

BEBAS MUAL MUNTAH AKIBAT KEMOTERAPI DENGAN TERAPI KOMPLEMENTER PADA PASIEN KANKER PAYUDARA

Santi Manurung¹, Dewi Irawaty²
Universitas Indonesia^{1,2}
manurungsanti19@gmail.com¹

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi berbagai terapi komplementer yang dapat mengatasi mual muntah pada pasien kanker payudara yang mendapatkan kemoterapi. Metode yang digunakan adalah pencarian literatur dari berbagai *database online*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat beberapa terapi komplementer untuk mengatasi mual muntah pada pasien kanker payudara yang mendapatkan kemoterapi, seperti akupresur, yoga, akupunktur, terapi pijat kaki, latihan pernapasan dan *guided imagery* yang dikombinasikan dengan relaksasi otot progresif. Simpulan, ada beberapa terapi komplementer secara signifikan terbukti efektif dalam mengatasi mual muntah pada pasien kanker payudara yang mendapatkan kemoterapi.

Kata Kunci: Kanker Payudara, Mual Muntah, Terapi Komplementer

ABSTRACT

This study aims to identify various complementary therapies that can overcome nausea and vomiting in breast cancer patients receiving chemotherapy. The method used is a literature search from different online databases. The results showed several complementary therapies to treat nausea and vomiting in breast cancer patients receiving chemotherapy, such as acupressure, yoga, acupuncture, foot massage therapy, breathing exercises and guided imagery combined with progressive muscle relaxation. In conclusion, several complementary therapies are significantly effective in overcoming nausea and vomiting in breast cancer patients receiving chemotherapy.

Keywords: Breast Cancer, Nausea Vomiting, Complementary Therapy

PENDAHULUAN

Kanker payudara merupakan penyakit akibat adanya pertumbuhan sel-sel payudara yang tidak terkendali yang awalnya dari sel-sel di saluran, lobulus dan jaringan ikat payudara yang dapat menyebar melalui pembuluh getah bening ke kelenjar getah bening dan organ tubuh yang lain (Mardiana & Kurniasari, 2021). Data RISKESDAS 2018 menunjukkan bahwa prevalensi kanker di Indonesia adalah sebesar 1,8 per 1000 penduduk, dimana angka kejadian kanker pada perempuan yang tertinggi adalah kanker payudara yaitu sebesar 42,1 per 100.000 penduduk dengan rata-rata kematian 17 per 100.000 penduduk. Kanker payudara merupakan salah satu penyebab kematian tertinggi pada wanita (Kementerian Kesehatan RI, 2019).

Kemoterapi merupakan salah satu pengobatan andalan yang digunakan untuk mengobati kanker, walaupun menimbulkan berbagai efek samping yang dapat mengganggu kualitas hidup pasien kanker yang menerima kemoterapi. Efek samping yang ditimbulkan akibat dari kemoterapi itu antara lain dapat menyebabkan kelemahan, pusing, kurang nafsu makan, mual muntah, gangguan nutrisi dan gangguan psikologis (Xie et al., 2020). Kemoterapi adalah salah satu pengobatan kanker yang tujuannya untuk menghambat penyebaran dari sel kanker dan untuk mencegah sel kanker tumbuh kembali (Sasaki et al., 2017). Mual dan muntah adalah dua efek samping yang paling bermasalah yang dialami pasien selama kemoterapi.

Banyak pasien dengan kanker menunda atau menolak kemoterapi dan memutuskan menghentikan kemoterapi sama sekali karena takut mengalami mual dan muntah akibat obat kemoterapi (Xie et al., 2020). Sekitar 70 % pasien kanker payudara masih tetap mengalami mual muntah sebagai efek samping kemoterapi meskipun telah diberikan anti emetik (Clemons, 2020). Untuk menghindari hal-hal yang lebih serius dan dapat menghambat proses pengobatan pasien-pasien kanker payudara yang mendapatkan kemoterapi maka perlu direncanakan suatu intervensi untuk mengatasinya. Mual dan muntah dapat diatasi dengan terapi farmakologi dan nonfarmakologi. Terapi farmakologi diberikan anti emetik dan non farmakologi dapat dilakukan dengan terapi alternatif komplementer sebagai treatment pendamping yang diberikan bersamaan untuk mengatasi mual muntah akibat kemoterapi, seperti terapi hipnosis, biofeedback, relaksasi teknik, meditasi dan *guided imagery* (Asha et al., 2020).

Saat ini penatalaksanaan mual muntah menjadi prioritas utama dalam bidang onkologi dengan mengkombinasikan terapi farmakologi dan non farmakologi, seperti terapi relaksasi, antara lain: terapi musik, akupunktur, yoga, relaksasi otot progresif, *guided imagery* dan terapi komplementer lainnya yang merupakan intervensi yang sederhana dan tidak memiliki efek samping namun memberikan manfaat yang besar bagi pasien-pasien yang mengalami mual muntah akibat kemoterapi (Satija & Bhatnagar, 2017). Terapi alternatif komplementer saat ini semakin banyak digunakan dalam mengatasi berbagai keluhan akibat kemoterapi dalam bidang keperawatan. Salah satu contoh terapi alternatif komplementer, yaitu yoga digunakan untuk mengatasi *fatigue* akibat efek dari pengobatan kemoterapi pada pasien kanker payudara (Sari, et al., 2021).

Terapi alternatif komplementer adalah berbagai kumpulan pengobatan yang bersifat non konvensional dalam bidang kesehatan yang berasal dari tradisional Tiongkok yang dapat mengatasi berbagai keluhan yang timbul pada suatu penyakit tertentu, khususnya penyakit-penyakit kronik, seperti: kardiovaskuler, rematik, diabetes dan kanker dan sudah dibuktikan oleh berbagai penelitian. Terdapat 30% sampai 91% penderita kanker telah memilih pengobatan terapi alternatif komplementer sebagai pengobatan untuk pengobatan penyakit kanker yang dialami (Cernasev, 2020). Terdapat beberapa terapi alternatif komplementer yang telah terbukti efektif dalam mengatasi mual muntah akibat kemoterapi yang akan dibahas satu persatu dalam penelitian ini, seperti: yoga, akupresur, akupunktur, pijat kaki, latihan pernapasan dan relaksasi otot progresif yang dikombinasikan dengan *guided imagery* (Asha et al., 2020).

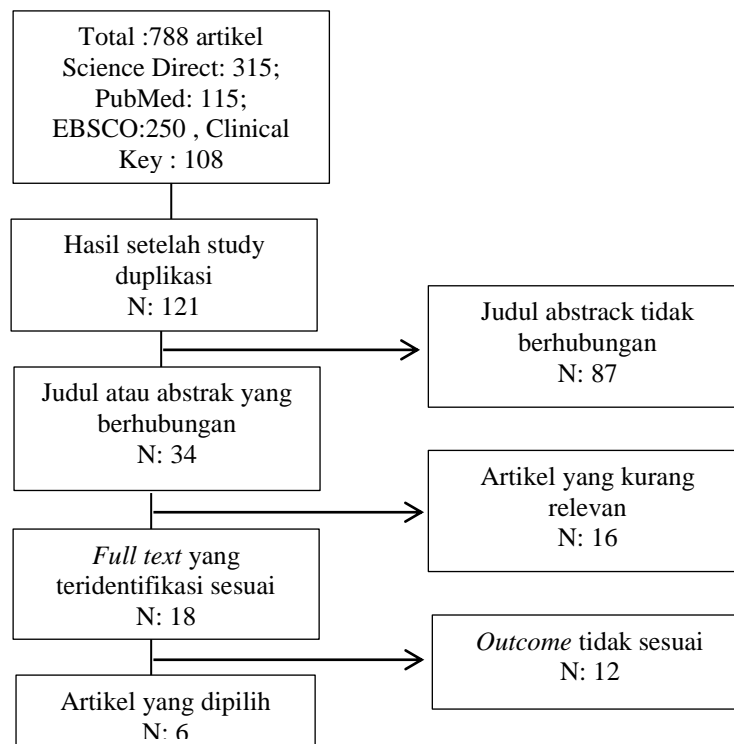
Penelitian ini merupakan studi berbasis penelusuran literatur yang akan membahas satu persatu efektivitas terapi alternatif komplementer dalam mengatasi mual muntah akibat kemoterapi. Semua intervensi yang telah dibuktikan efektivitasnya dalam mengatasi mual muntah akibat kemoterapi diharapkan nantinya dapat dipraktikkan

dalam area klinis untuk membantu pasien-pasien yang mengalami keluhan mual muntah akibat kemoterapi, sehingga dapat memberikan rasa nyaman dan dapat membantu pasien-pasien kanker payudara dalam menyelesaikan pengobatannya dengan tepat waktu dan tepat dosis.

METODE PENELITIAN

Penyusunan artikel ini dilakukan dengan cara penelusuran literatur yang dilakukan melalui pencarian di *database online*. Adapun *database online* yang digunakan adalah ScienceDirect, PubMed, *ClinicalKey* dan *EBSCO*. Kata kunci pencarian yang digunakan adalah *breast cancer OR cancer mammae AND complementary alternative medicine AND "chemotherapy" AND nausea and vomiting OR emesis*. Filter pencarian yang digunakan sesuai dengan kriteria inklusi yaitu artikel penelitian tentang efektivitas *guided imagery* mengatasi mual muntah pada pasien kanker payudara yang mendapatkan kemoterapi, artikel yang terbit tahun 2017-2020, artikel penelitian dengan narasumber primer/*original research*, artikel berbahasa inggris. Kriteria eksklusi yaitu artikel penelitian yang tidak dapat diakses *full text* dan penelitian yang tidak berhubungan dengan efektivitas *complementary alternative medicine* mengatasi mual muntah pada pasien kanker payudara yang mendapatkan kemoterapi.

Tahapan-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
Flowchart Strategi Pencarian Literatur

HASIL PENELITIAN

Hasil pencarian artikel terkait topik yang telah ditetapkan pada artikel ini dilakukan dengan menggunakan kata kunci yang telah ditentukan maka didapatkan 6 artikel yang ditelaah. Seluruh artikel membahas tentang pengaruh terapi komplementer mengatasi mual muntah pada pasien kanker payudara yang mendapatkan kemoterapi.

Tabel. 1
Hasil Pencarian Literatur

Penulis/Tahun	Metode	Hasil Penelitian
Li et al., 2020	RCT	Hasil penelitian menunjukkan bahwa pada kelompok intervensi didapatkan skor mual muntah yang menurun setelah diberi intervensi akupuntur, keparahan mual menurun ($P < 0,05$) dan keparahan muntah menurun ($P < 0,05$). Kesimpulannya bahwa penelitian ini menemukan efek akupuntur yang signifikan dalam mengurangi mual muntah akibat kemoterapi bahkan dapat memperbaiki status gizi pasien kanker stadium lanjut.
Byju et al., 2018	Kuasi-eksperimen dengan <i>pretest</i> dan <i>posttest</i> dengan kelompok kontrol.	Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada perbedaan yang signifikan dalam pengalaman mual muntah pada kelompok yang menerima intervensi akupresur dengan kelompok kontrol. Pada kelompok intervensi yang menerima terapi akupresur mengalami tingkat mual muntah yang secara signifikan lebih rendah setelah menerima terapi akupresur dibandingkan pada kelompok kontrol yang tidak menerima terapi akupresur.
Rezaei et al., 2017	RCT	Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terapi yoga dapat mengurangi keparahan dan durasi mual muntah akibat kemoterapi. Setelah diberikan terapi Yoga pada kelompok intervensi didapatkan tingkat keparahan dan durasi mual muntah mengalami penurunan, ($p < 0,001$).
Asha et al., 2020	RCT	Hasil penelitian menunjukkan bahwa terapi pijat kaki signifikan menurunkan skor mual muntah pada kelompok intervensi dibandingkan pada kelompok kontrol, ($P < 0,01$) dengan perbedaan rata-rata 2,4 dan nilai chi-kuadrat 2,8. Penelitian ini dilakukan pada 82 pasien, yang dibagi dalam 2 kelompok,

		masing-masing 41 pada tiap kelompok. Pada penelitian ini dapat disimpulkan bahwa pijat kaki selain bermanfaat menurunkan skor mual muntah dapat disimpulkan juga sebagai intervensi yang aman, efektif dan biaya murah yang bermanfaat bagi pasien-pasien kanker yang mendapatkan kemoterapi.
Aybar et al., 2020	RCT	Hasil penelitian menunjukkan bahwa pada kelompok intervensi memiliki episode mual muntah yang lebih sedikit setelah dilakukan latihan pernafasan, ($P < 0,05$) dan pada kelompok kontrol mengalami keparahan episode mual muntah
Putri et al., 2020	Kuasi eksperimen dengan <i>one group pretest-posttest</i>	Hasil uji statistik yang didapatkan menunjukkan bahwa hasil signifikan p value adalah 0,000 dari nilai $p < 0,05$ maka dengan nilai p value 0,000 lebih kecil dari nilai $p < 0,05$ menunjukkan bahwa adanya perbedaan skor mual dan muntah sebelum dan sesudah diberikan terapi relaksasi otot progresif dan <i>guided imagery</i> pada pasien kanker payudara yang mendapat kemoterapi.

PEMBAHASAN

Kemoterapi merupakan salah satu pengobatan yang dipakai pada pengobatan kanker payudara yang dapat menimbulkan berbagai efek samping dan salah satu diantaranya adalah mual muntah, Mual muntah tetap dirasakan oleh pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi walaupun telah diberikan anti emetic (Xie et al., 2020). Mual muntah dapat diatasi dengan terapi farmakologi dan nonfarmakologi. Terapi farmakologi diberikan anti emetik dan nonfarmakologi dapat dilakukan dengan terapi alternatif dan komplementer yang merupakan tindakan mandiri perawat yang artinya sebuah tindakan yang dapat dilakukan langsung oleh seorang perawat kepada pasien, seperti terapi hipnosis, biofeedback, teknik relaksasi, meditasi dan *guided imagery* (Sari et al., 2021).

Hasil telaah artikel yang dilakukan didapatkan bahwa terapi komplementer terbukti efektif mengatasi mual muntah akibat kemoterapi pada pasien kanker payudara. Berbagai penelitian yang membuktikan pengaruh terapi komplementer, seperti: akupresur, Akupuntur, yoga, terapi pijat kaki, latihan pernafasan dan kombinasi relaksasi otot progresif dengan teknik *guided imagery* terbukti efektif dalam mengatasi mual muntah pada pasien kanker payudara yang mendapatkan kemoterapi. Penelitian yang dilakukan oleh Li et al., (2020) mendapatkan hasil bahwa terapi akupuntur terbukti efektif dalam mengatasi keparahan tingkat mual muntah pada pasien kanker yang mendapatkan kemoterapi. Dari hasil penelitian didapatkan bahwa pada kelompok

intervensi keparahan mual muntah menurun bahkan sampai dapat memperbaiki status gizi pasien kanker stadium lanjut.

Penelitian yang dilakukan Byju et al., (2018) menemukan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan dalam pengalaman mual muntah pada kelompok intervensi yang menerima *akupresur* dibandingkan dengan kelompok kontrol. Pada kelompok intervensi yang menerima terapi *akupresur* mengalami tingkat mual muntah yang secara signifikan lebih rendah setelah diberikan terapi akupresur dibandingkan pada kelompok kontrol yang tidak menerima *akupresur*.

Selain itu, menurut Rezaei et al., (2017) terapi yoga juga dapat mengurangi keparahan dan durasi mual muntah akibat kemoterapi. Setelah diberi terapi yoga pada kelompok intervensi didapatkan bahwa keparahan dan durasi mual muntah akibat kemoterapi menurun. Adapun pada penelitian yang dilakukan oleh Asha et al., (2020) yang dilakukan pada 82 pasien kanker payudara yang mendapatkan kemoterapi, didapatkan bahwa terapi pijat kaki dapat menurunkan skor mual muntah pada kelompok intervensi yang dilakukan terapi pijat dengan perbedaan rata-rata 2,4 dan nilai chi-kuadrat 2,8 dibandingkan dengan kelompok kontrol yang tidak dilakukan terapi pijat. Berdasarkan hasil tersebut, dapat disimpulkan bahwa selain bermanfaat menurunkan skor mual muntah, pijat kaki juga merupakan intervensi yang aman, efektif dan biaya murah serta bermanfaat bagi pasien-pasien yang mendapatkan kemoterapi.

Hasil penelitian Abyar et al., (2020) menemukan bahwa latihan pernafasan dapat menurunkan episode mual muntah pada kelompok intervensi dibandingkan pada kelompok kontrol yang tidak dilakukan latihan pernafasan. Sementara itu, Putri et al., (2020) dalam penelitiannya menyimpulkan bahwa terjadi penurunan nilai rata-rata skor mual muntah setelah dilakukan intervensi *progressive muscle relaxation* dan *guided imagery*.

Hasil tinjauan sistematis telaah artikel saat ini menunjukkan bahwa beberapa penelitian telah melaporkan hasil yang menguntungkan dimana didapatkan bahwa terapi komplementer yang terdapat sebanyak 6 artikel terbukti efektif dalam mengatasi mual muntah pada pasien kanker payudara yang mendapatkan kemoterapi. Sebelum intervensi dilaksanakan, sebelumnya dilakukan pengukuran tingkat mual muntah dengan menggunakan instrumen kuesioner yang relevan dan setelah itu diberikan intervensi kemudian setelah diberikan intervensi, dilakukan pengukuran kembali pada tingkat mual muntah yang dialami pasien kanker payudara yang mendapatkan kemoterapi dan hasil yang diperoleh terbukti bahwa terapi komplementer efektif menurunkan mual muntah akibat kemoterapi pada pasien kanker payudara. Hasil dari telaah artikel ini dapat dijadikan sebagai suatu acuan di lahan praktik klinisi untuk digunakan dalam memberikan asuhan keperawatan dalam mengatasi mual muntah yang dialami oleh pasien-pasien kanker payudara yang mendapatkan kemoterapi.

Terapi alternatif komplementer saat ini banyak dipakai untuk mengatasi gejala-gejala yang timbul akibat kemoterapi dan salah satu diantaranya adalah untuk mengatasi mual muntah. Alasan masyarakat saat ini lebih memilih terapi komplementer dalam menangani keluhan-keluhan yang timbul dari penyakit kanker, seperti mual muntah karena dirasakan bahwa terapi komplementer ini merupakan teknik yang sederhana, sehingga dapat dipraktikkan oleh siapapun, efek samping yang sangat minimal dan biayanya bisa terjangkau namun memberikan manfaat yang besar, khususnya dalam mengatasi mual muntah akibat kemoterapi pada pasien-pasien kanker payudara (Cernasev, 2020).

SIMPULAN

Terapi komplementer memberikan dampak yang signifikan dalam menurunkan mual muntah pada pasien kanker payudara yang mendapatkan kemoterapi. Terapi komplementer yang diberikan untuk mengatasi mual muntah adalah bagian terapi komplementer yang berupa teknik relaksasi dalam bentuk berbagai intervensi yang dapat membawa pasien menjadi rileks dan dalam suasana hati yang bahagia sehingga pasien dapat mengantisipasi dan menghadapi rasa mual muntah yang dialami akibat kemoterapi sehingga pasien dapat menjalani kemoterapi dengan perasaan tenang dan bahagia. Dengan diterapkannya terapi komplementer dalam mengatasi mual muntah pada pasien kanker payudara ini diharapkan salah satu efek dari kemoterapi itu sudah dapat diatasi sehingga program pengobatan pasien dapat terus berjalan dengan baik sampai tuntas sesuai pengobatan yang sudah diprogramkan untuk pasien.

SARAN

Berbagai terapi komplementer yang bermanfaat dalam mengatasi mual muntah pada pasien kanker yang mendapatkan kemoterapi dapat diterapkan di lahan praktik klinisi dan dapat dijadikan menjadi salah satu *Evidence Based Nursing* (EBN) dalam mengatasi mual muntah pada pasien kanker payudara yang mendapatkan kemoterapi. Terapi komplementer juga merupakan salah satu intervensi mandiri perawat yang dapat langsung dilakukan oleh perawat kepada pasien yang mengalami keluhan mual muntah dan hal ini sudah didukung oleh pembuktian - pembuktian berdasarkan penelitian yang sudah dilakukan sehingga dapat dijadikan sebagai salah satu Evidence Based Nursing (EBN) di lahan praktik klinisi untuk mengatasi mual muntah pada pasien kanker payudara yang mendapatkan kemoterapi.

DAFTAR PUSTAKA

- Asha, C., Manjini, K. J., & Dubashi, B. (2020). Effect of Foot Massage on Patients with Chemotherapy Induced Nausea and Vomiting: A Randomized Clinical Trial. *Journal of Caring Sciences*, 9(3), 120–124. <https://doi.org/10.34172/jcs.2020.018>
- Aybar, D. O., Kılıc, S. P., & Çinkır, H. Y. (2020). The Effect of Breathing Exercise on Nausea, Vomiting and Functional Status in Breast Cancer Patients Undergoing Chemotherapy. *Complementary Therapies in Clinical Practice*, 40, 1-9. <https://doi.org/10.1016/j.ctcp.2020.101213>
- Byju, A., Pavithran, S., & Antony, R. (2018). Effectiveness of Acupressure on the Experience of Nausea and Vomiting Among Patients Receiving Chemotherapy. *Canadian Oncology Nursing Journal*, 28(2), 132–138. <https://doi.org/10.5737/23688076282132138>
- Cernasev, A., Goma, B., Hager, K., Brown, L., & Schommer, J. (2020). Use of National Consumer Survey Data to Explore Perceptions of Complementary and Alternative Medicine. *Innovations in Pharmacy*, 11(2), 1-8. <https://doi.org/10.24926/iip.v11i2.2263>
- Clemons, M., Dranitsaris, G., Sienkiewicz, M., Sehdev, S., Gg, T., Robinson, A., Mates, M., Hsu, T., McGee, S., Freedman, O., Kumar, V., Fergusson, D., Hutton, B., Vandermeer, L., Hilton, J. (2020). A Randomized Trial of Individualized Versus Standard of Care Antiemetic Therapy for Breast Cancer Patients at High Risk for Chemotherapy-Induced Nausea and Vomiting. *The Breast*, 54, 278-285 <https://doi.org/10.1016/j.breast.2020.11.002>

- Kementerian Kesehatan RI. (2019). *Beban Kanker di Indonesia*. <https://pusdatin.kemkes.go.id/download.php?file=download/pusdatin/infodatin/Infodatin-Kanker-2019.pdf>
- Li, Q. W., Li, Q. W., Yu, M. W., Wang, X. M., Yang, G. W., Wang, H., Zhang, C. X., Xue, N., Xu, W. R., Zhang, Y., Cheng, P. Y., Yang, L., Fu, Q., & Yang, Z. (2020). Efficacy of Acupuncture in The Prevention and Treatment of Chemotherapy-Induced Nausea and Vomiting in Patients With Advanced Cancer: A Multi Center, Single Blind, Randomized, Sham Controlled Clinical Research. *Chinese Medicine (United Kingdom)*, 15(1), 1-11. <https://doi.org/10.1186/s13020-020-00333>
- Mardiana, A., & Kurniasari, L. (2021). Hubungan Pengetahuan Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI) dengan Kejadian Kanker Payudara di Kalimantan Timur. *Borneo Student Research*, 2(2), 1052–1059. <https://journals.umkt.ac.id/index.php/bsr/article/view/1746/800>
- Putri, R. D., Adhistry, K., & Idriansari, A. (2020). The Effect of Progressive Muscle Relaxation and Guided Imagery on Nausea and Vomiting in Breast Cancer Patients. *Jurnal Kesehatan Saelmakers PERDANA (JKSP)*, 3(1), 104-114. <https://doi.org/10.32524/jksp.v3i1.236>
- Rezaei, K., Asadizaker, M., Hoseini, S. M., Jahani, S., & Latifi, S. M. (2017). Effects of Yoga on Post Chemotherapy Nausea and Vomiting. *Biomedical and Pharmacology Journal*, 10(2), 773–780. <https://doi.org/10.13005/bpj/1167>
- Sari, I., Maria, R., & Waluyo, A. (2021). Terapi Komplementer Yoga Membantu Mengatasi *Fatigue* Pasien Kanker Payudara. *Journal of Telenursing (JOTING)*, 3(1), 296-302. <https://doi.org/10.31539/joting.v3i1.2218>
- Sasaki, H., Tamura, K., Naito, Y., Ogata, K., Mogi, A., Tanaka, T., Ikari, Y., Masaki, M., Nakashima, Y., & Takamatsu, Y. (2017). Patient Perceptions of Symptoms and Concerns during Cancer Chemotherapy: ‘Affects My Family’ is the Most Important. *International Journal of Clinical Oncology*, 22(4), 793–800. <https://doi.org/10.1007/s10147-017-1117-y>
- Satija, A., & Bhatnagar, S. (2017). Complementary Therapies for Symptom Management in Cancer Patients. *Indian J. Palliat Care*, 23(4), 468-479. https://doi.org/10.4103/ijpc.ijpc_100_17
- Xie, J., Zhu, T., Lu, Q., Xu, X., Cai, Y., & Xu, Z. (2020). The Effects of Add on Self Care Education on Quality of Life and Fatigue in Gastrointestinal Cancer Patients Undergoing Chemotherapy. *BMC Complementary Medicine and Therapies*, 20(1), 1-8. <https://doi.org/10.1186/s12906-019-2800-5>