

TERAPI AKUPRESUR PADA PASIEN CANCER YANG MENJALANI KEMOTERAPI

Gusti Winarti, Maghribi Sembiring, Riswani Tanjung

Keperawatan Komunitas, Magister Ilmu Keperawatan, Universitas Sumatera Utara

e-mail : gustiwinarti07@gmail.com

Abstrak

Akupresur merupakan terapi yang menggunakan jari atau benda tumpul untuk merangsang titik-titik pada tubuh untuk menyeimbangkan energi. Akupresur telah diteliti memiliki efek yang efisien dalam mengurangi mual dan muntah selama kemoterapi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui manfaat terapi akupresur pada pasien cancer yang menjalani kemoterapi. Penelitian ini menggunakan desain literature riview yaitu penelitian yang mengkaji artikel-artikel ilmiah dengan mengintegrasikan dan menarik kesimpulan tentang efektivitas akupresur untuk mengurangi mual dan muntah pada pasien cancer yang menerima kemoterapi. Data yang digunakan dalam penelitian ini merupakan data sekunder yang diperoleh dari hasil peneltian yang telah dilakukan peneliti terdahulu. Sumber data berupa artikel atau jurnal yang relevan dengan topik ini. Artikel yang diperoleh berjumlah 14 artikel dari tahun 2023-2017. Pencarian data tersebut dilakukan dengan menggunakan database Google Scholar dengan kata kunci “akupresur pada kanker” Since Direct, Pubmed dan Proquest dengan kata kunci “*acupressure and chemotherapy*”. Akupresur memiliki manfaat dapat mengurangi efek samping psikologis pada pasien kanker yang menjalani kemoterapi seperti: stres, kecemasan dan depresi dan efek fisiologis salah satunya adalah mual muntah, nyeri, kelelahan, sesak nafas. Diharapkan dapat dilakukan penelitian lebih lanjut dan terperinci sehingga dapat dijadikan sebuah evidence based patrice.

Kata Kunci : Akupresur, Kanker, Kemoterapi

Abstract

Acupressure is a therapy that uses fingers or a blunt object to stimulate points on the body to balance energy. Acupressure has been studied to have an efficient effect in reducing nausea and vomiting during chemotherapy. This study aims to determine the benefits of acupressure therapy in cancer patients undergoing chemotherapy. This study uses a literature review design, which is a study that examines scientific articles by integrating and drawing conclusions about the effectiveness of acupressure to reduce nausea and vomiting in cancer patients receiving chemotherapy. The data used in this study is secondary data obtained from the results of research that has been done by previous researchers. The data source is in the form of articles or journals that are relevant to this topic. There were 14 articles processed from 2023-2017. The data search was carried out using the Google Scholar database with the keywords “acupressure in cancer” Since Direct, Pubmed and Proquest with the keywords “*acupressure and chemotherapy*”. Acupressure has the benefit of reducing psychological side effects in cancer patients undergoing chemotherapy such as: stress, anxiety and depression and one of the physiological effects is nausea, vomiting, pain, fatigue, shortness of breath. It is hoped that further and detailed research can be carried out so that it can be used as an evidence based Patrice.

Keywords: Acupressure, Cancer, Chemotherapy

PENDAHULUAN

Kanker adalah suatu penyakit kronis yang menyebabkan sel-sel dalam tubuh berubah dan tumbuh di luar kendali. Penyakit ini bisa menyerang beberapa organ tubuh yang bergantung pada organ di mana sel dan jaringan kanker berkembang seperti kanker paru-paru, kanker payudara, prostat, kolorektal, ovarium dan perut (Segala et al., 2022).

Prevalensi tertinggi kasus kanker di dunia terjadi di Negara Amerika Serikat, Kanada, Australia, Selandia Baru, Finlandia, Islandia, Norwegia dan Swedia. Berdasarkan data WHO (2018), kanker adalah penyebab utama kematian di seluruh dunia, terhitung sebesar 9,6 juta kematian pada tahun 2018 dan kanker yang paling umum dialami yaitu kanker payudara sebanyak 2,09 juta kasus. International Agency for Research on Cancer (IARC) memprediksi bahwa jumlah kasus kanker akan mencapai 22,2 juta di tahun 2030 (Jurwita et al., 2021)

Data Global Cancer Observatory 2018 dari World Health Organization (WHO) menunjukkan kasus kanker yang banyak terjadi di negara Indonesia yaitu kanker payudara sejumlah 58.256 kasus (16,7%) dari total 348.809 kasus kanker. Tahun 2018 angka kejadian penyakit kanker di Indonesia meningkat sebanyak 1,8% dari tahun 2013 dengan Yogyakarta yang merupakan angka kejadian tertinggi (4,9%) dan daerah terendah yaitu Nusa Tenggara Barat dengan persentase 0,9%. Sedangkan untuk wilayah Sumatera Utara pada tahun 2018 mengalami peningkatan dengan persentase 1,6 dari 1,4 pada tahun 2013 (Sari et al., 2021).

Pengobatan yang digunakan untuk pasien kanker adalah kemoterapi. Bruce mengatakan bahwa kemoterapi merupakan pengobatan yang diberikan dalam beberapa siklus yang fungsinya untuk membunuh sel kanker atau memperlambat pertumbuhannya (Sibirian et al., 2021). Kemoterapi juga merupakan salah satu metode pengobatan yang menggunakan bahan kimia yang sangat kuat untuk menghentikan atau menghambat pertumbuhan sel kanker yang ada didalam tubuh (Hastura et al., 2022). Kemoterapi memiliki banyak efek samping fisiologis dan psikologis. Efek samping psikologis yang dapat terjadi seperti: stres, kecemasan dan depresi (Dewi et al., 2019) dan efek fisiologis salah satunya adalah mual muntah, nyeri, kelelahan, sesak nafas.

Dalam meminimalkan efek samping dari kemoterapi dapat dengan menggunakan metode non farmakologis. Metode non-farmakologis yang disebut terapi komplementer lebih aman dan tidak berbahaya dari pada obat (Sari et al., 2021). Penatalaksanaan mual muntah non farmakologis adalah salah satunya akupresur. Akupresur merupakan terapi yang menggunakan jari atau benda tumpul untuk merangsang titik-titik pada tubuh untuk menyeimbangkan energi. Akupresur berperan untuk meningkatkan pelepasan beta endorphin dihipofise di sekitar Trigger Zone Chemoreceptors (CTZ). Akupresur telah diteliti memiliki efek yang efisien dalam mengurangi mual dan muntah selama kemoterapi. Beberapa penelitian menjelaskan akupresur efektif untuk mengurangi mual muntah pada pasien yang mendapat kemoterapi (Sembiring et al., 2020).

Keuntungan akupresur ini adalah perawatan non-invasif, yang alami, aman dan tanpa biaya yang mudah diterapkan tanpa efek samping. Akupresur bisa dilakukan sendiri oleh pasien dan keluarga. Akupresur dapat diintegrasikan ke dalam praktik keperawatan saat ini dan perawat dapat mengajar pasien dan keluarga karena keterampilan akupresur mudah dipelajari dan dapat digunakan untuk membantu meredakan berbagai gejala dan pengaturan perawatan pasien secara luas (Sembiring et al., 2020).

Peneliti ini dilakukan dengan systematic review guna memberikan gambaran tentang efektivitas akupresur untuk mengurangi mual dan muntah pada pasien cancer yang menerima kemoterapi. Adapun tujuan dari penulisan systematic review ini adalah untuk mengidentifikasi efektivitas ekupresur untuk mengurangi mual dan muntah pada pasien cancer yang menerima kemoterapi.

METODE

Tinjauan sistematis sangat penting untuk meringkas bukti secara akurat dan andal, metode sistematis yang dipilih dapat meminimalkan bias sehingga dapat memberikan temuan yang dapat diandalkan. Penelitian ini menggunakan desain literature riview yaitu penelitian yang mengkaji artikel-artikel ilmiah dengan mengintegrasikan dan menarik kesimpulan tentang efektivitas akupresur untuk mengurangi mual dan muntah pada pasien cancer yang menerima kemoterapi. Data yang digunakan dalam penelitian ini merupakan data sekunder yang diperoleh dari hasil peneltian yang telah dilakukan peneliti terdahulu. Sumber data berupa artikel atau jurnal yang relevan dengan topik ini. Artikel yang diperoleh berjumlah 14 artikel dari tahun 2023-2017. Pencarian data tersebut dilakukan dengan menggunakan database Google Scholar dengan kata kunci “akupresur pada kanker” dan Proques.com dengan kata kunci “acupressure and chemotherapy”, elsevier dengan kata kunci” acupressure and chemotherapy”. Analisis data juga dilakukan dengan menggunakan teknik review literatur diantaranya mencari kesamaan (compare), cari ketidaksamaan (contras), beri pandangan (critize), bandingkan (syntesize) dan tingkasan (summarize).

HASIL DAN PEMBAHASAN

No	Authors	Manfaat	Metode penelitian	Hasil
1	(Sembiring et al., 2020)	Mual dan muntah	Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen semu dengan jumlah responden	(p = 0,064; p = 0,000) dan uji mann-whitney menunjukkan adanya perbedaan mual muntah

			sebanyak 70 orang yang terdiri dari 35 kelompok kontrol dan 35 kelompok intervensi yang dipilih dengan teknik simple random sampling. Analisis statistik dengan menggunakan wilcoxon signed rank test menunjukkan adanya perbedaan mual muntah pada kelompok kontrol dan kelompok intervensi	antara kontrol kelompok dan kelompok intervensi setelah pemberian akupresur. dan antiemetik ($p = 0,000$). Hasil analisis multivariat menunjukkan pengalaman mual muntah tidak terkontrol, riwayat konsumsi alkohol, riwayat mabuk perjalanan, obat kemoterapi.
2	(Liu et al., 2022)	Stres	Mengevaluasi dan membandingkan efektivitas mindfulness- based stress reduction (MBSR), akupresur, dan MBSR yang dikombinasikan dengan akupresur dalam meningkatkan kualitas tidur pada pasien kanker payudara dengan gangguan tidur, serta potensi efek dari intervensi ini pada menghilangkan kelelahan, kecemasan, dan depresi.	Uji coba terkontrol acak kelompok paralel empat lengan pasien dilakukan di rumah sakit tersier di Fujian antara Juli 2019 dan Januari 2021. Sebanyak 147 pasien kanker payudara secara acak ke kelompok perawatan biasa ($n = 34$), sebuah MBSR kelompok ($n = 38$), kelompok akupresur ($n = 36$), atau kelompok gabungan ($n = 39$). menilai kualitas tidur pasien (Indeks Kualitas Tidur Pittsburgh-PSQI dan 6 indeks actigraphy), kelelahan, kecemasan, dan depresi pada awal dan pada pertengahan intervensi (minggu keempat) dan akhir intervensi (minggu kedelapan).
3	(Utli et al., 2023)	Nyeri dan kelelahan	penelitian single-blind, pengukuran berulang, kontrol acak. Data penelitian dikumpulkan antara bulan Februari sampai dengan November 2022. Sampel penelitian terdiri dari kelompok intervensi Akupresur dan Reiki dan kelompok kontrol dengan 52 pasien di setiap kelompok dengan total 156 pasien. Akupresur atau Reiki diterapkan pada kelompok intervensi mereka dengan total delapan sesi masing-masing 20 menit selama empat minggu, sekali sehari pada dua hari seminggu. Data dikumpulkan melalui formulir deskripsi pasien, formulir tindak lanjut analgesik, Numeric Pain Rating Scale, dan Brief Fatigue Inventory.	Dibandingkan dengan kelompok kontrol, penurunan yang signifikan terlihat dari waktu ke waktu pada tingkat nyeri ($p < 0,001$), penggunaan analgesik ($p < 0,001$), dan kelelahan ($p < 0,001$) pada kelompok intervensi Akupresur atau Reiki

4	(Harorani et al., 2023)	Kecemasan	Kelompok intervensi (n = 35) menerima pijat akupresur dalam tiga periode 5 menit dengan istirahat 2 menit di antaranya. Namun, pada kelompok kontrol (n = 35), area yang sama hanya disentuh sebentar dengan cara yang mirip dengan yang dilakukan pada kelompok intervensi. Kecemasan pasien diukur sebelum dan sesudah intervensi menggunakan Spielberger State-Trait Anxiety Inventory. Data yang dikumpulkan dari kedua kelompok dianalisis dalam perangkat lunak SPSS (versi 16).	Terdapat perbedaan yang signifikan antara kecemasan pasien setelah dilakukan intervensi pada kedua kelompok. Tingkat kecemasan di antara pasien dalam kelompok eksperimen berkurang secara signifikan setelah intervensi, dibandingkan dengan kelompok kontrol (P=0,0001).
5	(Zick et al., 2021)	Kelelahan	Tiga kelompok paralel, uji coba terkontrol secara acak akan dilakukan untuk mengevaluasi kemanjuran akupresur diri yang diajarkan dan disampaikan melalui aplikasi seluler yang dirancang khusus untuk pasien ("MeTime") dan perangkat genggam yang menyertai ("AcuWand") untuk membantu memandu aplikasi tekanan yang benar. Peserta akan dikirim tablet yang dimuat sebelumnya dengan aplikasi dan perangkat, dan semua kunjungan akan dilakukan dari jarak jauh. Peserta akan diacak untuk melakukan akupresur diri harian selama 6 minggu melalui aplikasi dan perangkat, atau aplikasi dan perangkat palsu, atau tanpa kelompok perawatan. Langkah-langkah laporan diri akan diselesaikan pada awal, 6 minggu (pasca intervensi), 3-, dan 6 bulan.	pengobatan akupresur diri berbasis aplikasi yang dapat menjadi pengobatan yang mudah diakses, terukur dan murah untuk mengurangi beban kelelahan yang signifikan pada penderita kanker ovarium, sehingga meningkatkan kualitas hidup secara keseluruhan
6	(Khanghah et al., 2019)	Kelelahan	Penelitian ini dirancang sebagai percobaan acak dan terkontrol. Sembilan puluh sampel dipilih dengan menggunakan metode convenience sampling, dan random block sampling	Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata skor analog visual kelelahan berbeda bermakna pada ketiga kelompok pada akhir kemoterapi (p Z 0,021). Rata-rata skor kelelahan analog

			<p>digunakan untuk alokasi kelompok (30 untuk setiap kelompok). Ketiga kelompok itu serupa berdasarkan usia dan jenis kelamin. Kelompok eksperimen menjalani akupresur di Zusanli (ST-36), Hegu (LI-4), dan Sanyingjiao (SP-6), sedangkan tekanan palsu digunakan pada kelompok plasebo dan tidak ada intervensi yang diterapkan pada kelompok kontrol; tingkat kelelahan peserta dalam tiga kelompok dihitung dalam tiga tahap, sebelum, selama, dan setelah kemoterapi. Data dianalisis dengan SPSS versi 22.</p>	<p>visual pada kelompok akupresur secara bermakna lebih rendah daripada kelompok kontrol</p>
7	(Yoon & Park, 2019)	Insomnia	<p>Data yang terkumpul dianalisis dengan menggunakan SPSS WIN 23.0 dan signifikansi statistik ditetapkan pada $p < 0,05$. Homogenitas karakteristik grafik demo dan variabel dependen antara kedua kelompok diperiksa menggunakan uji chi-square, uji Fisher, dan uji -t independen. Perubahan kualitas dan jumlah tidur antara dua kelompok sebelum, selama, dan setelah percobaan dievaluasi menggunakan ANOVA. Perbedaan kualitas tidur pada minggu ketiga dan keenam dibandingkan dengan kualitas tidur sebelum eksperimen dinilai menggunakan independent t-test. Variasi jumlah tidur pada minggu ketiga dan keenam dibandingkan dengan jumlah tidur sebelum eksperimen diukur menggunakan metode nonparametrik: uji Mann-Whitney</p>	<p>Mengalami penurunan kualitas tidur tetapi enggan minum obat, seperti obat tidur, karena efek samping kemoterapi. Enam minggu terapi auricular menggunakan biji vaccaria secara efektif mengurangi kadar sitokin dan peningkatan kualitas tidur serupa dengan yang diperoleh dengan menggunakan akupunktur auricular. Berbeda dengan acupuncture auricular, terapi auricular bersifat non-invasif, sederhana, dan aman untuk diterapkan tanpa menimbulkan rasa sakit.</p>
8	(Sharifi Rizi et al., 2017)	Nyeri dan kecemasan	<p>Penelitian ini dirancang sebagai uji coba terkontrol secara acak, tersamar ganda. Sembilan puluh sampel dipilih dengan menggunakan metode convenience sampling,</p>	<p>Hasil penelitian menunjukkan bahwa skor kecemasan rata-rata terendah ($1,5 \pm 0,5$; $P \frac{1}{4} 0,01$) dan skor nyeri rata-rata terendah ($4,9 \pm 0,8$) setelah intervensi berhubungan dengan</p>

			<p>kemudian untuk kelompok alokasi digunakan random block sampling (30 untuk setiap kelompok). Ketiga kelompok itu serupa berdasarkan usia dan jenis kelamin. Titik akupresur LI4 dan HT7 (Shen Men) diperiksa untuk intervensi. Tekanan palsu digunakan pada kelompok plasebo sementara tidak ada intervensi yang diterapkan pada kelompok kontrol.</p>	<p>metode akupresur ($P \frac{1}{4} 0,001$). Efektivitas biaya dan pendidikan sederhana jangka pendek membuat metode akupresur berguna dalam pengaturan klinis untuk penyakit Oyang berbeda.</p>
9	(Panca et al., 2018)	Mual dan muntah	<p>Penelitian quasi experiment ini melibatkan 16 responden. Akupresur diberikan menggunakan acupressure wristband selama hari ke 1-4 setelah kemoterapi. Mual-muntah dan nyeri diukur sebelum dan sesudah intervensi menggunakan kuesioner melalui metode telemonitoring. Selanjutnya, data dianalisis dengan menggunakan paired t-test untuk mual muntah dan Wilcoxon untuk nyeri.</p>	<p>Hasil penelitian menunjukkan signifikansi perbedaan skor mual-muntah dan nyeri sebelum dan sesudah akupresure dengan nilai p-value 0.03 dan 0.026. Pemberian akupresur efektif menurunkan mual- muntah dan nyeri pada pasien kanker payudara dengan kemoterapi. Terapi akupresur secara signifikan dapat menurunkan mual muntah akibat kemoterapi dan nyeri pada pasien kanker payudara.</p>
10	(Rahmah & Alfiyanti, 2021)	Mual dan muntah	<p>Studi kasus ini menggunakan metode deskriptif berbasis pendekatan asuhan keperawatan yang menerapkan teknik akupresur pada titik P6 dan ST36 yang diberikan selama 3 menit setiap 6 jam sekali setelah kemoterapi selama 24 jam. Subjek pada studi kasus ini adalah pasien anak dengan ALL post kemoterapi. Subjek studi kasus berjumlah 2 orang didapatkan berdasarkan kriteria inklusi. Hasil dari kedua subjek, dilihat dari skoring pada observasi keller index of nausea (KIN).</p>	<p>Dengan diberikan teknik akupresur menunjukkan ada penurunan mual muntah pada pasien yang di berikan tindakan akupresur. Akupresur pada titik P6 dan titik ST36 mampu menurunkan mual dan muntah pasca kemoterapi pada anak penderita ALL.</p>
11	(Serce et al., 2018)	Nyeri	<p>Penelitian dilakukan dalam uji coba terkontrol nonacak dengan pasien yang mendaftar ke unit radioterapi rumah sakit onkologi. Data penelitian dikumpulkan dengan menggunakan kuesioner dan</p>	<p>Ditentukan bahwa skor rata-rata nyeri kelompok intervensi adalah $7,6 \pm 1,9$ sebelum akupresur dan menurun menjadi $6,8 \pm 1,9$ setelah akupresur dan hasil ini signifikan secara statistik. Di</p>

			Visual Analog Scale. Sebanyak 8 sesi akupresur, yang masing-masing berlangsung sekitar 10 menit (dengan periode pemanasan dan akupresur), diterapkan pada kelompok intervensi. Data dianalisis dengan menggunakan uji X ² , uji t berpasangan, dan koefisien korelasi Pearson	sisi lain, tidak ada perbedaan signifikan yang ditentukan pada skor rata-rata nyeri dari kelompok kontrol
12	(Dogan, 2021)	Kualitas hidup dan Sesak nafas	Penelitian ini adalah uji coba acak, terkontrol, dan tersamar tunggal. Pasien dibagi menjadi 2 kelompok: (1) kelompok intervensi yang menerima akupresur, dan (2) kelompok control yang menerima perawatan standar. Titik akupunktur P6-Lu1-Lu10 di tangan, lengan bawah, dan dada digunakan, dengan akupresur diterapkan 2 kali sehari selama 4 minggu, dengan total 56 sesi.	Intervensi akupresur selama 4 minggu menunjukkan penurunan yang signifikan pada tingkat dispnea peserta, dan pada saat yang sama, peningkatan signifikan dalam kualitas hidup mereka. Temuan kuantitatif penelitian ini didukung dengan temuan kualitatif.
13	(Tan et al., 2020)	Mual dan muntah	Penelitian ini mengadopsi Kerangka Dewan Riset Medis untuk Mengembangkan dan Mengevaluasi Intervensi Kompleks (kerangka MRC) untuk memandu proses pengembangan intervensi AT. Prosesnya terdiri dari empat langkah: identifikasi basis bukti, identifikasi teori dan standar praktik, identifikasi karakteristik gejala kanker, dan pemodelan dan validasi. Intervensi AT awal kemudian dievaluasi melalui studi validitas konten untuk mengidentifikasi kesesuaian teoretis dan praktisnya. Indeks validitas isi (CVI) digunakan untuk menentukan tingkat konsensus panel.	Studi ini mengikuti kerangka MRC untuk mengembangkan intervensi AT berbasis bukti untuk manajemen CINV yang didukung dengan baik oleh bukti penelitian tinjauan sistematis, teori AT dan standar praktik, karakteristik gejala CINV, dan konsensus panel ahli. Intervensi AT akan dievaluasi lebih lanjut dalam uji coba terkontrol acak percontohan untuk mengkonfirmasi utilitas, kelayakan, dan penerimaannya dalam pengaturan klinis

Akupresur adalah jenis terapi sentuhan yang menggunakan tekanan pada jari untuk memprovokasi berbagai titik di permukaan tubuh, menghasilkan kelegaan dan penekanan berbagai gejala dengan mengurangi rasa sakit. Intervensi ini sering digunakan oleh perawat dalam pengaturan klinis dan dianggap sebagai intervensi keperawatan klinis dan komprehensif. Penggunaan akupresur di kalangan perawat dapat membantu meningkatkan kualitas asuhan keperawatan dan mengurangi efek samping dari metode invasif. Keuntungan dari prosedur ini adalah sebagai berikut: hemat biaya, tidak

memerlukan peralatan, hanya mendidik pasien, dan melibatkan prosedur non invasif (Khanghah et al., 2019).

Akupresur dilakukan dengan menggunakan sentuhan ringan yang menyenangkan sebagai pada titik-titik tertentu. menurut Teori Pengobatan Tradisional Cina (TCM), tindakan ini dapat meningkatkan kesehatan melalui pemulihan aliran energi yang lancar. Unsur “sentuhan” dalam akupresur juga dapat berpengaruh pada daerah lain (Hu et al., 2019). Pada penelitian ini didapat 7 manfaat dari akupresur adalah mual dan muntah, stres, nyeri, kelelahan, kecemasan, insomnia dan sesak nafas. Berikut ini dijelaskan tentang manfaat akupresur:

Mual Dan Muntah

Pada penelitian yang dilakukan oleh (Sembiring et al., 2020). Analisis statistik dengan menggunakan wilcoxon signed rank test menunjukkan adanya perbedaan mual muntah pada kelompok kontrol dan kelompok intervensi ($p = 0,064$; $p = 0,000$) dan uji mann-whitney menunjukkan adanya perbedaan mual muntah antara kontrol kelompok dan kelompok intervensi setelah pemberian akupresur dan antiemetik ($p = 0,000$).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Panca et al., 2018) Hasil penelitian menunjukkan signifikansi perbedaan skor mual-muntah dan nyeri sebelum dan sesudah akupresure dengan nilai p-value 0.03 dan 0.026. Pemberian akupresur efektif menurunkan mual dan muntah dan nyeri pada pasien kanker payudara dengan kemoterapi. Terapi akupresur secara signifikan dapat menurunkan mual muntah akibat kemoterapi dan nyeri pada pasien kanker payudara.

Hal ini sama dengan penelitian yang dilakukan oleh (Rahmah & Alfiyanti, 2021), pada studi kasus ini menggunakan metode deskriptif berbasis pendekatan asuhan keperawatan yang menerapkan teknik akupresur pada titik P6 dan ST36 yang diberikan selama 3 menit setiap 6 jam sekali setelah kemoterapi selama 24 jam. Subjek pada studi kasus ini adalah pasien anak dengan ALL post kemoterapi. Subjek studi kasus berjumlah 2 orang didapatkan berdasarkan kriteria inklusi. Hasil dari kedua subjek, dilihat dari skoring pada observasi keller index of nausea (KIN) dengan diberikan teknik akupresur menunjukkan ada penurunan mual muntah pada pasien yang diberikan tindakan akupresur.

Hal ini sejalan dengan teori yang menyatakan bahwa stimulasi penekanan yang dilakukan pada titik-titik akupresur yaitu titik P6 dan titik ST36 dipercaya mampu memberikan efek berupa penurunan status nausea, karena mampu memperbaiki aliran di limpa dan lambung sehingga mampu memperkuat saluran pencernaan dari efek kemoterapi, sehingga rangsang mual dan muntah ke pusat muntah berkurang. Selain alasan tersebut, stimulasi titik titik P6 dan titik ST36 dapat merangsang pengeluaran beta endorphin di hipofise. Data lain yang selaras dengan hasil studi ini adalah systematic review yang melibatkan 12 penelitian dengan total 1419 pasien menyebutkan efektifitas pemberian akupresur dalam menurunkan mual akut pasien post kemoterapi.

Stres

Pada penelitian yang dilakukan oleh (Liu et al., 2022), pada penelitian ini membandingkan efektivitas mindfulnessbased stress reduction (MBSR, akupresur dan MBS yang dikombinasi dengan akupresur. Terdapat perbedaan yang signifikan ($p < 0,05$) pada PSQI, dan semua parameter tidur diukur dengan aktigrafi pergelangan tangan, dan kecemasan antar kelompok. Tiga perawatan aktif menyebabkan hasil PSQI yang lebih baik ($p < 0,001$), kelelahan berkurang ($p < 0,001$), penurunan kecemasan ($p < 0,05$), dan perbaikan tidur diukur dengan semua indeks aktivitas dengan dua pengecualian dan rata-rata bangun berdasarkan waktu (MWBT) ($p = 0,058$). Akupresur dan intervensi gabungan mengungguli MBSR pada empat indeks aktigrafi: Efisiensi Tidur (SE), Latensi Tidur (SL), Waktu Tidur Total (TST), dan Bangun setelah onset tidur (WASO) ($p < 0,05$), dan intervensi gabungan lebih lanjut mengungguli MBSR pada PSQI ($p = 0,03$) dan jumlah terbangun (NOA) ($p = 0,003$).

akupresur, menunjukkan efek positif pada kecemasan pasien, tidak ada perbedaan antara hasil penelitian diatas. Hasil ini konsisten dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa akupresur dapat mendorong tidur dan menenangkan emosi dengan merangsang respons saraf dan melepaskan serotonin. Karena kecemasan ditandai sebagai semacam emosi gelisah yang dihasilkan oleh kekhawatiran berlebihan tentang keselamatan kerabat atau kehidupan mereka sendiri, masa depan. dan takdir. Terapi akupresur memungkinkan pasien untuk fokus pada saat ini, merilekskan pikiran dan tubuh mereka, menghilangkan kekhawatiran tentang hal-hal yang tidak relevan, dan selanjutnya memperbaiki kecemasan. Namun terapi akupresur sama sekali tidak efektif dalam mengatasi depresi (Liu et al., 2022).

Nyeri

Pada penelitian yang dilakukan oleh (Serce et al, 2018) dengan judul *The Effect of Acupressure on Pain in Cancer Patients With Bone Metastasis: A Non randomized Controlled Trial*, Data penelitian dikumpulkan dengan menggunakan kuesioner dan Visual Analog Scale. Sebanyak 8 sesi akupresur, yang masing-masing berlangsung sekitar 10 menit (dengan periode pemanasan dan akupresur), diterapkan pada kelompok intervensi. Data dianalisis dengan menggunakan uji X², uji t berpasangan, dan koefisien korelasi Pearson. Ditentukan bahwa skor rata-rata nyeri kelompok intervensi adalah $7,6 \pm 1,9$ sebelum akupresur dan menurun menjadi $6,8 \pm 1,9$ setelah akupresur dan hasil ini signifikan secara statistik. Di sisi lain, tidak ada perbedaan signifikan yang ditentukan pada skor rata-rata nyeri dari kelompok kontrol.

Nyeri memiliki efek negatif pada ruang hidup pasien, terutama tidur, nutrisi, dan kualitas hidup. Pasien dapat mengembangkan reaksi emosional, cachexia, kelelahan, depresi, kecemasan, dan kemarahan karena isolasi sosial. Semua perubahan ini menghasilkan perkembangan respons fisiologis dan peningkatan tingkat stres dan rasa sakit. dalam penelitian yang lain: (Ovayolu et al., 2014) menetapkan bahwa peningkatan tingkat rasa sakit secara negatif mempengaruhi aktivitas umum, suasana hati, tingkat aktivitas, tidur, dan nutrisi serta merusak kualitas rasa sakit. Mirip dengan hasil penelitian ini, penelitian ini juga mengungkapkan bahwa rasa sakit yang dialami oleh pasien berdampak negatif pada tingkat aktivitas, hubungan manusia, kualitas hidup, nutrisi, tidur, dan keadaan emosional mereka. Akupresur sering digunakan dalam manajemen nyeri dan untuk berbagai masalah seperti mual, muntah, kelelahan, kecemasan, dan gangguan seksual. Dengan demikian, sangat penting untuk mengatasi manajemen nyeri dengan cara multidimensi dan merencanakan intervensi untuk area yang terkena dampak nyeri (Serce et al., 2018).

Kelelahan

Pada penelitian yang dilakukan oleh (Khanghah et al, 2019) dengan judul *Effects of Acupressure on Fatigue in Patients with Cancer Who Underwent Chemotherapy*, Penelitian ini dirancang sebagai percobaan acak dan terkontrol. Sembilan puluh sampel dipilih dengan menggunakan metode convenience sampling, dan random block sampling digunakan untuk alokasi kelompok (30 untuk setiap kelompok). Ketiga kelompok itu serupa berdasarkan usia dan jenis kelamin. Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata skor analog visual kelelahan berbeda bermakna pada ketiga kelompok pada akhir kemoterapi ($p < 0,021$). Rata-rata skor kelelahan analog visual pada kelompok akupresur secara bermakna lebih rendah daripada kelompok kontrol.

Pada penelitian ini didapatkan perbedaan tingkat skor kelelahan yang signifikan antara sebelum dan selama kemoterapi pada kelompok plasebo. Pengurangan ini bisa disebabkan oleh efek psikologis dan fisiologis dari sentuhan. Penelitian ini sesuai dengan hasil penelitian sebelumnya Dalam penelitian (Zick et al., 2012) menemukan bahwa kelelahan secara signifikan berkurang di semua kelompok perlakuan dengan penurunan yang lebih besar secara signifikan pada kelompok akupresur relaksasi. Akupresur akan menjadi intervensi yang cocok dalam pengaturan klinis di mana pasien yang menjalani kemoterapi mengalami tingkat kelelahan yang tinggi. Hasil ini menunjukkan bahwa penerapan akupresur pada pasien yang menjalani kemoterapi dapat mengurangi kelelahan (Khanghah et al., 2019)

Kecemasan

Pada Penelitian yang dilakukan oleh (Harorani et al., 2023) Dengan Judul *Effect of localized acupressure massage on anxiety during chemotherapy in patients with breast cancer: A single-blind randomized clinical trial*, Kelompok intervensi ($n = 35$) menerima pijat akupresur dalam tiga periode 5 menit dengan istirahat 2 menit di antaranya. Namun, pada kelompok kontrol ($n = 35$), area yang sama hanya disentuh sebentar dengan cara yang mirip dengan yang dilakukan pada kelompok intervensi. Kecemasan pasien diukur sebelum dan sesudah intervensi menggunakan Spielberger State-Trait Anxiety. Terdapat perbedaan yang signifikan antara kecemasan pasien setelah dilakukan intervensi pada kedua kelompok. Tingkat kecemasan di antara pasien dalam kelompok eksperimen berkurang secara signifikan setelah intervensi, dibandingkan dengan kelompok kontrol ($P=0,0001$).

(Dreyer et al., 2015) menemukan bahwa pijatan selama 20 menit pada hari kedua dan ketiga operasi secara signifikan efektif dalam mengurangi rasa sakit dan kecemasan serta meningkatkan kenyamanan setelah operasi kolorektal. Demikian pula, hasil penelitian oleh (Villani et al., 2017) menunjukkan efek positif dari pijatan dalam meredakan sakit kepala refraktori. Sejalan dengan temuan penelitian ini, penelitian lain telah menunjukkan bahwa pijat dapat mengurangi depresi pada

pasien Alzheimer dan kecemasan pada pasien dengan luka bakar dan meningkatkan kualitas hidup pasien dengan multiple sclerosis. Meskipun mekanisme yang tepat dari massage pada kecemasan belum diketahui tampaknya massage meningkatkan aktivitas sistem saraf parasimpatis dan menghambat sistem saraf simpatik. (Harorani et al., 2023)

Insomnia

berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Liu et al., 2022) menunjukkan hasil tidak ada perbedaan yang signifikan di semua hasil antara akupresur dan intervensi gabungan ($p= 0,05$). MBSR, akupresur, dan terapi gabungan semuanya menunjukkan keuntungan yang luar biasa dalam mengurangi kualitas tidur, kelelahan, dan kecemasan. Ada pengaruh akupresur dalam meningkatkan kualitas tidur.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Yoon & Park, 2019) ada sebanyak 46 peserta yang tersedia pada awal penelitian secara acak dan merata ditugaskan ke kelompok eksperimen dan kontrol (masing-masing 23). Tiga pasien di kelompok eksperimen dan dua di kelompok kontrol keluar selama penelitian. Oleh karena itu, total 41 peserta terdiri dari kelompok eksperimen akhir (20) dan kelompok kontrol (21) dan menyelesaikan partisipasi studi Uji homogenitas tidak mengungkapkan perbedaan yang signifikan secara statistik antara kelompok eksperimen dan kontrol. Karakteristik demografi dan penyakit terkait dari 46 peserta asli, termasuk lima peserta yang keluar selama penelitian, diperiksa sebelum memberikan intervensi dan homogenitas mereka diverifikasi. Karakteristik dasar tidak menunjukkan perbedaan apapun; dengan demikian, bias seleksi tidak mempengaruhi hasil studi. Kualitas tidur secara statistik signifikan antara kelompok eksperimen dan kontrol ($F = 4,152, p = 0,048$), menunjukkan perbedaan yang signifikan dalam rata-rata kualitas tidur antara kelompok. Juga, perbedaan yang signifikan secara statistik terungkap dalam kualitas tidur diukur sebelum intervensi, tiga minggu setelah memulai intervensi, dan enam minggu setelah intervensi ($F = 12,891, p < 0.001$).

Dalam studi oleh King et al., veteran perang dalam kelompok eksperimen yang didiagnosis dengan gangguan stres pasca trauma menerima terapi auricular selama lima minggu dan kelompok kontrol tidak menerima pengobatan apa pun rata-rata nilai PSQI kelompok eksperimen turun 3,3 poin sedangkan kelompok kontrol hanya turun 1,2 poin; setelah enam minggu perlakuan, skor rata-rata untuk kelompok eksperimen menurun sebesar 3,8 poin dan sebesar 0,85 poin untuk kelompok kontrol. Namun, penelitian tidak mengontrol penggunaan pil tidur dan kelompok kontrol tidak menggunakan pengobatan apa pun untuk mengevaluasi efek plasebo. Penelitian ini ketat karena ini adalah studi single-blind yang memperhitungkan efek plasebo dan mengecualikan pasien yang mengonsumsi pil tidur atau antidepresan. Namun, pada kelompok kontrol, tidak ada perbedaan dalam kualitas tidur yang muncul pada minggu ketiga, namun penurunan 0,85 poin pada peringkat PSQI-K untuk minggu keenam menyiratkan bahwa efek plasebo tidak sepenuhnya dicegah. Selain itu, faktor lingkungan juga harus dipertimbangkan, karena kamar pasien kelompok kontrol tenang, santai, atau menyediakan musik yang menenangkan secara psikologis (Yoon & Park, 2019).

Sesak Nafas Dan Kualitas Hidup

Penelitian ini adalah uji coba acak, terkontrol, dan tersamar tunggal. Pasien dibagi menjadi 2 kelompok: (1) kelompok intervensi yang menerima akupresur, dan (2) kelompok kontrol yang menerima perawatan standar. Titik akupunktur P6-Lu1-Lu10 di tangan, lengan bawah, dan dada digunakan, dengan akupresur diterapkan 2 kali sehari selama 4 minggu, dengan total 56 sesi.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Dogon, 2021), terdapat 6 karakteristik yang dipilih dalam penelitian ini. Antara 6 karakteristik pertama pada pre dan post intervensi laju pernapasan kelompok intervensi, tingkat dispnea pada skala Borg, dan tantangan yang memengaruhi skor kualitas hidup menurun secara signifikan ($P < 0,05$), dan saturasi oksigen serta jarak berjalan dalam meter secara signifikan meningkat ($P=0.061$).

Perbedaan antara kelompok intervensi dan kontrol dalam perubahan antara karakteristik pertama pada pre dan post intervensi signifikan untuk laju pernapasan, jarak berjalan kaki, tingkat dispnea pada skala Borg, dan kualitas hidup.

Berbeda dengan penelitian ini, terjadi karena adanya perbedaan tingkat keparahan dispnea subyektif berkorelasi buruk dengan faktor obyektif dari gangguan fungsi paru, tetapi peningkatan keparahan masalah saluran pernapasan dapat dilihat tanpa ada perubahan dalam pengukuran objektif paru. Satu hal yang harus diperhatikan adalah bahwa persepsi pengasuh mungkin berguna dalam

menilai dispnea. Dalam penelitian ini, para peserta juga menyatakan bahwa dengan akupresur sesak napas dan kondisi pasien membaik.

Kualitas hidup dengan kanker paru-paru dapat bervariasi sesuai dengan tingkat keparahan gejala, seperti batuk kronis, sesak napas, dan nyeri dada. Penelitian telah menunjukkan bahwa gejala pernapasan, terutama dispnea, merupakan penentu penting dalam menilai kualitas hidup dan bahwa pengobatan gejala penyakit dapat meningkatkan kualitas hidup. Dalam penelitian ini, ditetapkan bahwa individu dalam kelompok intervensi yang diobati dengan akupresur meningkatkan kualitas hidup mereka secara signifikan.

SIMPULAN

Akupresur merupakan salah satu penatalaksanaan metode non-farmakologis yang disebut terapi komplementer lebih aman dan tidak berbahaya dari pada obat. Akupresur merupakan terapi yang menggunakan jari atau benda tumpul untuk merangsang titik-titik pada tubuh untuk menyeimbangkan energi. Akupresur memiliki manfaat yang sangat banyak diantaranya metode perawatan non invasif yang alami, aman dan tanpa biaya yang mudah diterapkan tanpa efek samping dan dapat mengurangi efek samping psikologis pada pasien kanker yang menjalani kemoterapi seperti: stres, kecemasan dan depresi dan efek fisiologis salah satunya adalah mual muntah, nyeri, kelelahan, sesak nafas.

SARAN

Diharapkan dapat dilakukan penelitian lebih lanjut dan terperinci sehingga dapat dijadikan sebuah evidence based practice.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada seluruh jajaran dosen Universitas Sumatera Utara yang telah membimbing saya dalam mengerjakan penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Dewi, R., Keumala, D. S., & Daulay, W. (2019). Relationship of family support and coping strategies with anxiety in cancer patients undergoing chemotherapy. *International Journal of Nursing Care*, 7(1), 46. <https://doi.org/10.5958/2320-8651.2019.00008.5>
- Dogan, N. (2021). *The Effects of Acupressure on Quality of Life and Dyspnea in Lung Cancer: A Randomized, Controlled Trial* (Vol. 26, Issue 1).
- Dreyer, N. E., Cutshall, S. M., Huebner, M., Foss, D. M., Lovely, J. K., Bauer, B. A., & Cima, R. R. (2015). Effect of massage therapy on pain, anxiety, relaxation, and tension after colorectal surgery: A randomized study. *Complementary Therapies in Clinical Practice*, 21(3), 154–159. <https://doi.org/10.1016/j.ctcp.2015.06.004>
- Harorani, M., Salehi, M., Shahrodi, M., & Rafiei, F. (2023). Effect of localized acupressure massage on anxiety during chemotherapy in patients with breast cancer: A single-blind randomized clinical trial. *European Journal of Integrative Medicine*, 57. <https://doi.org/10.1016/j.eujim.2022.102209>
- Hastura, D., Saidah Nasution, S., Ritarwan, K., & Sumatera Utara, U. (2022). Efektivitas Foot Bath Terhadap Penurunan Gejala Neuropati Perifer Pada Pasien Yang Menjalani Kemoterapi. *Journal of Telenursing (JOTING)*, 4(2). <https://doi.org/10.31539/joting.v4i2.3763>
- Hu, H., Shear, D., Thakkar, R., Thompson-Lastad, A., Pinderhughes, H., Hecht, F. M., & Lown, E. A. (2019). Acupressure and Therapeutic Touch in Childhood Cancer to Promote Subjective and Intersubjective Experiences of Well-being During Curative Treatment. *Global Advances In Health and Medicine*, 8. <https://doi.org/10.1177/2164956119880143>
- Jurwita, L., Suza, D. E., Tarigan, M., & Sumatera Utara, U. (2021). Latihan Fisik Terhadap Penurunan Cancer Related Fatigue Pada Pasien Kanker Payudara. *Journal of Telenursing (JOTING)*, 3(2). <https://doi.org/10.31539/joting.v3i2.2934>
- Khanghah, A. G., Rizi, M. S., Nabi, B. N., Adib, M., & Leili, E. K. N. (2019). Effects of Acupressure on Fatigue in Patients with Cancer Who Underwent Chemotherapy. *JAMS Journal of Acupuncture and Meridian Studies*, 12(4), 103–110. <https://doi.org/10.1016/j.jams.2019.07.003>
- Liu, Q., Wang, C., Wang, Y., Xu, W., Zhan, C., Wu, J., & Hu, R. (2022). Mindfulness-Based Stress Reduction With Acupressure For Sleep Quality In Breast Cancer Patients With Insomnia

- Undergoing Chemotherapy: A Randomized Controlled Trial. *European Journal of Oncology Nursing*, 61. <https://doi.org/10.1016/j.ejon.2022.102219>
- Ovayolu, O., Seviğ, U., Ovayolu, N., & Sevinç, A. (2014). The effect of aromatherapy and massage administered in different ways to women with breast cancer on their symptoms and quality of life. *International Journal of Nursing Practice*, 20(4), 408–417. <https://doi.org/10.1111/ijn.12128>
- Panca, E., Fatma, L., Choiriyah, M., Hidayah, R., & Keperawatan, J. (2018). Efektifitas Akupresur Terhadap Penurunan Mual Muntah Akibat Kemoterapi Dan Nyeri Pada Pasien Kanker Payudara. In *JKM* (Vol. 3).
- Rahmah, S., & Alfiyanti, D. (2021). Penurunan Mual Muntah Pasien Acute Limfoblastik Leukimia yang Menjalani Kemoterapi dengan Terapi Akupresur Pada Titik P6 (Neiguan) dan Titik ST36 (Zusanli). *Ners Muda*, 2(2), 37. <https://doi.org/10.26714/nm.v2i2.6262>
- Sari, N., Suza, D. E., Tarigan, M., & Sumatera Utara, U. (2021). Terapi Komplementari Terhadap Penurunan Nyeri Pada Pasien Kanker. *Journal of Telenursing (JOTING)*, 3(2). <https://doi.org/10.31539/joting.v3i2.2936>
- Segala, S., Tanjung, D., & Effendy, E. (2022). Aromaterapi Lavender Melalui Humidifier Terhadap Kualitas Tidur Pasien Kanker Payudara. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 6, 62–70.
- Sembiring, A., Tanjung, D., & Tarigan, R. (n.d.). Effectiveness of Acupressure to Reduce Vomiting Nausea in Patients Receiving Chemotherapy. *Issue 1 Ser. XI*, 9, 26–32. <https://doi.org/10.9790/1959-0901112632>
- Sembiring, A., Tanjung, D., & Tarigan, R. (2020). Effectiveness of Acupressure to Reduce Vomiting Nausea in Patients Receiving Chemotherapy. *Issue 1 Ser. XI*, 9, 26–32. <https://doi.org/10.9790/1959-0901112632>
- Serce, S., Ovayolu, ozlem, Pirdudak, L., & Ovayolu, N. (2018). The Effect of Acupressure on Pain in Cancer Patients With Bone Metastasis: A Nonrandomized Controlled Trial. *Integrative Cancer Therapies*, 17(3), 728–736. <https://doi.org/10.1177/1534735418769153>
- Sharifi Rizi, M., Shamsalinia, A., Ghaffari, F., Keyhanian, S., & Naderi Nabi, B. (2017). The effect of acupressure on pain, anxiety, and the physiological indexes of patients with cancer undergoing bone marrow biopsy. *Complementary Therapies in Clinical Practice*, 29, 136–141. <https://doi.org/10.1016/j.ctcp.2017.09.002>
- Siburian, C. H., Harahap, I. A., & Dharmajaya, R. (2021). Effect of Flexibility Exercise on Symptom Distress of Cancer Patient Undergoing Chemotherapy. In *Indian Journal of Public Health Research & Development* (Vol. 12, Issue 1).
- Tan, J. Y., Liu, J., Suen, L. K. P., Molassiotis, A., & Wang, T. (2020). Development and validation of an evidence-based auricular acupressure intervention for managing chemotherapy-induced nausea and vomiting in breast cancer patients. *Complementary Therapies in Medicine*, 52. <https://doi.org/10.1016/j.ctim.2020.102502>
- Utli, H., Dinç, M., & Utli, M. D. A. (2023). The effect of acupressure or reiki interventions on the levels of pain and fatigue of cancer patients receiving palliative care: A randomized controlled study. *Explore*, 19(1), 91–99. <https://doi.org/10.1016/j.explore.2022.11.007>
- Villani, V., Prosperini, L., Palombini, F., Orzi, F., & Sette, G. (2017). Single-blind, randomized, pilot study combining shiatsu and amitriptyline in refractory primary headaches. *Neurological Sciences*, 38(6), 999–1007. <https://doi.org/10.1007/s10072-017-2888-7>
- Yoon, H. G., & Park, H. (2019). The effect of auricular acupressure on sleep in breast Cancer patients undergoing chemotherapy: A single-blind, randomized controlled trial. *Applied Nursing Research*, 48, 45–51. <https://doi.org/10.1016/j.apnr.2019.05.009>
- Zick, S. M., Karilyn Wyatt, G., Murphy, S. L., Arnedt, J. T., Sen, A., & Harris, R. E. (2012). *Acupressure for persistent cancer-related fatigue in breast cancer survivors (AcuCrft): a study protocol for a randomized controlled trial*. <http://www.biomedcentral.com/1472-6882/12/132>
- Zick, S. M., Kruger, G., Harte, S., Sen, A., Harris, R. E., & Pearce, C. L. (2021). Acupressure for cancer-fatigue in ovarian cancer survivor (The AcuOva Study): A community-based clinical trial study protocol examining the impact of self-acupressure on persistent cancer related fatigue in ovarian cancer survivors. *Contemporary Clinical Trials*, 107. <https://doi.org/10.1016/j.cct.2021.106477>