

EFEKTIVITAS PENGGUNAAN AROMATERAPI DALAM MENGURANGI NYERI PADA PASIEN KANKER PAYUDARA : *SISTEMATIK REVIEW*

Diana Tri Budi S.^{1*}, Enie Novieastari², Tuti Nuraeni³

Magister Keperawatan, Universitas Indonesia, Depok, Jawa Barat, Indonesia¹

Fakultas Ilmu Keperawatan, Universitas Indonesia, Depok, Jawa Barat, Indonesia^{2,3}

*Corresponding Author : diana.tri21@ui.ac.id

ABSTRAK

Kanker payudara merupakan kanker terbanyak di dunia. Pengobatan kanker payudara dimulai dari awal terdiagnosa sampai selanjutnya adalah suatu rangkaian panjang. Keluhan yang sering timbul akibat pengobatan antara lain mual, muntah, kelelahan, dan nyeri. Pasien kanker payudara dengan nyeri kronis sangat mengganggu kualitas hidupnya sehingga kita sebagai perawat harus memiliki cara yang mudah dilakukan pasien dalam mengatasi keluhan nyeri tersebut. Terapi komplementer dapat dilakukan oleh perawat dan dapat dengan mudah di duplikasi oleh pasien salah satunya adalah penggunaan aromaterapi. Tujuan literatur *review* ini untuk mengetahui efektifitas penggunaan aromaterapi dalam mengurangi nyeri pada pasien kanker payudara. Penelitian ini berupa *literature review*, artikel dikumpulkan menggunakan database *Proquest, Clinical Key, Taylor & Francis Online, dan Science Direct* dengan kata kunci aromaterapi, manajemen nyeri, dan kanker payudara. Kriteria inklusi meliputi artikel yang terbit dari tahun 2013-2023. Sembilan dari sepuluh artikel yang ditelaah menyatakan bahwa penggunaan aromaterapi dapat mengurangi nyeri pasien kanker payudara, dan hanya satu artikel yang menunjukkan hasil yang tidak signifikan.

Kata kunci : aromaterapi, nyeri, kanker payudara.

ABSTRACT

Breast cancer is the most common cancer in the world. Breast cancer treatment starts from the first diagnosis until the next is a long series. Complaints that often arise as a result of treatment include nausea, vomiting, fatigue and pain. Breast cancer patients with chronic pain really disrupt their quality of life so we as nurses must have easy ways for patients to deal with these pain complaints. Complementary therapies can be carried out by nurses and can be easily duplicated by patients, one of which is the use of aromatherapy. The aim of this literature review is to determine the effectiveness of using aromatherapy in reducing pain in breast cancer patients. This research is in the form of a literature review, articles were collected using the Proquest, Clinical Key, Taylor & Francis Online, and Science Direct databases with the keywords aromatherapy, pain management, and breast cancer. Inclusion criteria include articles published from 2013-2023. Nine out of ten articles reviewed stated that the use of aromatherapy could reduce pain in breast cancer patients, and only one article showed insignificant results.

Keywords : aromatherapy, pain, breast cancer

PENDAHULUAN

Penyakit kanker sampai saat ini masih menjadi jenis penyakit yang paling banyak jumlahnya, baik di dunia maupun di Indonesia. Kasus kanker di dunia diprediksi akan naik 75% menjadi 22 juta kasus baru di tahun 2030. Berdasarkan data Globocan, kasus baru kanker pada tahun 2020 di Indonesia hampir mencapai 400.000 kasus dengan 3 kasus terbanyak adalah kanker payudara (16.6%), kanker serviks (9.2%), dan kanker paru (8.8%).

Pengobatan kanker itu sendiri akan diberikan oleh dokter sesuai dengan tingkat stadium penyakit kankernya. Pengobatan kanker paling umum dilakukan adalah pembedahan, kemoterapi, radioterapi, dan terapi target. Pada masing-masing pengobatannya, biasanya akan

memberikan efek samping terhadap pasien yang menjalaninya. Tidak sedikit pasien kanker yang mengeluh nyeri, mual, muntah, dan keluhan lainnya yang sering menyebabkan pasien mengalami gangguan dalam aktivitas sehari-harinya.

Nyeri merupakan gejala umum yang dirasakan oleh pasien kanker pada stadium lanjut. Nyeri adalah salah satu komponen yang mempengaruhi kualitas hidup seseorang. Pada pasien kanker stadium lanjut yang sudah berada pada fase perawatan paliatif, bebas dari nyeri merupakan salah satu komponen untuk meningkatkan kualitas hidup. Hal tersebut sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Rulland & Moore.

Rasa nyeri yang dialami pasien kanker stadium lanjut bersifat subjektif, sehingga kita tidak bisa mengabaikan keluhan yang disampaikan. Nyeri yang dirasakan setiap pasien dengan kanker stadium lanjut pun akan berbeda, tergantung daripada batas ambang nyeri masing-masing pasien.

Dari sepertiga pasien dewasa yang menerima pengobatan kanker secara aktif, dua pertiga yang menderita kanker stadium lanjut mengalami nyeri. Pada penelitian yang dilakukan oleh Cramer (2018) didapatkan bahwa dari 175 pasien dengan kanker, 45.1% mengalami nyeri dan 11.5% mengalami nyeri hebat. Studi *cross-sectional* yang telah dilakukan di Pakistan oleh Majeed et al (2018), 62.3% pasien dengan kanker mengeluhkan nyeri dengan skala nyeri lebih dari 5. Skala nyeri yang digunakan adalah dengan skala numerik.

Nyeri hebat yang diakibatkan oleh penyakit serta pengobatannya, akan mengganggu aktivitas sehari-hari pasien bahkan bisa sampai mempengaruhi kualitas hidup pasien kanker jika tidak teratasi dengan baik. Pada umumnya teknik relaksasi dapat dijadikan acuan tindakan untuk mengatasi nyeri seseorang. Selain itu ada banyak alternatif terapi komplementer lainnya yang dapat dijadikan pilihan oleh seorang perawat onkologi khususnya dalam memberikan asuhan keperawatan kepada pasien kanker yang mengalami nyeri akibat kanker ataupun tindakan pengobatan kankernya.

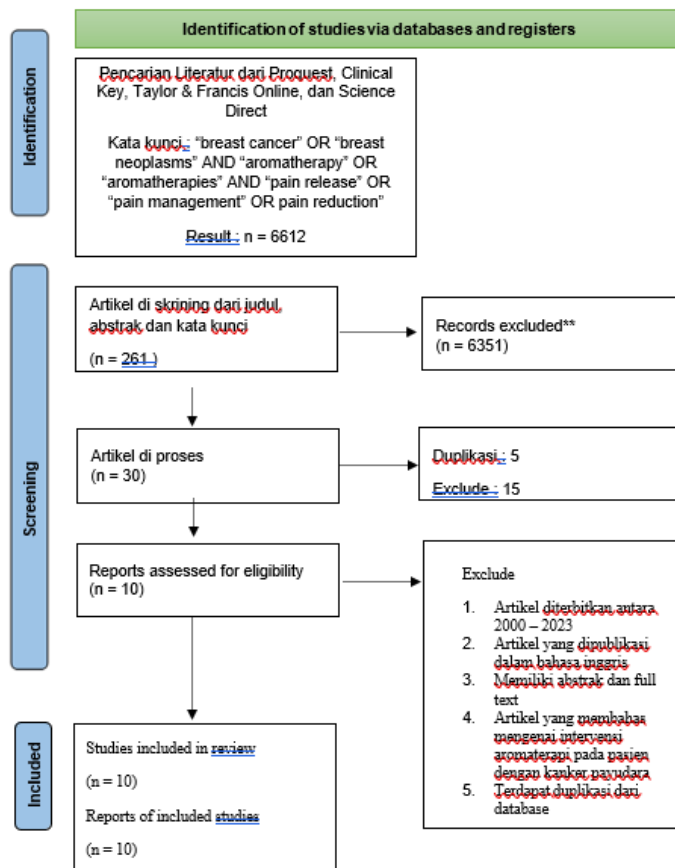
Salah satu alternatif terapi komplementer yang mudah dan murah untuk dilakukan adalah penggunaan aromaterapi. Aromaterapi yang paling sering digunakan oleh masyarakat adalah dalam bentuk minyak yang dapat dihirup ataupun digunakan untuk pijat dalam mengatasi nyeri. Banyak penelitian yang sudah meneliti tentang penggunaan aromaterapi dalam mengurangi kecemasan, mengatasi depresi, gangguan tidur, mual, dan nyeri. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui efektivitas penggunaan aromaterapi dalam mengurangi nyeri pada pasien kanker payudara.

METODE

Metode yang digunakan dalam penulisan artikel ini adalah *literature review*, yaitu suatu studi yang digunakan untuk menganalisa literatur yang telah dipilih dari berbagai sumber dan menghasilkan suatu kesimpulan. Literatur ini diawali dengan mengkaji artikel-artikel yang diidentifikasi melalui *database Proquest, Clinical Key, Taylor & Francis Online, dan Science Direct*. Kata kunci yang digunakan untuk pencarian adalah “breast cancer” OR “breast neoplasms” AND “aromatherapy” OR “aromatherapies” AND “pain release” OR “pain management” OR pain reduction”. Pencarian artikel pendukung dibatasi tahun 2000 -2023. Pada prinsipnya literatur *review* ini merupakan metode penelitian yang dilakukan dengan merangkum hasil artikel penelitian primer sebagai tujuan untuk menyajikan data lebih komprehensif dan berimbang.

Pemilihan artikel dilakukan analisis dan sintesis berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi. Kriteria inklusi pemilihan artikel yang digunakan yaitu populasi pasien kanker payudara, artikel di publish dengan menggunakan bahasa inggris dan tipe publikasi adalah artikel full text dan jurnal akademik. Pencarian artikel dilakukan pada bulan Oktober hingga November 2023. Tahapan yang dilakukan dalam pembuatan artikel ini adalah sebagai berikut: 1) melakukan

identifikasi lapangan terhadap topik yang diminati; 2) membuat pertanyaan klinis berdasarkan kerangka PICO; 3) menentukan kriteria inklusi dan eksklusi sebelum melakukan pencarian literatur; 4) dilakukan pencarian literatur dengan menggunakan keywords dan kriteria inklusi dan eksklusi yang sudah ditentukan; 5) dilakukan ekstraksi dan analisis data; 6) Identifikasi hasil.



Gambar 1. Diagram Prisma

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tinjauan literatur ini meringkas dari 10 jurnal yang membahas tentang aromaterapi untuk mengurangi nyeri pada pasien kanker payudara. Dari kesepuluh artikel tersebut didapatkan bahwa ada 9 artikel yang menyatakan bahwa aromaterapi dapat mengurangi keluhan nyeri pada pasien dengan kanker payudara. Hanya satu artikel yang menyatakan bahwa penggunaan aromaterapi tidak signifikan mengurangi nyeri pada pasien dengan kanker payudara. Aromaterapi yang digunakan ada berbagai macam. Pada literatur ini, jenis aromaterapi yang digunakan adalah ‘ylang-ylang’, ‘orange’, ‘lavender’, ‘peppermint oil’.

Tamaki, et al (2017) menyatakan bahwa tidak ada pengaruh aromaterapi terhadap kualitas hidup, kualitas tidur, dan tanda vital. Namun, tidak ada bahaya atau efek samping apapun dalam penggunaan aromaterapi. Kesan self-reporting seluruhnya bersifat positif seperti santai, nyaman, dan menyenangkan oleh kelompok aromaterapi.

Aromaterapi yang dapat digunakan untuk mengurangi rasa nyeri pada pasien kanker payudara dapat disesuaikan dengan preferensi pasien sehingga dapat memberikan efek yang optimal terhadap keluhan nyeri dan membuat pasien lebih rileks dan nyaman.

Dalam pencarian literatur kemungkinan ada beberapa studi yang memenuhi syarat mungkin terlewatkan, seperti artikel yang diterbitkan tidak dengan bahasa inggris. Dalam pencarian studi ini juga membatasi tahun publikasi yaitu 20 tahun terakhir, sehingga belum

dapat terlihat jelas bagaimana perkembangan terapi komplementer yang salah satunya adalah penggunaan aromaterapi terhadap nyeri pada pasien kanker payudara

KESIMPULAN

Intervensi keperawatan berbasis komplementer seperti pemberian aromaterapi dapat digunakan sebagai alternatif tindakan mandiri keperawatan pada pasien kanker payudara yang mengalami nyeri. Penggunaan aromaterapi pada pasien kanker payudara mudah didapatkan oleh pasien dan tidak ada kerugian yang didapatkan jika tindakan tersebut dilakukan di rumah tanpa pemantauan dari perawat. Nyeri pasien kanker payudara yang dapat berkurang dengan pemberian aromaterapi ini pun dapat meningkatkan kualitas hidup pasien saat menjalankan pengobatan.

UCAPAN TERIMAKASIH

Kami ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah berkontribusi dalam penelitian ini. Terima kasih kepada rekan-rekan sejawat yang telah memberikan saran, dukungan, dan inspirasi selama proses penelitian. Kami juga ingin mengucapkan terima kasih kepada semua partisipan dan responden yang telah meluangkan waktu untuk berpartisipasi dalam penelitian ini. Tak lupa, kami juga mengucapkan terima kasih kepada lembaga atau institusi yang telah memberikan dukungan dan fasilitas dalam menjalankan penelitian ini. Semua kontribusi dan bantuan yang diberikan sangat berarti bagi kelancaran dan kesuksesan penelitian ini. Terima kasih atas segala kerja keras dan kolaborasi yang telah terjalin.

DAFTAR PUSTAKA

- Approach, C. G. (2016). 濟無No Title No Title No Title. August, 1–23.
- Behzadmehr, R., Dastyar, N., Moghadam, M. P., Abavisani, M., & Moradi, M. (2020). Effect of complementary and alternative medicine interventions on cancer related pain among breast cancer patients: A systematic review. *Complementary Therapies in Medicine*, 49(January), 102318. <https://doi.org/10.1016/j.ctim.2020.102318>
- Corasaniti, M. T., Bagetta, G., Morrone, L. A., Tonin, P., Hamamura, K., Hayashi, T., Guida, F., Maione, S., & Scuteri, D. (2023). Efficacy of Essential Oils in Relieving Cancer Pain: A Systematic Review and Meta-Analysis. *International Journal of Molecular Sciences*, 24(8). <https://doi.org/10.3390/ijms24087085>
- Cramer, J. D., et al. (2018). Pain in head and neck cancer survivors: prevalence, predictors, and quality-of-life impact. DOI: 10.1177/0194599818783964
- Deng, C., Xie, Y., Liu, Y., Li, Y., & Xiao, Y. (2022). Aromatherapy Plus Music Therapy Improve Pain Intensity and Anxiety Scores in Patients With Breast Cancer During Perioperative Periods: A Randomized Controlled Trial: Aromatherapy plus Music Therapy on Pain and Anxiety. *Clinical Breast Cancer*, 22(2), 115–120. <https://doi.org/10.1016/j.clbc.2021.05.006>
- Efe Ertürk, N., & Taşçı, S. (2021). The Effects of Peppermint Oil on Nausea, Vomiting and Retching in Cancer Patients Undergoing Chemotherapy: An Open Label Quasi-Randomized Controlled Pilot Study. *Complementary Therapies in Medicine*, 56(March 2020). <https://doi.org/10.1016/j.ctim.2020.102587>
- Ernst, E. (2000). The role of complementary and alternative medicine in cancer. *Lancet Oncology*, 1(3), 176-80. <https://www.proquest.com/scholarly-journals/role-complementary-alternative-medicine-cancer/docview/200927919/se-2>

- IASP. Available online: <https://www.iasp-pain.org/advocacy/global-year/cancer-pain/>
- Leysen, B., Van Daele, A., Verrept, T., & Saeys, W. (2019). Applied physiotherapeutic and occupational therapeutic interventions within palliative care: an exploratory survey. *Progress in Palliative Care*, 27(3), 109–116. <https://doi.org/10.1080/09699260.2019.1632509>
- Louis, M., & Kowalski, S. D. (2002). Use of aromatherapy with hospice patients to decrease pain, anxiety, and depression and to promote an increased sense of well-being. *American Journal of Hospice and Palliative Medicine*, 19(6), 381–386. <https://doi.org/10.1177/104990910201900607>
- Majeed, M. H , et al. (2018). Adequacy of pain control in patients with advanced cancer in Pakistan. <https://doi.org/10.1177/0825859718800490>
- O'smiałowska, E.; Misiąg, W.; Chabowski, M.; Jankowska-Polańska, B. Coping Strategies, Pain, and Quality of Life in Patients with Breast Cancer. *J. Clin. Med.* 2021, 10, 4469. <https://doi.org/10.3390/jcm10194469>
- Russo, M . M dan Sundaramurthi, T. (2019). An overview of cancer pain: epidemiology and pathophysiology. <https://doi.org/10.1016/j.soncn.2019.04.002>
- Scarborough, B. M., & Smith, C. B. (2018). Optimal pain management for patients with cancer in the modern era. *CA: A Cancer Journal for Clinicians*, 68(3), 182–196. <https://doi.org/10.3322/caac.21453>
- Tamaki, K., Fukuyama, A. K., Terukina, S., Kamada, Y., Uehara, K., Arakaki, M., Yamashiro, K., Miyashita, M., Ishida, T., McNamara, K. M., Ohuchi, N., Tamaki, N., & Sasano, H. (2017). Randomized trial of aromatherapy versus conventional care for breast cancer patients during perioperative periods. *Breast Cancer Research and Treatment*, 162(3), 523–531. <https://doi.org/10.1007/s10549-017-4134-7>
- Williams, Amber S, et al. (2022). Efficacy of Inhaled Essential Oil Use on Selected Symptoms Affecting Quality of Life in Patients With Cancer Receiving Infusion Therapies. *Oncology Nursing Forum*, 49(4), 349-358. <https://doi.org/10.1188/22.ON358>
- Wirth, J. H., Hudgins, J. C., & Paice, J. A. (2005). Use of herbal therapies to relieve pain: A review of efficacy and adverse effects. *Pain Management Nursing*, 6(4), 145–167. <https://doi.org/10.1016/j.pmn.2005.08.003>
- xii *Pitocin and Postpartum Hemorrhage Submitted by Janet Lewis-Roach A Direct Practice Improvement Project Presented in Partial Fulfillment of the Requirements for the Degree Doctor of Nursing Practice Grand Canyon University Phoenix , Arizona.* (2018)