tindakan pengobatan medis terhadap proses kesembuhan dan mempertahankan daya tahan tubuh. Terapi ini boleh dilaksanakan oleh perawat sebagai alternatif terapi mandiri keperawatan (Darni, 2022). Standar praktik pengobatan komplementer sudah diatur dalam Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia nomor 15 tahun 2018 pasal 1, bahwa tatacara pelaksanaan pelayanan kesehatan

tradisional komplementer harus mengacu pada keahlian/skill berdasarkan pengalaman sesuai tradisi turun - temurun yang bisa dipertanggungjawabkan tanpa melanggar norma dan kode etik yang berlaku dimasyarakat (Dikrianyah, 2018).

## METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu metode *systematic review*. *Systematic review* adalah suatu cara yang sistematis dalam mengumpulkan, mengevaluasi secara kritis, mengintegrasikan dan menyajikan temuan dari berbagai hasil studi penelitian pada pertanyaan penelitian atau topik yang menarik. *Systematic review* dapat memberikan tingkat pemahaman yang lebih luas serta akurat dari pada tinjauan literature secara tradisional (Delgado-Rodriguez, M., & Sillero-Arenas, 2018).

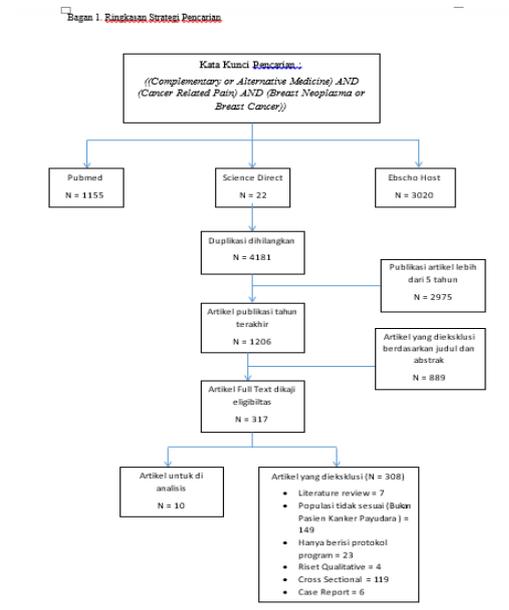
*Systematic review* menggunakan pendekatan yang terdefinisi dengan baik dan lebih ketat, lebih komprehensif dan membutuhkan jangka waktu dimana literatur dipilih (Lanis, 2015). Metode *systematic review* juga dilakukan dengan mengikuti tahapan dan protocol yang dapat memungkinkan terhindar dari resiko bias dan pemahaman yang subyektif dari penelitiannya.

Protokol penelitian yang digunakan dalam *systematic review* ini yaitu *The Joanna Briggs Institute Guideline* sebagai panduan penilaian kualitas studi yang direview. Panduan yang digunakan adalah *Guideline checklist PRISMA* yang berfungsi untuk menelaah literature yang relevan dengan topik yang akan diteliti. (Aggad H, 2016), menyatakan bahwa terdapat beberapa tahapan dalam melakukan *systematic review* yaitu meliputi: 1)

Merumuskan pertanyaan penelitian, 2) Menentukan kriteria inklusi dan eksklusi, 3) menentukan strategi pencarian, 4) Seleksi data, 5) Melakukan penilaian kualitas studi,

6) Ekstraksi data, 7) Analisis dan sintesis studi yang relevan, 8) Presentasi dan Interpretasi hasil.

Proses pencarian literatur menggunakan sebuah strategi yaitu :



Gambar 1

Berdasarkan hasil pencarian dari 3 database sebanyak 4181 artikel yang dianggap relevan dengan kata kunci. Setelah judul yang sama dihilangkan, terdapat 4181 artikel. Pencarian kemudian dipersempit dengan membatasi publikasi dari tahun 2016-2020, jumlah artikel yang ditemukan sebanyak 1206 artikel. Setelah dilakukan screening dengan membaca judul dan abstrak penelitian, maka didapatkan 317 artikel full text yang memenuhi syarat. Pada akhirnya, berdasarkan kriteria inklusi, hanya 10 artikel yang dilanjutkan untuk di analisis. Alasan dikeluarkannya 312 artikel dari daftar review, yaitu artikel berupa riset qualitative, cross sectional, case report, hanya berisi protocol, populasi tidak sesuai (pasien yang bukan kanker payudara). Setelah dilakukan pengkajian kualitas studi pada 10 artikel dikaji dengan

menggunakan The Joanna Briggs Institute (JBI) Critical Appraisal Tools khususnya JBI checklist for randomized controlled trials dengan 7 pertanyaan dengan pilihan jawaban pada masing-masing bagian yaitu “Yes”, “No”, “Unclear” atau Not applicable(NA). Jawaban Yes pada setiap pertanyaan diberi skor 1 dan setelah itu total skor akan dihitung. Penelitian dilakukan secara independent dengan menggunakan tiga reviewer, setelah itu hasil penilaian akan disepakati bersama. Jika skor  $\geq 50\%$  maka artikel penelitian akan dimasukkan kedalam systematic review hal ini merupakan cut-off point dari hasil kesepakatan tiga reviewer. Sebaliknya jika artikel dengan skor  $\leq 50\%$  tidak akan digunakan dan dikeluarkan dari systematic review. Data yang relevan dengan tujuan penelitian akan diekstraksi dalam systematic review ini menggunakan microsoft

excel dan software mendeley sehingga dapat mempermudah dalam mengelola literatur. Setelah itu data dirangkumkan menggunakan table dengan mencantumkan nama penulis dan tahun publikasi artikel, judul artikel, negara asal, tujuan penelitian, desain penelitian, ukuran sampel, intervensi yang diberikan, dan hasil temuan.

## HASIL PENELITIAN

Dalam *systematic review* ini terdapat 10 artikel berdesain Randomized Control Trial, setelah melewati screening dan seleksi artikel berdasarkan kriteria inklusi ditemukan 3 artikel membahas tentang pijat refleksi, 2 artikel membahas tentang akupunktur, 2 artikel membahas program yoga, 1 artikel mengenai Manual terapi, 1 artikel membahas Program *Mindfulness Based Stress Reduction* dan 1 artikel mengenai efek Thai Chi dengan menggunakan ukuran sampel berkisar antara 42 - 800 pasien, dengan usia rata rata 25 - 75 tahun. Dalam hal ini 3 penelitian intervensi komplementer dan alternatif mengenai efek refleksologi pada pasien kanker payudara terkait nyeri dimana rata - rata pasien diberikan intervensi selama 3 - 8 minggu . Penelitian (Frambers, D., Sirkorskii, A., Tesnjak, I., Wyatt, G., Lehto, R., & Given, 2017), menjelaskan bahwa refleksologi diberikan kepada kelompok intervensi (n = 94) minimal 1 sesi per minggu selama 4 minggu berturut - turut. Penelitian yang sama juga dilakukan oleh (Tarrasch, R., N, N., Neiderman, C., Ben-Ami, S., Kaufman, B., Pfeffer, R., 2017) dan (Wanchai, A., & Armer, 2019) dimana kelompok yang dirawat secara refleksologi menunjukkan efek positif untuk mengurangi nyeri pasien kanker payudara.

Kemudian, ditemukan 2

penelitian dilakukan di bidang akupunktur dengan hasil menunjukkan secara signifikan mengurangi nyeri pada pasien kanker payudara yaitu penelitian yang dilakukan oleh (Chen, L., Lin, C.-C., Huang, T. W., Kuan, Y. C., Huang, Y. H., Chen, H. C., 2017) dan (Hershman, D. L., Unger, J. M., Greenlee, H., Capodice, J. L., Lew, D. L., Darke, A. K., 2018) dengan durasi intervensi rata - rata 6 - 8 minggu diberikan kepada kelompok intervensi. Adapun penelitian mengenai program yoga yang dilakukan oleh (Porter, L. S., Carson, J., Olsen, M., Carson, K. M., Sanders, L., Jones, L., 2019), dengan durasi intervensi 8 sesi selama 120 menit dalam seminggu dengan hasil kelompok intervensi yoga mengalami perbaikan dan dapat diterima oleh pasien dengan kanker payudara. Hal ini didukung oleh penelitian (Eyigor, S., Uslu, R., Apaydin, S., Caramat, I., & Yesil, 2018) dengan jumlah 42 partisipan yakni kelompok intervensi (n = 22) dan kelompok kontrol (n = 20) dijelaskan bahwa kelompok yang menerima intervensi yoga menunjukkan peningkatan signifikan dalam keparahan nyeri dari awal hingga pasca perawatan pasien. Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh (Silva, F. d., Moreira, G., Zomkowski, K., de Noronha, M., & Sperandio, 2019) & (Silva, F. d., Moreira, G., Zomkowski, K., de Noronha, M., & Sperandio, 2019), menjelaskan bahwa intervensi komplementer dan alternatif dengan manual terapi meningkatkan kualitas hidup dan mengurangi keluhan nyeri dan stress pasien kanker payudara dengan durasi intervensi bervariasi mulai dari 12 Bulan - 17, 5 Bulan. Selanjutnya intervensi komplementer dan alternatif dengan program *Mindfulness Based Stress Reduction* juga berpengaruh untuk mengurangi nyeri pada pasien kanker payudara

dengan durasi intervensi dilakukan selama 6 minggu, 2 jam sekali per minggu (Lengacher, C. A., Reich, R. R., I, C., Paterson, Ramesar, S., Park, J. Y., 2016). Adapun penelitian lainnya mengenai efek Thai Chi Chuan (TCC) signifikan ( $p = 0,001$ )

## PEMBAHASAN

Nyeri adalah komplikasi akut yang mempengaruhi kualitas hidup pasien kanker. Berdasarkan 10 artikel yang dianalisis, ditemukan 6 Intervensi komplementer dan alternatif yang berhubungan dengan nyeri kanker pada pasien kanker payudara. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar intervensi komplementer dan alternatif memiliki efek yang signifikan pada pengurangan rasa nyeri terkait kanker pada pasien kanker payudara diantaranya adalah : : pijat refleksi, akupunktur, tai chi, yoga, manual terapi dan program *mindfulness based stress reduction*.

### Akupunktur

Akupunktur adalah terapi tradisional Tiongkok yang melibatkan penyisipan jarum halus steril sekali pakai di titik - titik menurut sistem saluran dan meridian yang dikembangkan oleh praktisi pengobatan tradisional (Chen, L., Lin, C.-C., Huang, T. W., Kuan, Y. C., Huang, Y. H., Chen, H. C., 2017). Akupunktur dilakukan dalam semua studi dengan cara jarum dimasukkan pada kedalaman mulai dari 24 mm hingga 40 mm berdasarkan titik yang diinginkan. Akupunktur ini dilakukan untuk mengevaluasi efek akupunktur pada nyeri sendi terkait dengan aromatase inhibitor di antara wanita dengan kanker payudara. Instrumen BPI - SF paling umum digunakan untuk mengukur nyeri. Jenis nyeri yang dipelajari meliputi, nyeri terkait inhibitor aromatase dan nyeri terkait kanker (Hershman, D. L.,

pada kualitas hidup pasien kanker payudara yang melibatkan 885 partisipan dengan kelompok intervensi ( $n = 447$ ) dan kelompok kontrol ( $n = 448$ ) (Luo, X. C., Liu, J., Fu, J., Yin, H.-Y., Shen, L., Liu, M.-L., 2020).

Unger, J. M., Greenlee, H., Capodice, J. L., Lew, D. L., Darke, A. K., 2018).

### Manual Terapi

Manual Terapi/ Terapi Manual memiliki efek yang baik untuk mengurangi rasa nyeri pada pasien. Efek pengobatan Manual Terapi secara umum dijelaskan oleh kombinasi mekanisme. Teknik Mobilisasi jaringan yang berbeda digunakan dalam Manual Terapi, seperti pijatan otot dangkal dan dalam, pelepasan myofascial, akupresur titik pemicu, traksi manual dan mobilisasi otot dan artikulasi menjadi peran penting selama perawatan. Manuver ini bertujuan relaksasi umum dan pelepasan fibrotik. Keuntungan Manual Terapi menjadi intervensi yang murah, aman dan mudah. Efektivitas Manual Terapi meningkatkan kualitas hidup dan mengurangi keluhan nyeri dan stres (Silva, F. d., Moreira, G., Zomkowski, K., de Noronha, M., & Sperandio, 2019).

### Yoga

Yoga efektif dan aman untuk mengurangi rasa sakit (baik bahu dan lengan) dan dapat meningkatkan kualitas hidup pada pasien dengan kanker payudara dengan skor QOL Fungsional dan gejala dari pasien dalam kelompok yoga menunjukkan peningkatan yang signifikan pada bulan ke 5 dibandingkan dengan baseline ( $p=0,01$  dan  $p=0,03$ ) serta pengobatan menunjukkan

signifikansi dalam skor gejala ( $p=0,03$ ) (Eyigor, S., Uslu, R., Apaydin, S., Caramat, I., & Yesil, 2018)

### Tai Chi

Tai Chi Chuan (TCC) adalah seni bela diri yang secara bertahap disederhanakan dan dibuat menjadi olahraga umum pada tahun 1950-an. Saat ini, TCC sebagai olahraga yang lebih berfokus pada lingkungan tubuh dan interaksi pikiran. Instrumen yang digunakan yaitu Generic Quality of Life Inventory (GQOLL) dengan hasil sekundernya adalah nyeri, fungsi bahu, kekuatan lengan, kecemasan, dan hasil klinis lainnya. Dalam analisis ini, TCC memiliki efek positif pada kualitas hidup, nyeri, fungsi bahu, kekuatan lengan, kecemasan, dan kelelahan pada pasien kanker payudara dibandingkan dengan terapi non-olahraga (Luo, X. C., Liu, J., Fu, J., Yin, H.-Y., Shen, L., Liu, M.-L., 2020).

### Pijat Refleksi

Tiga studi menyelidiki efek refleksi pada nyeri terkait kanker pada 238 partisipan. Jenis nyeri yang diteliti adalah nyeri terkait kanker kronis pada sebagian besar penelitian. Durasi intervensi adalah 0 - 30 menit. Keseluruhan intervensi adalah antara 1 - 10 minggu. Dari studi penelitian ini adalah RCT diantaranya berkualitas rendah (skor =2) dan memiliki kualitas sedang (skor=3). Hasil dari dua studi penelitian menunjukkan efek signifikan dari refleksiologi meringankan rasa nyeri yang berhubungan dengan kanker (Tarrasch, R., N, N., Neiderman, C., Ben-Ami, S., Kaufman, B., Pfeffer, R., 2017).

### Mindfulness-Based Reduction (MBSR)

### Stress

Program MBSR terdiri dari 3 komponen : (1) materi didaktik yang berkaitan dengan *mindfulness*, meditasi, yoga dan koneksi badan - pikiran; (2) latihan pengalaman dari berbagai meditasi *mindfulness*, *mindfull* yoga, dan kesadaran tubuh selama pertemuan kelompok dan dorongan untuk latihan di rumah; dan (3) diskusi kelompok berfokus pada penerapan teknik *mindfulness* pada situasi sehari - hari dan pemecahan masalah yang terkait dengan hambatan praktik yang efektif (Lengacher, C. A., Reich, R. R., I, C., Paterson, Ramesar, S., Park, J. Y., 2016).

### KESIMPULAN

Terlepas dari hasil yang menunjukkan bahwa beberapa terapi intervensi komplementer dan alternatif secara signifikan dapat mengurangi nyeri terkait kanker pada pasien dengan kanker payudara. Mempertimbangkan kualitas metodologi sedang dan rendah dari sebagian besar studi yang termasuk, ukuran sampel kecil dan heterogenitas tinggi antara studi, terapi intervensi komplementer dan alternatif harus digunakan dengan hati - hati bersama dengan perawatan medis lainnya oleh konsultasi profesional perawatan kesehatan untuk mengurangi rasa sakit terkait kanker. Penelitian lebih lanjut dengan ukuran sampel yang lebih besar, durasi yang lebih lama, dan peningkatan kualitas metodologi diperlukan untuk membuat keputusan yang lebih baik tentang efek intervensi komplementer dan alternatif yang berbeda pada pasien kanker yang berhubungan dengan rasa sakit.

### Saran

Meskipun sebagian besar intervensi yang diteliti memiliki efek

positif pada rasa sakit terkait kanker, para peneliti menghadapi beberapa keterbatasan dalam menyelidiki efektivitas tepat dari intervensi ini yaitu :

1. Sebagai besar studi belum menyebutkan informasi tentang efek samping dari intervensi ini; oleh karena itu, penggunaan yang aman dari intervensi tersebut memerlukan studi rinci lebih lanjut mengenai komplikasinya
2. Sebagai besar studi yang dimasukkan memiliki ukuran sampel yang kecil dan efektivitas intervensi dievaluasi untuk periode waktu terbatas yang membatasi generalisasi hasil untuk penggunaan jangka panjang
3. Salah satu keterbatasan penelitian ini adalah bahwa sebagian besar studi yang dimasukkan memiliki kualitas metodologi yang moderat dan rendah.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Aggad H, G. D. (2016). Honey Antibacterial Activity. *Medicinal & Aromatic Plants*, 03(02), 2-3. <https://doi.org/10.4172/2167-0412.1000152>.
- Alhamda, Syukra & Sriani, Y. (2014). *Buku ajar Ilmu Kesehatan Masyarakat(IKM)*. Yogyakarta: Deepublish.
- American Cancer Society. *Cancer Facts & Figures*. (2019). Atlanta: American Cancer Society; 2019.
- American College of Radiology. (2016). *ACR Appropriateness Criteria®: Headache*. Retrieved.
- Bachtiar, D. (2022). Bahaya Narkoba dan Strategi Pencegahannya. *Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat*. 3 (3), 377-384.
- Bao, Y., Kong, X., Yang, L., Liu, R., Shi, Z., Li, W., et al. (2014). *Complementary and Alternative Medicine for Cancer Pain: An Overview of Systematic Reviews*. Hindawi Publishing Corporation, 1-10.
- Chen, L., Lin, C.-C., Huang, T. W., Kuan, Y. C., Huang, Y. H., Chen, H. C., et al. (2017). Effect of acupuncture on aromatase inhibitor-induced arthralgia inpatients with breast cancer: A meta-analysis of randomized controlled trials. *Elsevier*, 132-138.
- Darni, D. et al. (2022). Analysis of the impact of massage, physiotherapy, and nutrition provision of recommended dietary allowances on the confidence of road race cycling athlete.
- Darsyah, M. Y. (2015). Menakar Tingkat Akurasi Support Vector Machine Study Kasus Kanker Payudara. *Universitas Brawijaya, Statistika Vol. 1 No. 1*.
- Delgado-Rodriguez, M., & Sillero-Arenas, M. (2018). Systematic review and metaanalysis. *Medicina Intensiva*,.
- Dikrianyah, F. (2018). Pengertian Sistem. *Biomass Chem Eng*, 3(2), 14-28. <http://journal.stainkudus.ac.id/index.php/equilibrium/article/view/1268/1127>
- http://publicacoes.cardiol.br/portal/ijcs/portugues/2018/v3103/pdf/3103009.pdf
- http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=
- Eyigor, S., Uslu, R., Apaydin, S., Caramat, I., & Yesil, H. (2018). Can yoga have any effect on shoulder and arm pain and quality of life inpatients with breast cancer? A randomized,

- controlled, single-blind trial. Elsevier, 40-46.
- Frambers, D., Sirkorskii, A., Tesnjak, I., Wyatt, G., Lehto, R., & Given, B. (2017). Caregiver-Reported Health Outcomes: Effects of Providing Reflexology for Symptom Management to Women With Advanced Breast Cancer. *Oncology Nursing Forum*, 596-605.
- Hershman, D. L., Unger, J. M., Greenlee, H., Capodice, J. L., Lew, D. L., Darke, A. K., et al. (2018). Effect of Acupuncture vs Sham Acupuncture or Waitlist Control on Joint Pain Related to Aromatase Inhibitors Among Women With Early-Stage Breast Cancer: A Randomized Clinical Trial. *JAMA*, 167-176.
- Kemenkes. (2017). *Kemenkes. Profil Kesehatan Indonesia 2016*. Jakarta: Kemenkes; 2017.
- Kemenkes RI. (2019). *Kemenkes RI, 2019, Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2018*.
- Lanis, R. and G. R. (2015). Corporate Social Responsibility and Tax Aggressiveness: a test of legitimacy theory. *Accounting Auditing and Accountability Journal*, Vol. 26 No 1, pp.75 - 100.
- Lengacher, C. A., Reich, R. R., I, C., Paterson, Ramesar, S., Park, J. Y., et al. (2016). Examination of Broad Symptom Improvement Resulting From Mindfulness-Based Stress Reduction in Breast Cancer Survivors: A Randomized Controlled Trial. *Journal of Clinical Oncology*, 2827-2833.
- Lindquist, R., Snyder, M., & Tracy, M. F. (2018). *Complementary & Alternative Therapies in Nursing*. New York: Springer Publishing Company.
- Luo, X. C., Liu, J., Fu, J., Yin, H.-Y., Shen, L., Liu, M.-L., et al. (2020). Effect of Thai Chi Chuan in Breast Cancer Patients: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Frontiers in Oncology*, 607.
- Oldenmenger, W. H., Geerling, J. I., Mostovaya, I., Vissers, K. C., Graeff, A. d., Reyners, A. K., et al. (2018). A Systematic Review of the Effectiveness of Patient-Based Educational Interventions to Improve Cancer-Related Pain. *Cancer Treatment Review*, 63:96-103.
- Porter, L. S., Carson, J., Olsen, M., Carson, K. M., Sanders, L., Jones, L., et al. (2019). Feasibility of a mindful yoga program for women with metastatic breast cancer: results of a randomized pilot study. *Support Care Cancer*.
- Putra, W. S. (2015). *Kitab Herbal Nusantara Kumpulan Resep & Ramuan Tanaman Obat Untuk Berbagai Gangguan Kesehatan*. Edisi 1. Editor Andien. Yogyakarta: Katahati.
- Saydam, S. G. (2015). *Waspada Penyakit Reproduksi Anda*. Bandung: Pustaka Reka Cipta.
- Silva, F. d., Moreira, G., Zomkowski, K., de Noronha, M., & Sperandio, F. (2019). Manual Therapy as Treatment for Chronic Musculoskeletal Pain in Female Breast Cancer Survivors: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Journal of Manipulative and Physiological Therapeutics*, 503-513.
- Subagja Hamid P. (2015). *Gejala Kanker Serviks dalam buku Waspada Kanker-Kanker Ganas Pembunuh Wanita*. Yogyakarta: Flashbooks. Hal 68-70.
- Suyatno, & Pasaribu, E. T. (2014). *Kanker payudara*. In *Bedah onkologi diagnosis dan terapi*

- (2 ed., p. 39). Jakarta: Sagung Seto.
- Tarrasch, R., N, N., Neiderman, C., Ben-Ami, S., Kaufman, B., Pfeffer, R., et al. (2017). The Effect of Reflexology on the Pain-Insomnia-Fatigue Disturbance Cluster of Breast Cancer Patients During Adjuvant Radiation Therapy . *The Journal Of Alternative And Complementary Medicine* , 1-7.
- Wanchai, A., & Armer, J. M. (2019). A systematic review association of reflexology in managing symptoms and side effects of breast cancer treatment. Elsevier, 1-8.
- Wang, K., Tam, S., Drost , L., Chan, S., Zaki, P., Rico, V., et al. (2018). Prevalence of Pain in Patients With Breast Cancer Post-Treatment: A Systematic Review. *Breast*, 42:113-27.
- WHO. (2020). advice for the public. <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advicefor-public>.