

PENURUNAN INTENSITAS NYERI PADA PEREMPUAN DENGAN KANKER PAYUDARA YANG MENJALANI KEMOTHERAPI MELALUI MASSAGE KLASIK

Masliha^{1*}, Irna Nursanti¹, Giri Widakdo¹

1. Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Jakarta, Jakarta 10510, Indonesia

*E-mail: liamasliha09@gmail.com

Abstrak

Kanker payudara memberikan masalah ketidaknyamanan klien, dimana klien akan mengalami nyeri sedang atau *continue* sehingga dapat menurunkan kualitas dan produktifitas hidupnya, Tujuan penelitian untuk mengetahui pengaruh pijat klasik terhadap intensitas nyeri perempuan dengan kanker payudara yang menjalani kemoterapi. Desain penelitian kuantitatif dengan metode *quasi eksperimental* dengan pendekatan *one group pretest dan posttest without control*. sample perempuan yang mengalami kanker payudara 26 orang. Analisa data menggunakan uji statistik *paired T tes* tingkat signifikansi 0,05 dan tingkat kepercayaan 95%. Hasil penelitian didapatkan *p-value* 0.000. Kesimpulan: terdapat perbedaan yang bermakna antara intensitas nyeri perempuan dengan kanker payudara yang menjalani kemoterapi sebelum dan sesudah dilakukan pijatan klasik. Rekomendasi: bagi pihak manajemen RSUD membuat kebijakan dimana pada pasien kanker payudara sebelum mendapatkan obat penghilang nyeri dilakukan tindakan non farmako khususnya masage klasik hal ini untuk mengurangi pengaruh zat kimia bila obat penghilang nyeri tersebut diminum terus menerus.

Kata Kunci : Kanker Payudara, Massage Klasik, Nyeri.

Abstract

Breast cancer gives the client a problem of discomfort, where the client will experience moderate or continuous pain so that it can reduce the quality and productivity of his life. The aim of this study was to determine the effect of classical massage on the pain intensity of women with breast cancer undergoing chemotherapy. Quantitative research design using quasi experimental method with one group pretest and posttest approaches without control. a sample of 26 women who had breast cancer. Data analysis used statistical paired T test with a significance level of 0.05 and a confidence level of 95%. The research results obtained *p-value* 0.000. Conclusion: There is a significant difference between the pain intensity of women with breast cancer who underwent chemotherapy before and after classical massage. Recommendation: for the hospital management to make a policy where in breast cancer patients before getting painkillers, non-pharmacological actions are carried out, especially classical massage, this is to reduce the effect of chemicals if the painkiller is taken continuously.

Keywords: Breast Cancer, Classic Massage, Pain.

Pendahuluan

Kanker Payudara (*Carcinoma mammae*) adalah kondisi pertumbuhan sel sel ganas yang tumbuh dengan cepat atau abnormal dan tidak terkendali bisa dimulai dari sel sel kutan, saluran kelenjar susu, dan sel sel di sekitar luar rongga dada, Sel *Carcinoma mammae* dapat diam di dalam sel sel di badan kita dalam waktu yang lama tanpa kita sadari dan bisa mendadak aktif menjadi ganas atau menjadi sel *Carcinoma mammae* (American Cancer Society, 2016).

Berdasarkan data yang didapat dari kementerian kesehatan Kanker payudara merupakan kanker yang sering terjadi di Indonesia dengan persentase kasus yakni sebesar 43,3% atau sebesar 40 per 100.000 perempuan sedangkan persentase kasus kematian akibat kanker payudara sebesar 12,9% (Kemenkes, 2017). Suatu masalah kesehatan yang sering ditakuti seorang perempuan kanker payudara merupakan salah satu jenis kanker yang sering terjadi pada perempuan di Indonesia dan menempati urutan kedua setelah kanker serviks berdasarkan *Pathological Based Registration* di Indonesia, *Carcinoma mammae* berada di urutan kedua dan cepat meningkat kasus ini dengan kenaikan angka sebesar 18,6% tiap tahunnya setelah kanker servik. (YKI, Data Kanker di Indonesia Tahun, 2018)

Berdasarkan profil kesehatan provinsi Jawa Barat (2017) Salah satu prioritas pembangunan kesehatan, yaitu: penurunan penyakit tidak menular (PTM), yang meliputi: penyakit stroke, hipertensi, diabetes melitus dan kanker diantaranya kanker payudara. Kanker payudara, penyakit ini didominasi oleh wanita (99% kanker payudara terjadi pada wanita), Risiko seumur hidup untuk tumbuhnya kanker payudara sebagian besar terpusat pada periode perimenopause dan pascamenopause

Salah satu penelitian yang dilakukan oleh Indah Sri Wahyuningsih, Kusuma Nur Ikhsan, pada tahun 2015 dengan judul "*Pain In Cancer Patients Undergoing Chemotherapy in dr. Pirngadi Medan Hospital* " mengatakan penyakit kanker

payudara akan memberikan masalah ketidaknyamanan pada klien dengan keluhan klien akan mengalami nyeri sedang atau *continue*.

Nyeri dapat mengganggu kenyamanan seseorang dan dapat menurunkan kualitas dan produktifitas hidupnya. Oleh karena itu kenyamanan merupakan konsep sentral tentang kiat perawatan, kenyamanan sebagai kebutuhan dasar klien yang merupakan goal dari proses pemberian perawatan, teori *comfort* menjadi salah satu pilihan teori keperawatan yang dapat dilakukan langsung di klinik atau rumah sakit karena bersifat umum dan tidak terhadang oleh adat atau kebiasaan pasien. Oleh karena itu teori *comfort* bisa diubah atau di tambahkan sesuai kebutuhan klien masing-masing (March & McCormack, 2016).

Kolcaba memiliki subjektifitas terhadap penilaian nyeri. Telah banyak didokumentasikan dan Lingkungan merupakan faktor eksternal yang bisa diubah untuk membentuk suasana yang nyaman pada pasien, untuk mencapai kebutuhan yang sesuai yang bisa dicapai oleh klien, diantaranya ditentukan dari faktor kenyamanan (Wong, Hockenberry-Eaton, Wilson, Winkelstein, & Schwartz, 2014). Memberikan kenyamanan pada seluruh aspek bio-psiko-sosio-kultural-spiritual dengan memberikan asuhan keperawatan secara komprehensif terhadap intensitas nyeri pada perempuan dengan kanker payudara. Oleh karena itu, teori Kolcaba sesuai untuk diterapkan pada tatanan klien dengan nyeri yang disebabkan kanker payudara yang membutuhkan segenap aspek baik dari dukungan keluarga maupun lingkungan rumah sakit. Salah satu intervensi keperawatan untuk menambah kenyamanan dan penanganan pasien terhadap intensitas nyeri pada kasus kanker payudara adalah teknik relaksasi dengan sebutan *massage* klasik. Terapi ini digunakan oleh pasien sebagai tambahan untuk pengobatan pengelolaan gejala dan mengurangi intensitas nyeri yang sering dirasakan oleh klien.

Massage sendiri mempunyai pengertian sebuah upaya pengalihan nyeri

yang *safe, efektif*, dan tanpa *side effect*, serta bisa dipraktikkan sendiri maupun dengan arahan yang sudah ahli. *Massage* adalah pengalihan perasaan melalui jaringan lunak, biasanya dengan usapan jari tangan untuk menstimulasi dan merelaksasi serta mengurangi tingkat stress (Barbara, Kunz K. 20117). *Massage* dapat bermanfaat memvasodilatasi pembuluh darah dan getah bening serta meningkatkan respon reflek baroreseptor yang mempengaruhi penurunan kerja sistem saraf simpatis dan meningkatkan kerja saraf parasimpatis serta sebagai pemberi impuls aferen mencapai pusat jantung. Akibatnya peredaran darah lancar pada 4 organ gerak dan memperlancar sistem peredaran darah dan jantung, aliran dalam darah meningkat, eliminasi sisa-sisa metabolik semakin lancar sehingga merangsang hormon endorphin yang berfungsi memberikan rasa kenyamanan seseorang, untuk menambah dan menciptakan rasa nyaman, sebuah teknik nonfarmakologi *Massage*, dipercaya sebagai teknik distraksi yang sering dipilih oleh orang yang mengalami nyeri, bekerja secara distraksi *massage* dapat mengalihkan persepsi rasa nyeri yang bisa dilakukan sendiri dan bantuan orang lain (Ackley et al, 2015)

Massage Klasik sendiri adalah teknik relaksasi untuk mengalihkan rasa nyeri dengan cara sentuhan dan tekanan yang lembut dibawah sel sel kulit. Efek relaksasi yang dihasilkan dari *Massage* Klasik dapat mengalihkan rasa nyeri yang diderita oleh pasien kanker payudara, sehingga bisa mengurangi nyeri bertambah berat, dan memberikan rasa nyaman, menstimulasi kulit akan merangsang serat-serat non nosiseptif yang berdiameter besar untuk menutup gerbang bagi serat-serat berdiameter kecil yang menghantarkan nyeri sehingga nyeri dapat dikurangi. (Fengge, Antoni 2015).

Keterbaruan dari teknik relaksasi *massage* klasik ini hanya dilakukan pada bagian area tubuh punggung bagian atas, bahu, kedua tangan sampai punggung tangan dan pijatan pada jari-jari tangan dan bisa dilakukan pada posisi klien duduk tidak harus klien dalam posisi berbaring, *massage* klasik ini bisa di

lakukan 10 – 15 menit tidak membutuhkan waktu lama seperti pada *massage* tubuh lainnya. Hal yang terbaru lainnya dari teknik *massage* klasik ini lebih difokuskan pada area tangan dan pergelangan tangan, karena pada kedua tempat ini ada titik meridian jantung yang melewati dada. Titik ini dapat menolong dalam produksi hormon endorfin ke dalam tubuh yang dapat memperlancar peredaran darah dan menutrisi sel, sehingga menimbulkan efek relak (Fengge, 2012). Efek relaksasi dari *massage* klasik tersebut adalah salah satu teknik yang dapat memberikan rasa nyaman bagi klien, sehingga dapat mengalihkan nyeri yang diderita oleh klien khususnya klien dengan kanker payudara. Serta *massage* klasik bisa membuat klien dan keluarga mandiri dalam mengatasi nyeri, khususnya bagi pasien yang tidak mau dengan menggunakan terapi farmakologis.

Metode

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan menggunakan metode *kuasi eksperimental* dengan pendekatan *one group pretest – posttest*. Dalam penelitian ini teknik sampling yang digunakan yaitu yaitu *nonprobability sampling* dengan teknik *purposive sampling*. Alasan menggunakan teknik *Purposive Sampling* adalah karena tidak semua sampel memiliki kriteria yang sesuai dengan fenomena yang diteliti. Adapun sampel penelitian saat ini berjumlah 26 responden.

Alat pengukuran nyeri klien menggunakan NRS (*Numeric Rating Scale*), karena dapat diaplikasikan pada klien Ca Mamae yang rasa nyerinya dari rentang nyeri sedang sampai berat yang kadang terjadi pula pada penyakit-penyakit umum dan terminal lainnya, dan responden dalam penelitian ini adalah perempuan dengan kanker payudara yang sering mengalami rasa nyeri dengan skala nyeri sedang sampai berat. Hal ini didukung penelitian yang dilakukan oleh Damayani Farastuti dan Endang Widiastuti (2010) yang melakukan penelitian dengan judul “*Penanganan*

Nyeri Pada Keganasan” dimana alat ukurnya menggunakan NRS.

NRS sendiri adalah cara pengukuran skala intensitas nyeri yang sederhana dimana klien di tanyakan rasa nyeri yang dialaminya saat itu dan di aplikasikan di dalam bentuk numeric antara 1 – 10, dengan penjelasan poin dalam rentang nomer sebagai berikut :

1. Score 0 jika nyeri pada angka 4 - 6 (nyeri sedang) nyeri sedikit kuat sehingga dapat mengganggu pola aktivitas.
2. Score 1 jika nyeri pada angka 7 - 10 (nyeri berat) nyeri yang sangat kuat sehingga memerlukan therapy medis dan tidak dapat melakukan pola aktivitas mandiri (*International Association for the Study of Pain (IASP), 2018*)

Nilai score nyeri dalam rentang nilai 1 – 3 tidak dimasukan dalam alat ukur penelitian ini disesuaikan dengan keadaan sample dalam penelitian ini yaitu pasien dengan kanker payudara yang mengalami nyeri sedang atau nyeri continue dalam rentang nilai lebih dari 3.

Pada tahap pengolahan data peneliti, melakukan pengambilan data intensitas nyeri pada pasien kanker payudara sebelum dan sesudah dilakukan intervensi massage klasik.

Analisa data dalam penelitian menggunakan:

1. Uji Rater (Uji Kappa)

Pengujian rater ini dilakukan karena dalam pelaksanaan intervensi penelitian ini melibatkan 2 orang asisten atau lebih (Tim) dalam menilai hasil intervensi yang dilakukan harus di tulis dan di data yang akan memastikan bahwa hasil yang rater buat relevan dengan apa yang kita ukur, Melibatkan rater (Tim) dalam pengembangan alat ukur membantu peneliti dalam mengevaluasi intervensi dalam alat ukur yang kita kembangkan. Fungsi rater tergantung pada kebutuhan yang kita perlukan sesuai dengan rencana penelitian ini. Karna dalam Penelitian ini melibatkan dua orang rater atau tim sebagai penilai, sehingga dalam penelitian ini menggunakan koefisien

kesepakatan Cohen Kappa. Pemilihan ini berdasarkan pada penggunaannya yang dikemukakan oleh Widhiarso, W (2010:2) yaitu, “Penggunaan koefisien kappa tepat digunakan ketika :

- a) Rater yang dipakai tidak banyak, biasanya satu subjek dinilai oleh dua rater.
- b) Skor hasil penilaiannya bersifat kategori. Biasanya juga hanya dua kategori yang dikode 0 atau 1”.

Adapun hasil pengujian rater sebagai berikut: disini rater memperlihatkan konsistensi penilaian antar rater. Terlihat bahwa dari 10 responden yang dinilai, terdapat 8 orang yang dinilai konsisten, yakni 4 orang yang dinilai konsisten, yakni 4 orang sama-sama dinilai intensitas nyeri sedang dan 4 orang sama-sama dinilai mengalami intensitas nyeri berat. Hanya 2 responden yang dinilai berbeda, rater1 menilai intensitas nyeri berat sedangkan rater2 menilai intensitas nyeri sedang. Selain itu, berdasarkan reliabilitas antar rater, yaitu $K = 0,615$, Artinya nilai *kappa rater* termasuk kategori good, hal ini sesuai menurut Fleiss kategori nilai kappa adalah sebagai berikut :

- a. $k < 0.40$ *poor agreement*
- b. $0.40 < k < 0.75$ *good, and*
- c. $k > 0.75$ *excellent agreement.*

2. Analisis Univariat

Analisa univariat dalam penelitian ini menganalisa beberapa karakteristik responden seperti usia, pendidikan dan pekerjaan semuanya dilakukan untuk memperoleh nilai rata-rata hitung dari masing masing karakteristik sebelum perlakuan (*pretest*) dan setelah perlakuan (*posttest*) variabel penelitian.

3. Uji Normalitas

Sebelum dilakukan pengukuran bivariat dalam penelitian ini di terlebih dahulu dilakukan uji normalitas untuk menentukan data yang telah di kumpulkan berdistribusi normal dan dapat menentukan akan menggunakan uji parametrik atau non parametrik, dalam penelitian ini diketahui bahwa nilai signifikansi *Asymp.Sig (2-tailed)*

sebesar 0,711 lebih besar dari 0,05. Maka sesuai dengan dasar pengambilan keputusan dalam uji normalitas *kolmogorov-smirnov* di atas, dapat disimpulkan bahwa data berdistribusi normal. Dengan demikian maka persyaratan atau asumsi normalitas dalam penggunaan *Uji Paired Sample T Test* sudah terpenuhi dan dapat di lanjutkan pengukuran analisa bivariate.

4. *Uji Paired Sample T Test*

Pengukuran persepsi nyeri dalam penelitian ini dilakukan 2 kali yaitu sebelum perlakuan (*pretest*) dan setelah perlakuan (*posttest*). Untuk mengetahui apakah ada perubahan persepsi nyeri, maka dilakukan tabulasi dan analisis data dengan menggunakan uji statistik *Uji Paired Sample T Test* untuk membandingkan data sebelum dan sesudah dilakukan intervensi dengan tingkat signifikansi 0,05 dan tingkat kepercayaan 95%. Bila hasil perhitungan menunjukkan nilai p (p value) $< 0,05$ maka H_0 ditolak yang berarti ada pengaruh sebaliknya bila nilai p (p value) $> 0,05$ maka H_0 gagal ditolak yang berarti tidak ada pengaruh.

Sedangkan gambaran skema penelitian yang dilakukan oleh peneliti terhadap intensitas nyeri pada perempuan dengan kanker payudara, yaitu: Mengajukan perijinan pada komite etik untuk mendapatkan etical clearance, menyampaikan surat pengantar dari Pimpinan Magister Ilmu Keperawatan dan surat persetujuan sebagai responden ditujukan kepada pasien wanita yang menderita kanker selanjutnya ditanda tangani oleh pasien wanita penderita kanker sebagai responden setelah mendapat penjelasan tentang maksud, tujuan, manfaat dan hak responden untuk menolak sebagai sampel penelitian

Segala informasi yang didapat dari responden akan dijaga kerahasiannya dan hanya digunakan untuk kepentingan penelitian ini dan setelah selesai, semua data responden akan dimusnahkan. Sebagai pertimbangan

etik, peneliti meyakinkan bahwa responden terlindungi dengan aspek-aspek *self determinations, privacy, anonymity, confidentiality and protection from discomfort* (Polit & Hungler, 2008)

Hasil

Karakteristik responden berdasarkan Usia, Pendidikan dan Pekerjaan.

Tabel 1. Karakteristik Responden (n=26)

Karakteristik		Jumlah (Orang)	Persentase (%)
Usia	< 30 Tahun	3	11.5
	30 - 40 Tahun	7	26.9
	> 40 Tahun	16	61,6
Pendidikan	SD	7	26.9
	SMP	11	42.3
	SMA	7	26.9
	Akademi	1	3.8
Pekerjaan	Bekerja	11	42.3
	Tidak Bekerja	15	57.7

Berdasarkan kaarakteristik responden pasien kanker payudara, bahwa sebagian besar responden sebanyak 16 orang (61,5%) berusia > 40 tahun. sebagian besar responden sebanyak 11 orang (42,3%) berpendidikan SMP. Dan sebagian besar responden sebanyak 15 orang (57,7%) tidak bekerja.

Tingkat Nyeri Sebelum dan Sesudah Dilakukan Massage Klasik

Tabel 2. Tingkat Nyeri Sebelum dan Sesudah Dilakukan Massage Klasik

Tingkat Nyeri	Sebelum		Sesudah	
	Jumlah	%	Jumlah	%
Nyeri Sedang	7	26.9	23	88.5
Nyeri Berat	19	73.1	3	11.5
Total	26	100	26	100

Sebagian besar responden sebanyak 19 orang (73,1%) mengalami nyeri berat

sebelum dilakukan massage klasik dan sebagian besar responden sebanyak 23 orang (88,5%) mengalami nyeri sedang sesudah dilakukan masage klasik.

Hasil Uji Paired T Test

Tabel 3. Hasil Uji Paired T Test

		Mean	df	P Value
Pair 1	Nyeri Sebelum Massage Klasik – Nyeri Sesudah Massage Klasik	2,615	25	.000

Hasil Uji Paired Samples Test terlihat bahwa rata-rata perbedaan antara tingkat nyeri sebelum dilakukan masage klasik dengan tingkat nyeri sesudah dilakukan masage klasik adalah sebesar 2,615. Artinya ada penurunan tingkat nyeri sesudah intervensi dengan rata-rata penurunan sebesar 2,6 poin. Hasil perhitungan didapatkan $p= 0.000$; $\alpha=0,05$.

Pembahasan

Karakteristik Responden

Kanker payudara merupakan salah satu penyebab utama tingginya angka kematian pada kaum wanita. Berdasarkan data World Health Organization (WHO), pada 2018, diperkirakan ada 627.000 wanita yang meninggal akibat penyakit ini. Kondisi ini sering terjadi karena banyak wanita yang tidak menyadari adanya gejala dan ciri-ciri kanker payudara pada dirinya sedari awal, sehingga baru ke dokter ketika stadiumnya sudah parah.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar pasien yang mengalami kanker payudara sebagian besar berusia > 40 tahun. Sesuai teori bahwa semakin bertambahnya usia akan semakin rentan seseorang perempuan untuk terkena kanker payudara. Risiko terkena kanker payudara akan meningkat ketika seorang perempuan sudah berusia di atas 50 tahun. Makin meningkatnya usia imun tubuh makin menurun dan kemampuan perbaikan sel yang lambat dan terjadinya

proses degeneratif pada perempuan maka lebih cepat terkena beberapa masalah kesehatan sampai dengan kanker, kaitanya dengan massage klasik pada usia lansia apalagi dengan masalah kesehatan kanker payudara, *massage klasik* ini akan lebih menambah rasa relaks dan membuat pasien tersebut merasakan kenyamanan. Hal ini sesuai dengan penelitian Marice Sihombing, Aprilidah Nur Sapardin bahwa kanker payudara Memiliki hubungan yang bermakna dengan usia > 40 tahun dimana berdasarkan uji korelasi Spearman's rho menunjukkan bahwa pada taraf kepercayaan 95%, terdapat korelasi usia dengan kejadian kanker payudara di RSUP H. Adam Malik Medan tahun 2014-2015 dengan nilai probabilitas sebesar 0,001 ($p < 0,05$) yang berarti bahwa kejadian kanker payudara berhubungan lurus dengan penambahan usia.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar pasien yang mengalami kanker payudara, berpendidikan SMP. Banyak teori mengatakan bahwa Perempuan pada umur sekolah biasanya banyak terjadi perubahan hormonal yang tidak normal ditambah dengan kebiasaan hygiene pada daerah payudara yang kurang diperhatikan, Hal ini bisa jadi, perempuan pada masa sekolah kurang pengetahuan dan kurangnya pendidikan **kebersihan** dan kesehatan payudara sehingga bisa mengalami kanker payudara, juga bisa disebabkan sebelumnya tidak memahami cara mendeteksi dini adanya kanker payudara, ketidaktahuan ini berpengaruh terhadap timbulnya kanker payudara pada perempuan usia sekolah. Dikaitkan dengan tindakan massage klasik, jika tindakan massage klasik ini di lakukan pada perempuan usia produktif dalam hal ini usia sekolah atau anak SMP, tindakan ini dapat menambah rasa rileks dan membantu memperlancar sirkulasi darah sehingga diharapkan hormone pun menjadi normal dan tidak terganggu, tentunya tindakan massage klasik ini bisa dilakukan Redemo pada anak usia sekolah atau pada keluarganya, tindakan massage ini juga bisa di lakukan secara bersamaan dalam tindakan SADARI (Periksa Payudara Sendiri). Hal ini sesuai dengan hasil penelitian Alfiati Nanda

Widiyaningrum, Dewi Rokhanawati (2017), dikatakan bahwa ada pengaruh pendidikan kesehatan tentang kanker payudara terhadap sikap melakukan SADARI siswi SMAN 1 Turi, ditunjukkan dengan Hasil uji independent sample t-test diperoleh p-value sebesar $0,000 < 0,05$. Didukung penelitian Ika Agustina dan Maria Ulfa (2014) bahwa terdapat pengaruh pendidikan kesehatan tentang kanker payudara terhadap pengetahuan dan sikap tentang pemeriksaan payudara sendiri. Hal ini kalau dibiarkan ke depannya banyak kejadian kanker payudara yang tidak dideteksi dengan dini yang dampaknya pasien datang di rumah sakit dalam kondisi parah. Oleh karena itu hendaknya setiap perempuan khususnya yang berusia sekolah juga perempuan di atas 30 tahun rajin melakukan pemeriksaan payudara sendiri sehingga ketika ditemukan kelainan bisa dideteksi dengan cepat.

Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar pasien yang mengalami kanker payudara tidak bekerja. Karena suatu pekerjaan juga dapat mempengaruhi nyeri seseorang jika pekerjaan ringan tidak akan menambah rasa nyeri seseorang, jika pekerjaan yang dilakukan oleh seseorang itu berat dapat mungkin menambah rasa nyeri yang diderita, tetapi biasanya pada perempuan dengan kanker payudara ada keluhan seperti mual, muntah, bahkan kadang intensitas nyeri yang sering muncul sehingga timbulnya ketidaknyamanan pada perempuan dengan kanker payudara, oleh karena itu kebanyakan pasien dengan kanker payudara memilih diam di rumah atau tidak bekerja, bahkan ada yang memilih resign atau berhenti bekerja karena efek samping yang di timbulkan dan lebih banyak beristirahat, walaupun Salah satu cara mencegah kanker adalah dengan banyak bergerak, sebab risiko kanker akan meningkat jika tubuh kurang aktif digerakkan itu terlihat berlaku untuk perempuan yang masih sehat. Kaitanya dengan massage klasik dengan pekerjaan dalam penelitian ini, massage klasik di percaya menambah rasa relax dan rasa nyaman, dari rasa nyaman tersebut diharapkan intensitas nyeri pada perempuan dengan kanker payudara

menurun sehingga pasien bisa beraktifitas minimal melakukan *Activity Daily Living* sendiri tanpa dibantu oleh keluarga atau orang lain.

Penelitian mengungkap, bahwa wanita yang aktif bergerak memiliki risiko yang lebih rendah untuk mengidap kanker payudara dibandingkan yang tidak aktif bergerak. Aktivitas fisik, terutama bagi wanita yang sudah mengalami menopause, dapat mencegah pertumbuhan kanker dengan meningkatkan kekebalan tubuh, menurunkan kadar hormon, kadar insulin, dan faktor pertumbuhan serupa insulin (*insulin-like growth factor*), serta menjaga berat tubuh tetap ideal, baik wanita yang memasuki masa menopause maupun wanita remaja yang aktif bergerak, mereka memiliki peluang lebih sedikit untuk mengidap kanker payudara dibandingkan yang tidak. Aktivitas fisik yang dilakukan akan paling efektif berpengaruh pada wanita dengan berat tubuh sehat dan dilakukan selama 30-60 menit per hari.

Intensitas Nyeri Sebelum dan Sesudah Dilakukan Massage Klasik

Hasil penelitian didapatkan data sebagian besar responden mengalami nyeri berat sebelum dilakukan massage klasik. Intensitas nyeri pada pasien kanker payudara muncul sebagai akibat dari penyakit kanker atau sebagai akibat dari efek pengobatan kemoterapi bagi pasien yang mendapatkan kemoterapi. Intensitas nyeri pada pasien kanker payudara menunjukkan bahwa sebagian besar pasien mengalami nyeri berat. Nyeri berat adalah nyeri terus-menerus, dan kadang membuat aktivitas pasien tersebut terganggu.

Hal ini sesuai dengan hasil penelitian Indah Sri Wahyuningsih dan Kusuma Nur Ikhsan bahwa efek samping dari kemoterapi diantaranya mual, muntah dan nyeri. Nyeri merupakan keluhan umum pasien pasca pengobatan pada penderita kanker dalam intensitas yang berbeda. Intensitas nyeri yang tidak diidentifikasi lebih lanjut akan berdampak pada aktivitas pasien dan hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar pasien kanker yang menjalani kemoterapi mengalami nyeri.

Sedangkan hasil penelitian sesudah dilakukan masage klasik pasien kanker payudara mengalami nyeri sedang. Penurunan respon nyeri ini bisa jadi karena adanya stimulus berupa massage. Adapun manfaat massage klasik diantaranya: memberikan kenyamanan, mengurangi rasa sakit, membantu relaksasi, memperbaiki sirkulasi darah, dan meningkatkan kerja system organ, sehingga dapat mengeluarkan zat-zat beracun dan pada inti dari massage klasik ini adalah fokus distraksi sehingga timbul relaksasi dan mengalihkan rasa nyeri sehingga timbul kenyanmana pada pasien. Hal ini sesuai dengan penelitian Puput Nur Fadilah, Puji Astuti, Wesiana Heris Santy menyebutkan dalam penelitiannya bahwa ada pengaruh pemberian teknik relaksasi hand massage terhadap nyeri pada pasien kanker payudara. Maka dari itu perlu adanya kerjasama antara perawat dengan keluarga pasien terutama dalam menurunkan respon nyeri terutama sebelum penggunaan obat-obatan, sehingga pihak keluarga dapat melakukan hand massage untuk mengurangi nyeri pasien.

Hasil Uji Paired Samples T Test

Hasil penelitian menggunakan *Paired Samples T Test* didapatkan ($p= 0.000$; $\alpha: 0,05$). Hal ini berarti H_0 ditolak dan menyimpulkan bahwa secara statistik terdapat pengaruh yang bermakna terhadap intensitas nyeri pada perempuan dengan kanker payudara yang menjalani kemoterapi sebelum dan sesudah dilakukan pijatan klasik di Rumah Sakit Umum di Wilayah Kabupaten Indramayu. Hal ini berarti pasien kanker payudara yang dilakukan masage klasik mengalami penurunan intensitas nyeri karena massage klasik dengan pijatannya merangsang pengeluaran hormon endorfin yaitu hormon yang merupakan penekan atau penghilang rasa nyeri alami yang diproduksi oleh tubuh manusia, berawal dari Teknik *massage* klasik di dalamnya terdapat tekanan melingkar yang diterapkan pada punggung tangan dan telapak tangan, memutar dengan kuat, mengetuk seperti perkusi, dan kemudian meregangkan. Diyakini mekanisme

penutupan gate (gerbang) nyeri dapat terlihat saat seorang perawat menggosok, mengusap, memijat punggung klien, pijatan itu menstimulus neurotransmitter (neuron beta A, neurotransmitter penghambat) pada alur syaraf desenden melepaskan opiat endogen seperti endorfin dan dinorfin, neuromodulator ini menutup mekanisme pertahanan dengan menghambat pelepasan substansi P ke syaraf sehingga nyeri berkurang, dalam tindakan *Massage* klasik dilakukan dengan memfokuskan *massage* pada area belakang tubuh lalu ke area punggung tangan serta area pergelangan tangan, dipercaya dikedua titik letak tersebut ada titik meridian ke arah jantung yang melewati dada. Meridian ini juga menstimulus dalam melepas hormon endorfin ke dalam aliran darah dalam tubuh sehingga membuat aliran darah dalam tubuh menjadi lancar dan menutrisi sel, sehingga terjadinya efek relaksasi. Efek relaksasi dari *massage* klasik tersebut adalah salah satu bentuk nyata timbulnya rasa ketenangan yang dapat membantu kenyamanan bagi pasien yang merasakan nyeri, sehingga dapat menurunkan rasa nyeri yang dirasakan oleh klien khususnya klien dengan kanker payudara.

Penurunan atau berkurangnya intensitas nyeri ini di harapkan timbulnya rasa kenyamanan untuk klien, sesuai dengan teori yang di jelaskan oleh *Cathrine Colcaba* Kenyamanan merupakan konsep sentral dalam pemberian asuhan atau pengobatan seorang pasien, kenyamanan merupakan hal dasar yang di butuhkan untuk pasien dalam kebutuhan sehari harinya sehingga klien dapat melakukan aktivitasnya sehari hari, bahkan rasa kenyamanan (*Comfort*) menurut *Cathrine Colcaba* dijadikan salah satu tujuan dalam pemberian asuhan keperawatan baik di pelayanan klinik maupun di masyarakat.

Hal ini sesuai dengan hasil penelitian Reni Devianti Usman (2009) bahwa terdapat perbedaan rata-rata intensitas nyeri pada kelompok kontrol dan kelompok intervensi ($p=0,000$), namun terdapat penurunan intensitas nyeri yang lebih besar pada kelompok intervensi jika dibandingkan dengan rata-rata penurunan

intensitas nyeri pada kelompok kontrol (kelompok intervensi 1,21; kontrol 0,81) didukung penelitian Márcia Lúcia Sousa Dias Alves et all yang diterbitkan dalam *International Journal of Nursing* December 2016, Vol. 3, No. 2, bahwa Efek terapi pijat pada kanker menghilangkan rasa sakit, mengurangi kecemasan, depresi dan mual dan meningkatkan kesejahteraan.

Intensitas Nyeri pada pasien kanker payudara muncul sebagai akibat dari penyakit kanker atau sebagai akibat dari efek pengobatan kemoterapi bagi pasien yang mendapatkan kemoterapi (National Cancer Institute, 2016). Nyeri pada kanker payudara menunjukkan bahwa sebagian besar pasien mengalami nyeri sedang. Nyeri sedang adalah nyeri terus-menerus, aktivitas terganggu yang hanya hilang bila penderita tidur (D Arcy, 2017). Nyeri terjadi apabila terjadi kerusakan jaringan atau mengancam jaringan. Proses terjadinya nyeri melalui proses transduksi, transmisi, modulasi dan persepsi. Pada proses persepsi inilah muncul beberapa faktor fisiologis, emosional dan perilaku sebagai respon mempersepsikan nyeri tersebut. Proses persepsi ini menjadikan nyeri tersebut suatu fenomena yang melibatkan multidimensional, dan Karakteristik nyeri pada pasien kanker seringkali dikaitkan dengan usia, jenis kelamin, frekuensi kemoterapi karna Usia merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi dalam mengambil keputusan karena semakin tua umur seseorang maka akan semakin rendah kondisi tubuh seseorang. Intensitas Nyeri sering dikaitkan dengan usia karena kejadian kanker meningkat seiring bertambahnya usia (White et al, 2014). Kehadiran rasa sakit dapat menyebabkan kecemasan dan depresi. Hal ini sesuai dengan penelitian Tanya Brigitte Buchrieser yang diterbitkan dalam "The Journal of Palliative Medicine", vol. 5, no. 6, pp. 857–864, 2015 bahwa Nyeri dan kesusahan / kecemasan kemungkinan disebabkan oleh kanker payudara dan / atau medis perawatan yang berhubungan dengan penyakit ini.

Ucapan Terima Kasih

Terima kasih untuk Kepala Dinas Kesehatan Kabupaten Indramayu, dr. H. Deden Boni Koswara, MM yang telah memberikan izin dan suamiku (Indra Ruswadi) beserta anakku (Syailendra Zunnur'ain Ruswadi) dan Rheana Zaneeta Ruswadi) yang tiada lelah mendukung dengan usaha dan do'a .

Referensi

- American Cancer Society 2016, *Global Cancer facts & figure* dikutip dari : <http://respiratory.usu.ac.id> tanggal 20 januari 2020
- Barbara, Kunz K. (2017). *Reflexiology Health at Your Finger*. London, Dorling Kindersley Limited
- Farastuti D. and Windiastuti E., 2010, Penanganan Nyeri pada Keganasan, *Sari Pediatri*, 7 (3), 153–1
- Fengge, Antoni. (2015). *Terapi Akupresur: Manfaat & Teknik Pengobatan*. Yogyakarta, Crop Circle Corp
- IASP, 2018, Epidemiology of Cancer Pain, *International Association for the Study of Pain*, 1–2
- Indah Sri Wahyuningsih , Kusuma Nur Ikhsan, 2016 *Nursing Conference Tema : Pain in cancer patients undergoing chemotherapy*
- Widiyaningrum, Dewi Rokhanawati (2017), pengaruh pendidikan kesehatan tentang kanker payudara terhadap sikap melakukan SADARI siswi SMAN 1 Turi
- Marice Sihombing, Aprilidah Nur Sapardin (2015) hubungan usia dengan kejadian kanker payudara
- Indah Sri Wahyuningsih , Kusuma Nur Ikhsan, 2016 *Nursing Conference Tema : "Nurse Roles in Providing Spiritual Care in Hospital, Nyeri Pada Pasien Kanker Yang Menjalani Kemoterapi*.
- Kementrian Kesehatan RI, 2017, Pusat Data dan Informasi Kementrian RI tentang Situasi Penyakit Kanker, *infodatin-Kanker*, hal 3.

- March & McCormack, 2016 The Management of Cancer Pain, CA: A *Cancer Journal for clinicians*, 61 (3), 157–182.
- Puput Nur Fadilah, Puji Astuti, Wesiana Heris Santy 2015 nursing research Pengaruh Teknik Relaksasi Hand Massage Terhadap Nyeri Pada Pasien Kanker Payudara Di Yayasan Kanker Indonesia Surabaya
- WHO, 2018, *Global Cancer facts & figure*, American Cancer Society, Inc, Amerika diakses dari : <http://respiratory.usu.ac.id> tanggal 18 Desember 2019
- American Cancer Society, Inc, Amerika National Cancer Institute, 2016 diakses dari : <http://respiratory.usu.ac.id> tanggal 18 Desember 2019
- Tanya Brigitte Buchrieser (2015) ” *The Journal of Palliative Medicine*, vol. 5, no. 6, pp. 857–864,
- Wong, Hockenberry-Eaton, Wilson, Winkelstein, & Schwartz, 2014 The Management of Cancer Pain, CA: A *Cancer Journal for clinicians*, 61
- YKI, Data Kanker di Indonesia Tahun, (2018) diakses dari : <http://respiratory.usu.ac.id> tanggal 18 Desember 2019
- Laporan tahunan Dines Kesehatan Provinsi jawa barat (2017) diakses dari : <http://respiratory.usu.ac.id> tanggal 18 Desember 2019
- Ackley et al, *The effect of acupressure or massage application on chemotherapy-induced nausea, vomiting, and anxiety in patients with breast cancer.* (2015)