

PENGGUNAAN PIJAT REFLEKSI UNTUK MENGURANGI NYERI PADA PASIEN KANKER PAYUDARA

Hasni¹, Melty², Kadek Ayu Erika³, Mulhaeriah⁴
Universitas Hasanuddin^{1,2,3,4}
hasni071080@gmail.com¹

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mereview keefektifan pijat refleksi terhadap pengurangan nyeri pada pasien kanker payudara. Metode penelitian yang digunakan adalah penulisan tinjauan sistematis menggunakan penelusuran hasil-hasil publikasi ilmiah yang dipublikasikan antara tahun 2016 sampai 2021 melalui elektronik data base internasional seperti PubMed, ProQuest, CINAHL dan Cochrane yang kemudian mengikuti pedoman PRISMA serta pertanyaan penelitian menggunakan PICO. Hasil penelitian menunjukkan bahwa delapan artikel dari penelusuran yang terdapat enam artikel RCT dan dua artikel kohort yang kemudian pada setiap artikel memberikan intervensi yang sama yaitu intervensi pijat refleksi terhadap penurunan nyeri pada pasien kanker payudara yang kemudian didapatkan hasil yaitu berkurangnya nyeri yang dirasakan oleh pasien kanker payudara. Simpulan, semua artikel menunjukkan keefektifan pijat refleksi untuk mengurangi nyeri pada pasien kanker payudara.

Kata Kunci: Kanker Payudara, Nyeri, Pijat Refleksi

ABSTRACT

This study aims to review the effectiveness of reflexology on pain reduction in breast cancer patients. The research method used is writing a systematic review using search results of scientific publications published between 2016 and 2021 through international electronic databases such as PubMed, ProQuest, CINAHL, and Cochrane, which then follows PRISMA guidelines and research questions using PICO. The results showed that eight articles from the search contained six RCT articles and two cohort articles than in each piece provided the same intervention, namely reflexology intervention to reduce pain in breast cancer patients which later resulted in reduced pain felt by breast cancer patients. . In conclusion, all articles show the effectiveness of reflexology to reduce pain in breast cancer patients.

Keywords: Breast Cancer, Pain, Reflexology

PENDAHULUAN

Kanker payudara merupakan salah satu tantangan kesehatan masyarakat yang utama di dunia dimana hingga saat ini prevalensi penderita kanker payudara terus mengalami peningkatan menurut data yang diperoleh dari *World Health Organization* (WHO), didapatkan 2.1 juta penderita kanker payudara pada tahun 2018 yang kemudian mengalami peningkatan

pada tahun 2020 menjadi 7.8 juta penderita akan mengalami peningkatan sebesar 56 % (WHO, 2021). Sedangkan di Indonesia, menurut data yang di peroleh dari Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) Prevalensi kanker payudara juga mengalami peningkatan dimana pada tahun 2013 di laporkan terdapat 1.4 per 1000 penderita kemudian mengalami peningkatan pada tahun 2018 menjadi 1.79 per 1000 penderita (Kementerian Kesehatan RI, 2018). Dengan meningkatnya jumlah penderita kanker payudara baik itu secara dunia maupun nasional maka akan menambah beban dalam pengobatan dan perawatan.

Perawatan pada kanker payudara mempengaruhi kualitas hidup pada penderita. Gejala yang paling sering dihadapi oleh para penderita kanker payudara adalah insomnia, kelelahan, kecemasan, dan yang paling umum dirasakan adalah nyeri pada payudara (Villar et al., 2017). Meskipun gejala yang paling umum dirasakan pada penderita kanker payudara adalah nyeri, namun masih ada beberapa gejala lain juga yang dapat dirasakan oleh penderita kanker payudara seperti lekas marah, gangguan psikologis dan juga gangguan kognitif (Mazor et al., 2017). Dengan adanya gejala nyeri yang dirasakan tersebut dapat menyebabkan aktifitas sehari-hari penderita terganggu, tekanan psikologis, penurunan aktifitas sosial dan akhirnya pengurangan kualitas hidup dan bahkan dapat mengakibatkan terjadinya gangguan tidur pada penderita (Gabriel & Mayers, 2019; Mansano-Schlosser & Ceolim, 2017). Oleh karena itu, untuk mengatasi nyeri yang dirasakan oleh penderita kanker payudara maka di perlukan berbagai intervensi untuk mengatasi baik itu intervensi dengan cara pengobatan secara farmakologi maupun secara non farmakologi.

Ada berbagai macam terapi non farmakologis yang dapat diberikan untuk mengurangi nyeri pada pasien kanker payudara seperti pemberian obat topical analgesik, ekserkise, terapi pijat refleksi dan behavioral (Unlu et al., 2018). Dari beberapa terapi non farmakologi tersebut maka menurut penelitian yang telah dilakukan oleh Tarrasch et al., (2018) mengatakan bahwa salah satu terapi yang efektif untuk mengurangi nyeri pada pasien dengan kanker payudara adalah pijat refleksi, karena pemberian pijat refleksi akan memberikan energi meridian yang berada di kaki yang akan mengakibatkan pasien terangsang secara spontan kemudian dialirkan gelombang otak theta dan meneruskan ke saraf organ yang mengalami gangguan sehingga nyeri dapat berkurang. Penggunaan pijat refleksi juga dapat meningkatkan spiritual pada pasien dengan kanker payudara (Miller et al., 2021). Dengan adanya efek yang positif ini maka akan meningkatkan kualitas hidup pada penderita kanker payudara.

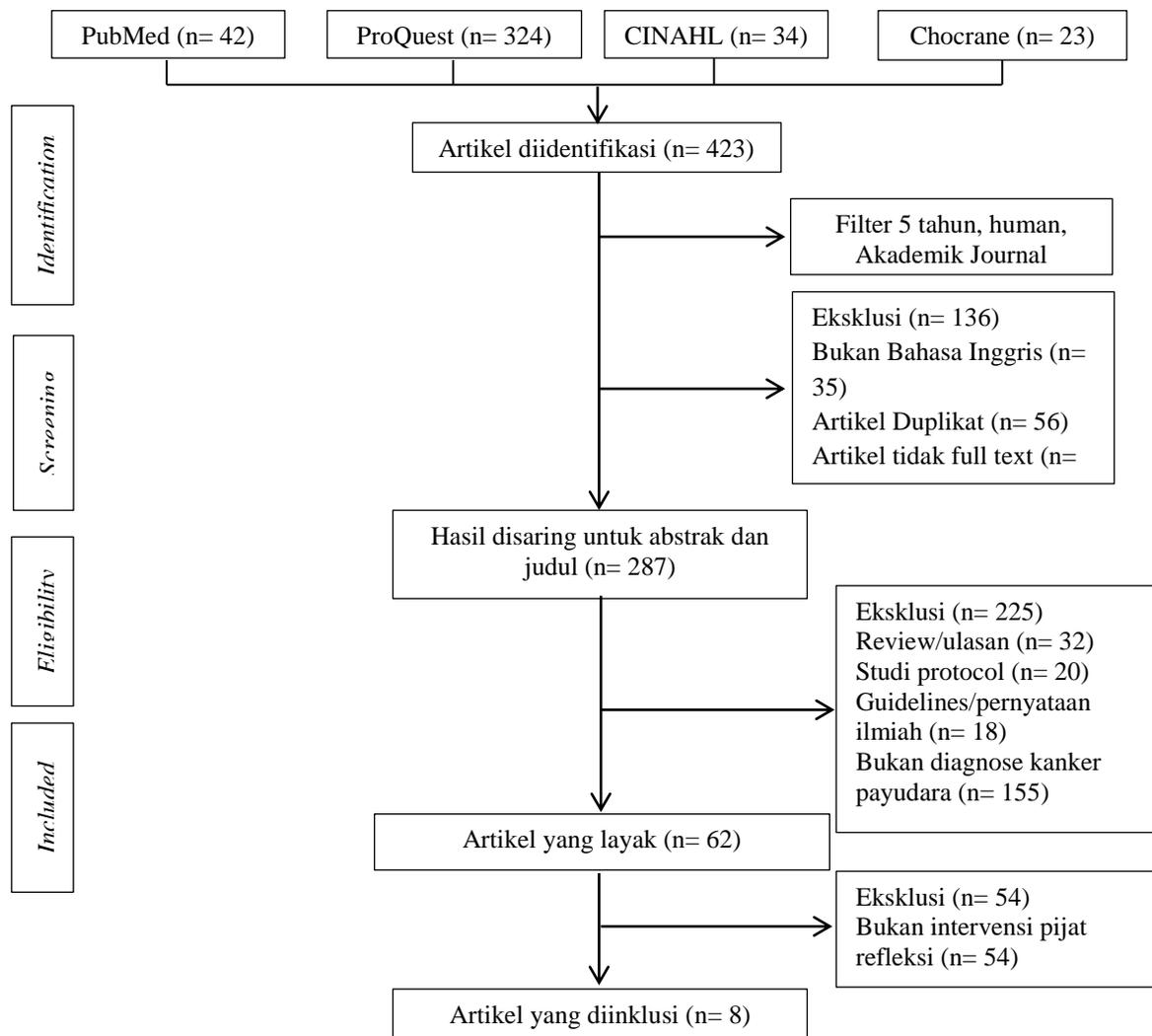
Penelitian sebelumnya telah melakukan ulasan *systematic review* tentang pengaruh terapi pijat refleksi, progressive muscular relaksasi dalam meningkatkan perbaikan kualitas hidup dan juga penurunan nyeri pada pasien kanker secara umum (Lopes-Júnior et al., 2020). Akan tetapi belum ditemukan penelitian *systematic review* yang membahas mengenai efektifitas penggunaan tehnik pijat refleksi yang berfokus pada pasien kanker payudara, sehingga peneliti memutuskan untuk melakukan penelitian tentang efektifitas pijat refleksi terhadap pengurangan nyeri pada pasien kanker payudara. Tujuan dari sistematik review ini adalah untuk mengidentifikasi keefektifan penggunaan terapi pijat refleksi terhadap pengurangan nyeri pada pasien kanker payudara.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini dikembangkan dengan metode *systematic review*. Penelitian ini dilakukan dengan pendekatan sesuai dengan pedoman PRISMA. Dengan melakukan pencarian literature dengan cara manual pada database yang telah ditentukan seperti *PubMed*, *ProQuest*, *CINAHL*

dan *Cochrane*. Kata kunci untuk pencarian artikel yaitu Breast Cancer OR Ca Mammae OR Cancer Mammae AND Pain OR Illnes AND Reflexology OR Reflection Massage OR Refleksi technique. Kriteria inklusi adalah (1) artikel yang diterbitkan 5 tahun terakhir antara tahun 2016 sampai dengan tahun 2021, (2) artikel yang berbahasa inggris , (3) fulltext, (4) terdiri dari studi cohort, study cross sectional, uji coba terkontrol dan study kualitatif.

Pedoman untuk menganalisis menggunakan Critical Apraisal Skills Programme Tolls (CASP) yaitu Randomized Controlled Trial (RCT) shecklist menggunakan 11 pertanyaan (CASP, 2020) . Cohort study checklist 12 pertanyaan Critical Apraisal Skills Programme (Critical Appraisal Skills Programme (CASP), 2018). Tujuan dari penilaian ini adalah untuk menilai kualitas dari suatu penelitian dan untuk menentukan sejauh mana bias yang dialami pada desain beserta analisisnya. Hasil penilaian ini yang akan memberikan informasi mengenai sintetis dan kesimpulan dari hasil penelitian.



Gambar. 1
Diagram Prisma

Pada penelitian ini menggunakan alat ekstraksi yang menjadi pedoman dan sesuai tujuan penelitian dengan berpedoman pada PRISMA yang merupakan protocol dan pemilihan study. Pedoman PRISMA adalah suatu alat instrumen berdasarkan bukti setiap item untuk melaporkan dalam tinjauan sistematis dan analisis (CASD, 2018). Sebanyak 423 artikel yang di dapatkan pada sat pencarian pada semua data base yang digunakan, kemudian setelah dilakukan penyaringan terhadap artikel yang tidak berbahasa inggris, artikel duplikat atau ganda serta artikel yang teks lengkap maka sisa artikel yang di dapatkan yaitu sebanyak 287 artikel kemudian dilakukan lagi penyaringan terhadap artikel pasien dewasa dengan diagnose bukan kanker payudara, penelitian sekunder atau review, study protokol dan gudlines maka sisa artikel yang di dapatkan yaitu sebanyak 62. Kemudian dari 62 artikel tersebut, hanya delapan artikel yang membahas tentang intervensi pijat dan refleksi dan memenuhi syarat sesuai kriteria eligibilitas. Delapan artikel ini kemudian di evaluasi kecocokan dan keakuratannya sehingga ditetapkan ada delapan artikel yang terinklusi yang terdiri dari enam artikel studi Randomised Controlled Trial (RCT), dua artikel Kohort Study.

HASIL PENELITIAN

Tabel. 1
Literatur Review

Pengarang, Judul, Jenis Literatur	Tahun	Tujuan	Hasil Temuan
Ben-Horin et al., Acupuncture and Reflexology For Chemoterapi Induced Peripheral Neuropaty in Breast Cancer, Analysis Restrospective (Study Kohort)	2017	CIPN (Pengobatan neuropati perifer akibat kemoterapi	Gabungan akupuntur dan reflexologi (pijat refleksi) mampu mengurangi nyeri dan neuropati pada kanker payudara.
Sikorskii et al., Sympton Response analysis of a randomized controlled trial of reflexology for symptom management among women with advanced breast cancer, RCT	2020	Untuk memeriksa respon gejala dari intervensi reflexologi pada wanita dengan kanker payudara stadium lanjut yang mengalami kemoterapi dan terapi hormonal.	Pijat refleksi lebih berhasil mengurangi nyeri di banding kelompok control dengan (OR: 1.84, 95% CI (1.05,3.23, P=0.3) pada kelompok refleksi lebih besar respon gejala yang di alami misalnya gangguan tidur. Pijat refleksi dengan pendampingan bersama keluarga mampu menurunkan nyeri pasien.
Luo et al., Health Care Service utilization and work related productivity in reflexology intervention for advanced breast cancer woman, RCT	2019	Untuk menentukan terapi pijat refleksi terhadap wanita dengan kanker payudara dalam penggunaan layanan kesehatan.	Pasien pada kelompok reflexologi, tidak memiliki keinginan untuk kerumah sakit, kelompok pijat refleksi dan kontrol. OR (odds ratio) OR= 0.49, 95 %. Confidance Interval (CI) = 0.25,0.97. Kelompok reflexologi lebih kecil ketidakhadiran kepelayanan kesehatan di bandingkan kelompok kontrol.

NourMohammadi et al., The effects of reflexology on fatigue severity of patient with cancer. RCT	2019	Untuk mengetahui efek pijat refleksi terhadap rasa kelelahan dan nyeri pada kanker payudara.	Pada kelompok intervensi (45.44+5.30) dan kelompok kontrol (43.66+_7.68) sebelum intervensi ($P>0.05$), setelah dilakukan intervensi, dapat dikatakan jika terdapat perbedaan yang signifikan pada kelelahan beserta nyeri, yaitu kelompok intervensi (20.66+_4.54) dan kontrol (40.36+_9.58).
Dilaveri et al., Masage compared with message plus acupuncture for breast cancer. RCT	2020	Membandingkan antara terapi pijat biasa dengan terapi pijat refleksi yang dapat mengurangi nyeri, kecemasan, kelelahan.	Stres menurun dari awal untuk kelompok pijat saja dan kelompok pijat + akupuntur, massage saja ($P=0.03$) dan ($P=0.04$), kelelahan, kecemasan, relaksasi, mual, nyeri, suasana tidur tidak berbeda jika pasien di Tanya, penelitian 100% (19/19) jika massage saja dan 94% (17/18) massage + akupuntur grup yang berkata yes ($P=0.49$).
Wyath et al., A randomized clinical trial of care givers-delivered reflexologi for symptom management during breast cancer treatment, RCT	2018	Untuk mengetahui efek intervensi pijat refleksi pada kanker payudara yang menjalani kemoterapi untuk mengurangi nyeri dan meningkatkan kualitas hidup pada pasien kemoterapi stadium lanjut.	Signifikansi rata-rata keparahan gejala ($P=0.2$), efek intervensi dan gejala beserta gangguan <0.1 lebih dari 11 minggu pada kelompok intervensi (reflexology) dibandingkan kelompok kontrol. Pada minggu kelima dan 11 fokus pada kualitas hubungan antara keluarga dan pasien, kepuasan pasien, gejala ringan ($P=0.2$) yang artinya terjadi pengurangan signifikan pada pengurangan nyeri
Tarrasch et al., The effect reflexology on the pain- insomnia-fatigue disturbance cluster of breast cancer patients during adjuvant radiation therapy, Study Kohort	2018	Pengaruh pijat refleksi terhadap nyeri, insomnia, kelelahan pada pasien kanker payudara yang menjalani terapi radiasi.	Melibatkan 58 wanita kelompok reflexology menunjukkan statistik signifikan selama 5 minggu terapi radiasi ($P<0.001$) di banding kelompok kontrol. Kualitas kelompok kontrol memburuk setelah 8 minggu radiasi terapi ($P<0.01$) dan ($P<0.05$) dengan kelompok yang menggunakan pijat refleksi, dan meningkatkan kualitas tidur setelah 10 minggu perlakuan ($P<0.05$) terjadi penurunan nyeri.
Miller et al., Pain and Sritually outcomes among women with advanced breast cancer participating in afoot reflexologi trial. RCT	2021	Untuk mengetahui nyeri dan spiritual yang berhubungan dengan demografi klinis, serta bagaimana mengatasi rasa nyeri dan spiritual yang berhubungan dengan intervensi.	Pada kelompok intervensi /reflexiologi mean nyeri yaitu 3.57 (SD= 2.59) dan mean spiritual yaitu 3.18 (SD=0.7), pada kelompok control nilai nyeri 3.63 (SD=2.83) dan nilai spiritual yaitu 3.22 (SD=0.56) Sehingga terjadi peningkatan spiritual pasien.

Menurut penelitian Ben-Horin penggunaan terapi pijat refleksi mampu mengurangi nyeri dan neuropati pada pasien kanker payudara dengan menggunakan penelitian kohort dan semua pasien adalah perempuan semua dengan usia mereka rata-rata 44 tahun (31-69). Median usia 41 tahun kisaran (32-69). Usia rata-rata pada dua kelompok adalah 49 tahun, dua puluh (71%) pasien memiliki stadium 1 atau stadium awal sementara 8 (29%) terdapat penyakit metastase stadium 3-4. Dua dari 4 pasien memiliki metastase penyakit paru-paru dan 2 diantaranya memiliki penyakit tulang. Pada pasien tidak ada yang mempunyai gangguan pada pendengaran. Pada pasien kanker menerima pengobatan dan terapi kanker payudara 71 % atau sama dengan 20 pasien. Pasien yang memiliki neuropati sensorik, 7 orang (25%), neuropati motorik 1 orang (49%), yang memiliki neuropati sensorik dan motorik adalah 2 pasien (10%) dan 20 pasien dengan tingkat 1-2, gejala pada 12 bulan sebelum menggunakan terapi pijat refleksi dan akupuntur, 8 pasien yang mengalami neuropati grade 3 dan 4 terjadi penurunan nyeri dan penurunan neuropati yang signifikan setelah dua bulan di evaluasi.

Penelitian lain yang merupakan penelitian RCT dengan sampel wanita (N=209), rata-rata berumur 55 tahun dan kebanyakan sudah menikah dan tinggal bersama suami. 1/3 memiliki kanker berulang, 60 % menderita kanker metastase dan 82% menerima kemoterapi dan 18 % menerima terapi hormonal. Nyeri sedang-berat dialami 86%, perempuan di kelompok pijat refleksi dilakukan Selama 1x dalam seminggu, dengan jumlah peserta 72% minggu pertama, 90% minggu kedua, 87% minggu ketiga dan 82 % minggu ke empat. Mayoritas peserta menyelesaikan sesi 1 dan sesi 2, masing-masing sekitar 6% menyelesaikan 3 atau lebih sesi. Untuk respon nyeri (OR=1.84, 95% CI (1.053,3.23), P=.03. Untuk kelelahan OR 1.76 (95% CI (0.99,3.12), (P=.06) sehingga dapat disimpulkan jika pijat refleksi lebih berhasil mengurangi nyeri dibanding kelompok kontrol dan gangguan tidur mengalami perbaikan.

Pada penelitian selanjutnya mengenai study kohort yang melibatkan 58 wanita pada kelompok reflexology menunjukkan statistik signifikan selama lima minggu, terapi radiasi (P<0.001) dibanding kelompok kontrol. Kualitas kelompok kontrol memburuk setelah 8 minggu radiasi terapi (P<0.01) dan P<0.05 dengan kelompok yang menggunakan pijat refleksi dan meningkatkan kualitas tidur setelah 10 minggu perlakuan (P<0.05) terjadi penurunan nyeri. Dengan demikian reflexology yang memberikan efek positif terhadap kelelahan, kualitas tidur, kualitas hidup pada pasien kanker payudara.

PEMBAHASAN

Terdapat 2 dari 8 artikel yang menjelaskan mengenai terapi pijat refleksi yang hanya menangani nyeri. Gabungan akupuntur dan reflexiologi (pijat refleksi) yang hanya menangani nyeri. Gabungan akupuntur dan reflexology (pijat refleksi) yang mampu mengurangi nyeri dan neuropati pada pasien kanker payudara (Ben-Horin et al., 2017). Teknik reflexology mengurangi kunjungan ke rumah sakit karena nyeri yang dirasakan berkurang sehingga produktifitas untuk bekerja meningkat (Luo,et al., 2017). Selain spesifik mengenai intervensi nyeri terdapat pula tambahan intervensi yang lain.

Penggunaan pijat refleksi selain untuk menangani nyeri, boleh juga digunakan untuk penanganan gangguan tidur pada pasien kanker payudara. Pijat refleksi dengan pendamping bersama keluarga mampu menurunkan nyeri yang dirasakan pasien maupun gangguan tidur (Sikorskii,et al., 2020). Reflexiologi memberikan efek yang positif terhadap kelelahan, kualitas tidur, nyeri dan kualitas hidup pasien kanker payudara selama melakukan terapi radiasi (Tarrasch et al., 2018). Pijat refleksi dapat mengurangi kelelahan dan nyeri pada pasien kanker

payudara dan meningkatkan kesehatan pasien (Nourmohammadi et al., 2019). Dengan demikian pijat refleksi memiliki banyak manfaat dalam bidang kesehatan.

Sedangkan artikel lainnya menjelaskan mengenai pijat refleksi dapat juga mengatasi kecemasan, meningkatkan spiritual pasien, meningkatkan kepuasan pasien dan meningkatkan hubungan yang berkualitas antara pasien dan keluarga. Penambahan akupuntur dengan massage dapat mengurangi nyeri, kecemasan, mual dan muntah serta mengurangi stress yang dirasakan oleh pasien dengan kanker payudara (Dilaveri et al., 2020). Penggunaan terapi pijat refleksi pada wanita dengan kanker payudara stadium lanjut mampu mengurangi nyeri dan meningkatkan spiritual pasien (Miller et al., 2021). Fokus pada kualitas hubungan antara keluarga dan pasien serta pengurangan nyeri yang dirasakan mampu meningkatkan kualitas hidup pada pasien kemoterapi (Wyatt, et al., 2018). Oleh karena itu dengan banyaknya manfaat yang dirasakan pada pijat refleksi maka dapat diimplikasikan dalam keperawatan.

Pada penelitian Nourmohammadi et al., (2019) yang merupakan penelitian RCT, menyatakan tidak ada perbedaan yang signifikan mengenai pada kelompok kontrol dan kelompok intervensi, pada kelompok intervensi (45.44+_5.30) dan kontrol (43.66 +_7.68) sebelum melakukan intervensi (P.0.05), setelah dilakukan intervensi terjadi perubahan yang signifikan dalam keparahan dan kelelahan terlihat antara kelompok intervensi (20.66 +-4.54) dan kelompok kontrol (40.36 +_9.58) groups (P=0.000) oleh karena itu pijat refleksi dapat mengurangi kelelahan dan nyeri pada pasien kanker payudara.

Pada penelitian Luo et al., (2017) dengan penelitian RCT menyatakan jika total 256 pasien diacak yang dilakukan 4 sesi dan berlangsung 30 menit, keluarga meminta 2 sesi latihan yang dilakukan oleh para ahli reflexologi dan kontrol pelatihan dengan mengukur gejala, memberi kuesioner dan mengetahui nyeri yang dirasakan, pasien yang menerima intervensi reflexologi di bandingkan antara kelompok kontrol dan intervensi, yaitu pada kelompok intervensi kemungkinan untuk di rawat di rumah sakit itu rendah (OR= 0.49); 95% CI (0.25,0.97), analisis yang tidak wajar (OR= 0.33; 95%) CI (0.13,0.66). Perbedaan signifikan lainnya dalam pemamfaatan antara kedua kelompok. Dengan demikian tehnik reflexology atau tehnik pijat refleksi mengurangi kunjungan kerumah sakit karena nyeri yang dirasakan dan meningkatkan produktifitas kerja.

Dari 8 artikel terdapat 1 artikel yang menggabungkan antara intervensi terapi pijat relaksasi untuk mengurangi nyeri dan meningkatkan spiritual pada pasien dengan kanker payudara (Miller et al., 2021). Pada kelompok intervensi/reflexology mean nyeri yaitu 3,57 (SD=2.59) dan mean spiritual yaitu 3,18 (SD=0,7), pada kelompok kontrol nilainya nyeri 3,63 (SD=2.83) dan nilai spiritual 3.22 (SD= 0.56). Spritual pasien meningkat dan nyeri yang dirasakan terjadi penurunan.

Sedangkan 2 artikel menjelaskan pemberian tehnik penambahan akupuntur dengan massage (terapi pijat refleksi) mampu mengurangi nyeri, kecemasan, relaksasi, mual dan muntah, kelemahan dan suasana hati (Dilaveri et al., 2020). Penelitian RCT yang di gunakan dengan hasil pada kelompok pijat + akupuntur lebih tinggi stress daripada kelompok pijat saja (0.7:95%), (CI 0.02-1.36). Message + akupunture. Total peserta 100% (19/19) hanya message, 89% (16/18) untuk grup message dan akupuntur dan peserta yang mengatakan ya (P=0.23) dan peserta masih setuju jika ada penelitian berikutnya. Dengan demikian tehnik message di tambah dengan akupuntur (terapi pijat refleksi) sangat signifikan untuk mengatasi kecemasan, suasana tidur, nyeri, mual dan muntah. Begitupula dengan penelitian Wyatt et al., (2018) yang merupakan penilaian RCT menerangkan mengenai pengurangan gejala nyeri secara signifikan

antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol akan terlihat pada minggu ke 11, kepuasan pasien meningkat dan fokus kualitas hubungan antara keluarga dan pasien, hasil yang di dapatkan signifikansi rata-rata keparahan gejala ($P=0.2$), efek intervensi dan gejala beserta gangguan (<0.1) lebih dari 11 minggu pada kelompok intervensi (reflexology) dibandingkan kelompok kontrol. Pada minggu kelima dan 11 fokus pada kualitas hubungan antara keluarga dan pasien, kepuasan pasien, gejala ringan ($P=0.02$) yang artinya terjadi pengurangan yang signifikan terhadap nyeri yang dirasakan.

SIMPULAN

Penggunaan pijat refleksi dapat mengurangi nyeri yang dirasakan pada pasien kanker payudara adalah efektif. Tehnik pijat refleksi selain dapat mengurangi nyeri pada pasien kanker payudara juga dapat mengurangi kecemasan, meningkatkan kualitas tidur, mengurangi mual dan muntah, meningkatkan spiritual pasien juga dapat meningkatkan kepuasan pasien sehingga dapat meningkatkan kualitas hidup pada pasien kanker payudara.

SARAN

Diharapkan penelitian ini mampu menjadi suatu rujukan dasar bagi keperawatan untuk memberikan intervensi untuk mengurangi nyeri pada pasien dengan kanker payudara dan diharapkan menjadi bahan bagi peneliti selanjutnya dalam melakukan penelitian yang berhubungan dengan tehnik pijat refleksi pada pasien kanker payudara.

DAFTAR PUSTAKA

- Ben-Horin, I., Kahan, P., Ryvo, L., Inbar, M., Lev-Ari, S., & Geva, R. (2017). Acupuncture and Reflexology for Chemotherapy-Induced Peripheral Neuropathy in Breast Cancer. *Integrative Cancer Therapies*, 16(3), 258–262. <https://doi.org/10.1177/1534735417690254>
- CASP. (2020). CASP Randomised Controlled Trial Standard Checklist. *Casp*, September 2020, 4–7. https://casp-uk.net/wp-content/uploads/2020/10/CASP_RCT_Checklist_PDF_Fillable_Form.pdf
- Critical Appraisal Skills Programme. (2020). CASP for Systematic Reviews Checklist. *Oxford*, 2018, 368. https://casp-uk.net/wp-content/uploads/2018/01/CASP-Systematic-Review-Checklist_2018.pdf https://casp-uk.net/wp-content/uploads/2018/03/CASP-Systematic-Review-Checklist-2018_fillable-form.pdf
- Critical Appraisal Skills Programme (CASP). (2018). CASP Checklist: Cohort Study. *Casp Uk*, 2018, 7. https://casp-uk.net/wp-content/uploads/2018/03/CASP-Cohort-Study-Checklist-2018_fillable-form.pdf
- Dilaveri, C. A., Croghan, I. T., Mallory, M. J., Dion, L. J., Fischer, K. M., Schroeder, D. R., Martinez-Jorge, J., Nguyen, M. D. T., Fokken, S. C., Bauer, B. A., & Wahner-Roedler, & Di, L. (2020). Massage Compared with Massage plus Acupuncture for Breast Cancer Patients Undergoing Reconstructive Surgery. *Journal of Alternative and Complementary Medicine*, 26(7), 602–609. <https://doi.org/10.1089/acm.2019.0479>
- Gabriel, I. O., & Mayers, P. M. (2019). Effects of a Psychosocial Intervention on the Quality of Life of Primary Caregivers of Women with Breast Cancer. *European Journal of Oncology Nursing*, 38, 85–91. <https://doi.org/10.1016/j.ejon.2018.12.003>

- Kementerian Kesehatan RI. (2018). Laporan Riskesdas 2018. *Laporan Nasional Riskesdas 2018*, 53(9), 181–222. [http://www.yankes.kemkes.go.id/assets/downloads/PMK No. 57 Tahun 2013 tentang PTRM.pdf](http://www.yankes.kemkes.go.id/assets/downloads/PMK%20No.%2057%20Tahun%202013%20tentang%20PTRM.pdf)
- Lopes-Júnior, L. C., Rosa, G. S., Pessanha, R. M., De Carvalho-Schuab, S. I. P., Nunes, K. Z., & Amorim, M. H. C. (2020). Efficacy of the Complementary Therapies in the Management of Cancer Pain in Palliative Care: A Systematic Review. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, 28, 1–17. <https://doi.org/10.1590/1518-8345.4213.3377>
- Luo, z., Wang, L., Sikorski, A., Wyatt, G. (2017). Health Care Service Utilization and Work Related Productivity in Reflexologi Intervention for Advanced Breast Cancer Woman. *Physiology & Behavior*, 176(5), 139–148. <https://doi.org/10.1016/j.physbeh.2017.03.040>
- Mansano-Schlosser, T. C., & Ceolim, M. F. (2017). Association between Poor Clinical Prognosis and Sleep Duration among Breast Cancer Patients. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, 25. <https://doi.org/10.1590/1518-8345.1826.2899>
- Mazor, M., Cataldo, J. K., Leek, L., Dhruva, A., Cooper, B., Paul, S. M., & Topp, K, S. B. (2017). Differens on Sympton Cluster Before and Twelve Month after Breast Cancer Surgery. *Physiology & Behavior*, 176(12), 139–148. <https://doi.org/10.1016/j.ejon.2017.12.003>
- Miller, M., Xu, D., Lehto, R., Moser, J., Wu, H. S., & Wyatt, G. (2021). Pain and Spirituality Outcomes among Women with Advanced Breast Cancer Participating in a Foot Reflexology Trial. *Oncology Nursing Forum*, 48(1), 31–43. <https://doi.org/10.1188/21.ONF.31-43>
- Nourmohammadi, H., Motaghi, M., Borji, M., Tarjoman, A., & Soltany, B. (2019). The Effects of Reflexology on Fatigue Severity of Patients with Cancer. *Asian Pacific Journal of Cancer Prevention*, 20(2), 391–394. <https://doi.org/10.31557/APJCP.2019.20.2.391>
- Sikorskii, A., Niyogi, PG., Victorson, D., Tamcus, D., Wyatt, G. (2020). Symton Response Analisis of a Randomized Controlled Trial of Reflexologi for Sympton Management Among Woman with Advanced Breat Cancer. *Support Care Center*, 176(28 (13)), 1395–1404. <https://doi.org/10.1007/s00520-019-04959-y>
- Tarrasch, R., Carmel-Neiderman, N. N., Ben-Ami, S., Kaufman, B., Pfeffer, R., Ben-David, M., & Gamus, D. (2018). The Effect of Reflexology on the Pain-Insomnia-Fatigue Disturbance Cluster of Breast Cancer Patients during Adjuvant Radiation Therapy. *Journal of Alternative and Complementary Medicine*, 24(1), 62–68. <https://doi.org/10.1089/acm.2017.0023>
- Unlu, A., Kirca, O., & Ozdogan, M. (2018). Reflexology and Cancer. *Journal of Oncological Sciences*, 4(2), 96–101. <https://doi.org/10.1016/j.jons.2018.01.001>
- Villar, R. R., Fernández, S. P., Garea, C. C., Pillado, M. T. S., Barreiro, V. B., & Martín, C. G. (2017). Quality of Life and Anxiety in Women with Breast Cancer Before and After Treatment. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, 25, e2958. <https://doi.org/10.1590/1518-8345.2258.2958>
- WHO. (2021). *Breast Cancer Awareness Month* <https://www.larch.who.int/featured-news/breast-cancer-awareness-month-2021>
- Wyatt, G., Siroskhi, A., Tersjauh.I, Frambes, L, Z., & Victorson, D. (2018). A Randomized Clinical Trial of Caregiver-Delivered Reflexology for Symptom Management Daring Breast Cancer Treatmen. *J Pain Symptom Manage.*, 54(5), 670–679. <https://doi.org/10.1016/j.jpainsymman.2017.07.037>.