

Inhalasi aromaterapi peppermint dan jahe untuk mengurangi nyeri serta kelelahan pada pasien kanker yang menjalani kemoterapi

By Tuti Suprapti

INFORMASI ARTIKEL

Received: December, 26, 2022

Revised: March, 23, 2023

Available online: April, 09, 2023

at : <http://ejournalmalahayati.ac.id/index.php/holistik>

Inhalasi aromaterapi peppermint dan jahe untuk mengurangi nyeri serta kelelahan pada pasien kanker yang menjalani kemoterapi

Tuti Suprapti*, Ade Tika Herawati

Fakultas Keperawatan Universitas Bhakti Kencana

Korespondensi Penulis: Tuti Suprapti. *Email: tuti.suprapti@baku.ac.id

Abstract

1

Background: Cancer is a group of diseases characterized by the uncontrolled growth and spread of abnormal cells. In 2020, cancer is the cause of death for around 9.9 million people. One of the pharmacological therapies that can treat cancer is chemotherapy. Side effects of chemotherapy can cause pain and fatigue. Previous studies have given ginger to reduce nausea.

Purpose: To determine the effectiveness of peppermint and ginger essential oil to reduce pain and fatigue in cancer patients undergoing chemotherapy

Method: Pre-experimental without control one group pretest-posttest design, sampling using purposive sampling, with a total sample of 41 people at the Bandung Cancer Society Shelter House from July to August 2022, the instrument used for intensity Pain is a pain intensity checklist sheet, namely the CPS (Comparative Pain Scale) while fatigue uses the BFI (Brief Fatigue Inventory) which is a questionnaire to measure fatigue in cancer patients

Results: The level of pain and fatigue in patients with chemotherapy before using peppermint was mostly 27 (65.9 percent) had moderate pain. After using peppermint, almost all participants 29 (70.7 percent) had moderate pain, the level of pain and fatigue in patients with chemotherapy before using ginger was mostly 27 (65.9 percent) moderate pain, after using ginger mostly 24 (58.5 percent) mild pain. Statistically, the effectiveness of both shows a p-value of $0.001 < \alpha$ value (0.05).

Conclusion: Peppermint and ginger aromatherapy are effective in reducing pain levels and fatigue levels.

Suggestion: The peppermint and ginger aromatherapy can be used as an alternative to reduce pain and fatigue in cancer patients undergoing chemotherapy

Keywords: Peppermint (*Mentha x piperita*); Ginger (*Zingiber officinale*); Chemotherapy; Fatigue; Pain.

Pendahuluan: Kanker merupakan sekelompok penyakit yang ditandai dengan pertumbuhan dan penyebaran sel abnormal yang tidak terkontrol. Pada tahun 2020 kanker menjadi penyebab kematian bagi sekitar 9,9 juta jiwa. Salah satu terapi farmakologis yang dapat mengatasi kanker adalah kemoterapi. Efek samping kemoterapi dapat mengakibatkan nyeri dan fatigue. Penelitian sebelumnya pemberian jahe untuk mengurangi rasa mual.

Tujuan: Untuk mengetahui keefektifan Inhalasi aromaterapi peppermint dan jahe untuk mengurangi nyeri serta kelelahan pada pasien kanker yang menjalani kemoterapi

Metode: Pre eksperimen tanpa control one group pretest-posttest design, pengambilan sample menggunakan purposive sampling, dengan jumlah sample 41 orang yang ada di rumah singgah Bandung Cancer Society pada bulan Juli sampai dengan Agustus 2022, Instrumen yang digunakan untuk intensitas nyeri adalah lembar cek list intensitas nyeri yaitu CPS (Comparative Pain Scale) sedangkan kelelahan menggunakan BFI (Brief fatigue inventory) merupakan quesioner untuk mengukur kelelahan pada pasien kanker.

DOI: <https://doi.org/10.33024/hjk.v17i1.8744>

Inhalasi aromaterapi peppermint dan jahe untuk mengurangi nyeri serta kelelahan pada pasien kanker yang menjalani kemoterapi

Hasil: Tingkat nyeri dan kelelahan pada pasien dengan kemoterapi sebelum menggunakan peppermint adalah sebagian besar 27 (65,9 persen) nyeri sedang. Sesudah menggunakan peppermint hampir seluruh partisipan 29 (70,7 persen) nyeri sedang, tingkat nyeri dan kelelahan pada pasien dengan kemoterapi sebelum menggunakan jahe sebagian besar 27 (65,9 persen) nyeri sedang, sesudah menggunakan jahe sebagian besar 24 (58,5 persen) nyeri ringan. Efektifitas keduanya secara statistik menunjukkan nilai p-value $0,001 <$ dari nilai alpha (0,05).

Simpulan: Pemberian aromaterapi peppermint dan jahe efektif untuk menurunkan tingkat nyeri dan tingkat kelelahan.

Saran: Pemberian aromaterapi peppermint dan jahe dapat dijadikan alternatif untuk mengurangi nyeri dan kelelahan pada pasien kemoterapi.

Kata Kunci: Inhalasi; Aromaterapi; Peppermint; Jahe; Kemoterapi; Kelelahan; Nyeri.

PENDAHULUAN

Kanker merupakan sekelompok penyakit yang ditandai dengan pertumbuhan yang tidak terkendali dan penyebaran sel-sel abnormal. Pertumbuhan yang tidak terkontrol ini, dapat mengakibatkan kematian. Pada tahun 2020 kanker menjadi penyebab kematian bagi sekitar 9,9 juta jiwa. Global Burden of Cancer Study (Globocan) juga mengungkapkan secara global kasus kanker sudah mencapai 19,2 juta. Di Indonesia sendiri angka kematian akibat kanker 207.210 jiwa pada tahun 2018 (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2019; World Health Organization, 2021; Hero, 2021; Pranita & Sumartiningtyas, 2021).

Terapi yang paling sering digunakan untuk kanker adalah kemoterapi, terutama terhadap kanker sistemik dan kanker metastasis klinis maupun subklinis (Black & Hawks, 2014; Syarif & Putra, 2014; Hartini, Winarsih, & Nugroho, 2020). Salah satu efek penggunaan adalah kehilangan nafsu makan, mual dan muntah, diare, anemia dan rambut rontok, serta permasalahan fisik akibat kemoterapi juga dapat menyebabkan ketegangan otot, ketidakseimbangan metabolisme, nyeri, kelelahan (Tumina & Yona, 2021; Nuwa, 2018; Karim, Dewi, & Hijriyati, 2021).

Nyeri dan fatigue menjadi gejala yang bersamaan dalam penyakit kanker yang paling dirasakan oleh beberapa pasien kanker di Indonesia. Nyeri dapat memiliki hubungan yang kompleks dengan fatigue yang berhubungan dengan kanker. Pasien kanker dengan kemoterapi akan mengalami masalah fisik utama yaitu nyeri dan fatigue yang mana gejala-gejala ini jarang terlihat dan pasien jarang mengungkapkan. Nyeri

itu sendiri bisa melelahkan, dan juga dapat menyebabkan fatigue dengan mengganggu tidur dan penurunan kemampuan untuk kegiatan fisik. Sebagian besar penelitian tentang nyeri kanker berfokus pada gejala individu dan dampaknya pada fungsi dan kualitas hidup.

Mengatasi masalah tersebut adalah dengan terapi komplementer yaitu jahe merah. Jahe dapat dimanfaatkan untuk mengobati penyakit vertigo, mual-mual, mabuk perjalanan, demam, batuk, gangguan saat menstruasi, kanker, dan penyakit jantung sedangkan penghirupan dan pengaplikasian peppermint dapat menyebabkan reaksi kulit apabila tidak adanya kecocokan (Goulart, 1995). Minyak essensial peppermint banyak dimanfaatkan sebagai stimulan saraf (Ali, Al-Wabel, Shams, Ahamad, Khan, & Anwar, 2015).

METODE

Jenis penelitian yang digunakan adalah metode pre-eksperimental dengan pendekatan *one group pretest-posttest design* tanpa kelompok control. Populasi dalam penelitian ini adalah pasien kanker yang menjalani kemoterapi di rumah singgah Bandung Society Cancer, jumlahnya 41 partisipan berjenis kelamin perempuan. Pengambilannya menggunakan teknik purposive sampling. Instrumen yang digunakan untuk intensitas nyeri adalah lembar cek list yaitu *Comparative Pain Scale* (CPS) sedangkan kelelahan menggunakan BFI (*Brief Fatigue Inventory*) merupakan questioner untuk mengukur kelelahan pada pasien kanker. Partisipan yang telah kemoterapi diukur tingkat nyerinya, kemudian diberikan aroma terapi

Tuti Suprapti*, Ade Tika Herawati

Fakultas Keperawatan Universitas Bhakti Kencana
Korespondensi Penulis: Tuti Suprapti. *Email: tuti.suprapti@baku.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.33024/hjk.v17i1.8744>

Inhalasi aromaterapi peppermint dan jahe untuk mengurangi nyeri serta kelelahan pada pasien kanker yang menjalani kemoterapi

peppermint atau jahe selama 5-10 menit, kemudian diukur tingkat nyerinya kembali.

Tahapan inhalasi aromaterapi diberikan dalam kedua kelompok partisipan secara bergantian, pemberiannya dan jenis aromaterapi yang diberikan tanpa diketahui partisipan, diberikan 2 kali sehari selama 2 minggu dengan minyak peppermint atau jahe (5 tetes pada kapas) dan diberikan kepada setiap partisipan untuk dilakukan

penciuman/penghiduan/inhalasi selama 5-10 menit setelah itu diukur kembali tingkat nyerinya.

Langkah berikutnya setelah prosedur pertama selesai dilanjutkan diberikan jenis aromaterapi yang berbeda dengan prosedur yang sama seperti sebelumnya selama 2 minggu.

Pengukuran analisa data univariate dan analisis bivariate menggunakan Shapiro-Wilk dan Wilcoxon Signed Rank Tes.

HASIL

Tabel 1. Data Demografi Partisipan (N=41)

Variabel	Hasil
Usia (Mean ± SD)(Rentang)(Tahun)	(43.02±14.11)(11-70)
Lamanya Perawatan (Mean ± SD)(Rentang)(Bulan)	(6.75±2.53)(1-18)
Tindakan Kemoterapi Yang Dijalani Perawatan (Mean ± SD)(Rentang)(Kali)	(4.05±2.05)(1-8)

Dari tabel 1 diketahui bahwa usia partisipan dengan mean 43.02 dan standar deviasi 14.11 dengan rentang 11-70 tahun. Lamanya dirawat dengan mean 6.75 bulan dan standar deviasi 2.53 bulan dengan rentang 1-18 bulan. Dan rata-rata partisipan menjalani kemoterapi dengan mean 4.05 kali dan standar deviasi 2.05 kali dengan rentang 1-8 kali

Tuti Suprapti*, Ade Tika Herawati

Fakultas Keperawatan Universitas Bhakti Kencana
Korespondensi Penulis: Tuti Suprapti. *Email: tuti.suprapti@baku.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.33024/hjk.v17i1.8744>

Inhalasi aromaterapi peppermint dan jahe untuk mengurangi nyeri serta kelelahan pada pasien kanker yang menjalani kemoterapi

Tabel 2. Tingkat Nyeri dan Kelelahan Pasien (N=41)

Variabel	Sebelum	Sesudah
Aromatherapy Peppermint (n/%)		
Nyeri Ringan	6/14.6	29/70.7
Nyeri Sedang	27/65.9	11/26.8
Nyeri Berat	8/19.5	1/2.5
Aromatherapy Jahe (n/%)		
Nyeri Ringan	6/14.6	24/58.5
Nyeri Sedang	27/65.9	16/39
Nyeri Berat	8/19.5	1/2.5
Aromatherapy Peppermint (n/%)		
Kelelahan Ringan	3/7.3	14/34.2
Kelelahan Sedang	25/61	24/58.5
Kelelahan Berat	13/31.7	3/7.3
Aromatherapy Jahe (n/%)		
Kelelahan Ringan	5/12.2	14/34.2
Kelelahan Sedang	26/63.4	24/58.5
Kelelahan Berat	10/24.4	3/7.3

Berdasarkan tabel 2 tingkat nyeri pada pasien dengan kemoterapi sebelum menggunakan peppermint adalah sebagian besar 27 (65,9%) nyeri sedang, sesudah menggunakan peppermint hampir seluruh partisipan 29 (70,7%) nyeri ringan. Dan nyeri pada pasien dengan kemoterapi sebelum menggunakan jahe sebagian besar 27 (65,9%) nyeri sedang, sesudah menggunakan jahe sebagian besar 24 (58,5%) nyeri ringan.

Berdasarkan kelelahan pada pasien dengan kemoterapi sebelum menggunakan peppermint sebagian besar 25 (61%) dengan kelelahan sedang, sesudah menggunakan peppermint sebagian besar partisipan 24 (58,5%) dengan kelelahan sedang. Dan kelelahan pada pasien dengan kemoterapi sebelum menggunakan jahe sebagian besar 26 (63,4%) kelelahan sedang, setelah menggunakan jahe sebagian besar 24 (58,5%) dengan kelelahan sedang.

Tabel 3. Efektifitas Pemberian Aroma Terapi Peppermint Untuk Mengurangi Nyeri Dan Kelelahan

Variabel	N	Mean	Setandar deviasi	p- value
Selisih penurunan tingkat Nyeri dengan Peppermint	19a	3.049	0.58954	
Selisih peningkatan tingkat nyeri dengan Peppermint	20b	2.219	0.57062	0.000
Selisih penurunan tingkat kelelahan dengan Jahe	16a	2.122	0.59980	
Selisih peningkatan tingkat kelelahan dengan Jahe	2b	1.732	0.59264	0.001

Hasil rata-rata tingkat nyeri sebelum menggunakan peppermint yaitu 3.0488 dengan standar deviasi 0.58954 dan rata-rata tingkat nyeri setelah menggunakan peppermint yaitu 2.2195 dengan standar deviasi 0.57062.

Tuti Suprapti*, Ade Tika Herawati

Fakultas Keperawatan Universitas Bhakti Kencana
Korespondensi Penulis: Tuti Suprapti. *Email: tuti.suprapti@baku.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.33024/hjk.v17i1.8744>

Inhalasi aromaterapi peppermint dan jahe untuk mengurangi nyeri serta kelelahan pada pasien kanker yang menjalani kemoterapi

Hasil uji statistik didapatkan nilai p-value 0,000 < dari nilai alpha (0.05) dapat disimpulkan ada efektifitas yang signifikan sebelum menggunakan peppermint dan setelah menggunakan peppermint. Dilihat dari rata-rata tingkat kelelahan sebelum menggunakan jahe yaitu 2.1220 dengan standar deviasi 0.59980 dan rata-rata tingkat kelelahan setelah menggunakan jahe yaitu 1.7317 dengan standar deviasi 0.59264. Hasil uji statistik didapatkan nilai p-value 0,001 < dari nilai alpha (0.05) dapat disimpulkan ada efektifitas yang signifikan sebelum menggunakan jahe dan setelah menggunakan jahe.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 2 dapat dilihat sebelum pemberian aromaterapi minyak peppermint pada pasien kemoterapi, sebagian besar 27 (65,9%) partisipan mengalami nyeri sedang dan sisanya mengalami nyeri ringan nyeri berat. Dari hasil penelitian, setelah dilakukan tindakan diketahui bahwa pasien yang mendapatkan kemoterapi mengalami nyeri akibat proses penyakit dan efek dari kemoterapi. Sifat nyeri bersifat subyektif karena setiap orang berbeda dan hanya dapat dijelaskan oleh individu tersebut. Kemoterapi adalah pengobatan untuk pasien kanker, pengobatan disesuaikan dengan keadaan dan kondisi pasien, masing-masing pasien diberikan kemoterapi sesuai dengan keadaan stadium kanker yang dialami. Salah satu efek kemoterapi adalah rusaknya sel-sel sehat secara permanen. Sehingga kemoterapi diberikan 4-6 siklus. Kemoterapi diberikan setiap 3-4 minggu, hal ini terjadi untuk mengembalikan sel-sel sehat dan secara bertahap mengecilkan sel kanker sehingga menjadi sangat kecil dan dapat dihancurkan dengan cahaya atau pembedahan (Black & Hawks, 2014; Bergin, Hovey, Lloyd, Marx, Parente, Rapke, & De Souza, 2017; Cancer Council, 2022). Variasi nyeri diantara partisipan menunjukkan bahwa penurunan bahwa penurunan nyeri sangat bervariasi. Peppermint dapat memberikan efek relaksasi yang mendalam, mengurangi nyeri. Ketidaknyamanan fisik serta memiliki efek stimulasi yang mencapai di otak lebih cepat dari pada dari pada nyeri sehingga meningkatkan sekresi serotonin dan dopamin. Pada saat yang sama aroma terapi mint merangsang pelepasan endokrin menyebabkan tubuh merasa rileks karena aktivitas saraf simpatis menurun, merangsang untuk pengeluaran

endoprin sehingga tubuh terasa rileks karena aktifitas saraf simatis menurun.

Aromaterapi jahe diberikan dengan teknik inhalasi/ dihirup. Pengaplikasian essential oil dengan cara inhalasi merupakan metode yang dinilai paling efektif, praktis dan memiliki khasiat secara langsung karena dapat dengan mudah masuk ke dalam tubuh dan molekul-molekul uap dari essential oil akan langsung mengenai reseptor penghidu yang berada pada rongga hidung dan langsung terhubung dengan saraf olfaktorius. Efek aromaterapi jahe adalah menghambat reseptor serotonin dan menghasilkan efek antiemetik pada sistem gastrointestinal dan sistem saraf pusat sehingga mampu mengurangi kondisi mual dan muntah (Masruroh & Wulan, 2016).

Tentang kelelahan pada pasien dengan kemoterapi sebelum diberikan aromaterapi jahe sebagian besar 26 (63,4 %) mengalami kelelahan sedang, yang lainnya mengalami kelelahan ringan dan kelelahan berat. Setelah dilakukan pemberian aromaterapi Jahe yang mengalami kelelahan sebagian besar 58,5% kelelahan sedang. Kelelahan pada pasien kanker merupakan kelelahan yang bersifat menetap lemas atau lelah, mengalami kesulitan menaiki tangga, berjalan jarak pendek dan melakukan tugas sederhana sehari-hari. Kelelahan memiliki prevalensi yang tinggi dan berlangsung lebih lama pada pasien kanker. Banyak kasus, kelelahan ditemukan pada pengobatan seperti kemoterapi. Manifestasi sistemik pada penyakit kanker juga menyebabkan tubuh melakukan lebih banyak perbaikan sel, serta gangguan psikologis yang dapat menyebabkan kelelahan (Narayanan & Koshy, 2009).

Penderita kanker sangat rentan terhadap fatigue akibat kelelahan fisik dan mental yang disebabkan oleh proses terapi yang panjang seperti kemoterapi yang didapatkan secara terus menerus (Nugroho & Anggorowati, 2017). Kelelahan pada pasien kanker merupakan kelelahan yang bersifat menetap lemas atau lelah, mengalami kesulitan menaiki tangga, berjalan jarak pendek dan melakukan tugas sederhana sehari-hari. Kelelahan memiliki prevalensi yang tinggi dan berlangsung lebih lama pada pasien kanker. Banyak kasus, kelelahan ditemukan pada pengobatan seperti kemoterapi. Manifestasi sistemik pada penyakit kanker juga menyebabkan tubuh melakukan lebih banyak perbaikan sel, serta

Inhalasi aromaterapi peppermint dan jahe untuk mengurangi nyeri serta kelelahan pada pasien kanker yang menjalani kemoterapi

gangguan psikologis yang dapat menyebabkan kelelahan (Narayanan & Koshy, 2009).

Aromaterapi jahe dapat menjadi pilihan untuk meningkatkan kenyamanan pada pasien yang menjalani kemoterapi dalam mengatasi efek dari kemoterapi. Kandungan didalam jahe terdapat zingiberena (zingirona), zingiberol, bisabilena, kurkumen, zingiol, flandrena, vitamin A, yang dapat memblok serotonin yaitu suatu neurotransmitter yang disintesis pada neuro-neuro serotoninis dalam sistem saraf pusat dan sel-sel enterokromafin yang dapat memberikan perasaan nyaman sehingga dapat mengatasi mual muntah (Ahmad, 2013; Handayani & Kusuma, 2020; Alivian & Taufik, 2021).

Hasil uji statistik tentang keefektifan Aroma terapi dan Jahe, masing-masing mempunyai kekuatan yang sama hal ini dapat dilihat selisih penurunan tingkat nyeri antara sebelum menggunakan peppermint dan setelah menggunakan peppermint adalah 32 yang artinya ada penurunan tingkat nyeri dari sebelum menggunakan peppermint dan sesudah menggunakan peppermint, dilihat dari rata-rata tingkat nyeri sebelum menggunakan peppermint yaitu 3.0488 dengan standar deviasi 0.58954 dan rata-rata tingkat nyeri setelah menggunakan peppermint yaitu 2.2195 dengan standar deviasi 0.57062. Hasil uji statistik didapatkan nilai p-value $0,000 <$ dari nilai alpha (0.05) dapat disimpulkan ada efektifitas yang signifikan sebelum menggunakan peppermint dan setelah menggunakan peppermint sedangkan untuk jahe hasil pengolahan data di dapatkan bahwa selisih penurunan tingkat nyeri antara sebelum menggunakan jahe dan setelah menggunakan jahe adalah 26 yang artinya ada penurunan tingkat nyeri dari sebelum menggunakan jahe dan sesudah menggunakan jahe, dilihat dari rata-rata tingkat nyeri sebelum menggunakan jahe yaitu 3.0488 dengan standar deviasi 0.58954 dan rata-rata tingkat nyeri setelah menggunakan jahe yaitu 2.3659 dengan standar deviasi 0.53647. Hasil uji statistik didapatkan nilai p-value $0,000 <$ dari nilai alpha (0.05) dapat disimpulkan ada efektifitas yang signifikan sebelum menggunakan jahe dan setelah menggunakan jahe.

Tuti Suprapti*, Ade Tika Herawati

Fakultas Keperawatan Universitas Bhakti Kencana
Korespondensi Penulis: Tuti Suprapti. *Email: tuti.suprapti@baku.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.33024/hjk.v17i1.8744>

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian pemberian aroma terapi peppermint dan aromaterapi jahe efektif untuk menurunkan tingkat kelelahan dan tingkat nyeri pada pasien yang menjalani pengobatan dengan menggunakan kemoterapi.

Tingkat nyeri dapat diidentifikasi dengan menggunakan quesioner CPS (*Comparative Pain Scale*) sedangkan untuk kelelahan dapat menggunakan Quesioner BFI (*Brief Fatigue Inventory*).

Pemberian esensial oil aroma terapi peppermint dan essensial jahe aroma terapi efektif untuk menurunkan tingkat kelelahan dan nyeri pada pasien kanker oil efektif untuk mengurangi tingkat nyeri serta tingkat kelelahan pada pasien kemoterapi.

SARAN

Bagi pasien kanker yang menjalani kemoterapi aroma terapi peppermint dan jahe, merupakan alternatif terapi komplementer yang dapat digunakan untuk mengurangi rasa nyeri dan kelelahan.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad, J. (2013). Aneka manfaat ampuh rimpang jahe untuk pengobatan. *Yogyakarta: Dandra pustaka indonesia*.
- Ali, B., Al-Wabel, N. A., Shams, S., Ahamad, A., Khan, S. A., & Anwar, F. (2015). Essential oils used in aromatherapy: A systemic review. *Asian Pacific Journal of Tropical Biomedicine*, 5(8), 601-611.
- Alivian, G. N., & Taufik, A. (2021). Aromaterapi Sebagai Terapi Komplementer untuk Mengatasi Nyeri, Depresi, Mual dan Muntah pada Pasien Kanker: A Literature Review. *Journal of Bionursing*, 3(1), 1-11.
- Bergin, A. R. T., Hovey, E., Lloyd, A., Marx, G., Parente, P., Rapke, T., & De Souza, P. (2017). Docetaxel-related fatigue in men with metastatic prostate cancer: a descriptive analysis. *Supportive Care in Cancer*, 25, 2871-2879.

Inhalasi aromaterapi peppermint dan jahe untuk mengurangi nyeri serta kelelahan pada pasien kanker yang menjalani kemoterapi

- Black, J. M., & Hawks, J. H. (2014). *Keperawatan medikal bedah: manajemen klinis untuk hasil yang diharapkan*. Elsevier (Singapore).
- Cancer Council (2022). Understanding chemotherapy; A guide for people with cancer, their families and friends. Diakses dari: <https://www.cancer.org.au/assets/pdf/understanding-chemotherapy-booklet>.
- Goulart, F. S. (1995). *Super Healing Foods : Discover the Incredible Healing Power of Natural Foods*. Penguin Publishing Group.
- Handayani, S., & Kusuma, P. D. (2020). Manajemen Mual dan Muntah dengan Aromaterapi Pada Klien Kanker Serviks (Management of Nausea and Vomiting With Aromatherapy Patients With Cervic Cancer). *Prosiding Diseminasi Hasil Penelitian Dosen Program Studi Keperawatan dan Farmasi Volume 2 Nomor 1 Bulan Januari Tahun 2020*.
- Hartini, S., Winarsih, B. D., & Nugroho, E. G. Z. (2020). Peningkatan Pengetahuan Perawat Untuk Perawatan Anak Penderita Kanker. *Jurnal Pengabdian Kesehatan*, 3(2), 141-149.
- Hero, S. (2021). Faktor Risiko Kanker Payudara. *Jurnal Medika Utama*, 3(01 Oktober), 1533-1537.
- Karim, U. N., Dewi, A., & Hijriyati, Y. (2021). Psikososial Pasien Kanker Nasofaring Pasca Kemoterapi di Lantai VIII Gedung A RSUPN Cipto Mangunkusumo Jakarta: Laporan Penelitian.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2019). Cerdik Tanggulangi kanker. Diakses dari: <https://www.kemkes.go.id/article/print/19082000006/cerdik-tanggulangi-kanker.html>.
- Masruroh, S., & Wulan, A. J. (2016). Khasiat Jahe (*Zingiber officinale*) Sebagai Anti Mual dan Muntah pada Wanita Hamil. *Medical Journal of Lampung University [MAJORITY]*, 5(1), 107-111.
- Narayanan, V., & Koshy, C. (2009). Fatigue in cancer: a review of literature. *Indian journal of palliative care*, 15(1), 19.
- Nugroho, S. T., & Anggorowati, A. J. (2017). Kualitas tidur dan fatigue pada klien cancer. *Adi Husada Nursing Journal*, 3(1), 88-92.
- Nuwa, M. S. (2018). *Pengaruh Kombinasi Progressive Muscle Relaxation Dengan Spiritual Guided Imagery And Music Terhadap Koping Dan Resiliensi Pasien Kanker Yang Menjalani Kemoterapi* (Doctoral dissertation, Universitas Airlangga).
- Pranita, E., & Sumartiningtyas, H. K. N. (2021). Kasus baru dan kematian akibat kanker di Indonesia naik 8,8 persen. Diakses dari: <https://www.kompas.com/sains/read/2021/04/03/200000623/kasus-baru-dan-kematian-akibat-kanker-di-indonesia-naik-8-8-persen?page=all>.
- Syarif, H., & Putra, A. (2014). Pengaruh Progressive Muscle Relaxation Terhadap Penurunan Kecemasan Pada Pasien Kanker Yang Menjalani Kemoterapi; A Randomized Clinical Trial. *Idea Nursing Journal*, 5(3), 1-8.
- Tumina, M. S., & Yona, S. (2021). Penerapan Intervensi Berbasis Evidence Based Practice untuk Mengatasi Efek Samping pada Pasien yang Menjalani Kemoterapi. *Jurnal Keperawatan*, 13(1), 99-110.
- World Health Organization. (2021). World Source: Globocan 2020. Diakses dari: <https://gco.iarc.fr/today/data/factsheets/populations/900-world-fact-sheets.pdf>.

Tuti Suprapti*, Ade Tika Herawati

Fakultas Keperawatan Universitas Bhakti Kencana
Korespondensi Penulis: Tuti Suprapti. *Email: tuti.suprapti@baku.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.33024/hjk.v17i1.8744>

Inhalasi aromaterapi peppermint dan jahe untuk mengurangi nyeri serta kelelahan pada pasien kanker yang menjalani kemoterapi

ORIGINALITY REPORT

12%

SIMILARITY INDEX

PRIMARY SOURCES

1 ejournalmalahayati.ac.id
Internet

341 words — 12%

EXCLUDE QUOTES ON

EXCLUDE SOURCES < 100 WORDS

EXCLUDE BIBLIOGRAPHY ON

EXCLUDE MATCHES < 200 WORDS