

EFEKTIFITAS AKUPRESUR TERHADAP TINGKAT KELELAHAN PADA PASIEN KANKER YANG MENJALANI KEMOTERAPI

Linawati Togatorop¹, Dudut Tanjung², Wika Hanida Lubis³
Universitas Sumatera Utara^{1,2,3}
linawatitogatorop@yahoo.com¹

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menguji efektifitas akupresur terhadap tingkat kelelahan pasien kanker yang menjalani kemoterapi. Metode penelitian ini adalah metode *quasi eksperimen* dengan rancangan desain *pretest dan post-test non-equivalent control group design*. Tehnik pengambilan sampel adalah teknik *non probability sampling* yaitu dengan metode *convenience sampling*. Responden penelitian ini adalah pasien kanker yang menjalani kemoterapi di Rumah Sakit Umum Pusat H. Adam Malik Medan, terdiri dari 32 responden untuk kelompok intervensi dan 32 responden untuk kelompok kontrol. Instrumen pengukuran kelelahan menggunakan *Brief Fatigue Inventory*. Data dianalisis menggunakan *Mann Whitney U test, Chi-Square, Regresi logistik*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *p-value* <0,05 dan tidak ada pengaruh usia, anemia, siklus kemoterapi dan stadium kanker terhadap tingkat kelelahan pasien kanker. Simpulan, diketahui akupresur efektif untuk menurunkan tingkat kelelahan pasien kanker yang menjalani kemoterapi dan direkomendasikan sebagai salah satu intervensi keperawatan mandiri untuk menurunkan tingkat kelelahan pada pasien kanker.

Kata kunci : Akupresur, Kanker, Kelelahan, Kemoterapi.

ABSTRACT

This study aims to test the effectiveness of acupressure on the fatigue level of cancer patients undergoing chemotherapy. This research method is a quasi-experimental method with a pretest design and a post-test non-equivalent control group design. The sampling technique is a non-probability sampling technique, namely the convenience sampling method. Respondents to this study were cancer patients undergoing chemotherapy at the H. Adam Malik General Hospital in Medan, consisting of 32 respondents for the intervention group and 32 respondents for the control group. The fatigue measurement instrument uses the Brief Fatigue Inventory. Data were analyzed using the Mann-Whitney U test, Chi-Square, and logistic regression. The results showed that the p-value <0.05 and there was no effect of age, anemia, chemotherapy cycles, and cancer stage on the level of fatigue in cancer patients. In conclusion, it is known that acupressure is effective in reducing the level of fatigue in cancer patients undergoing chemotherapy and is recommended as an independent nursing intervention to reduce fatigue in cancer patients.

Keywords: Acupressure, Cancer, Chemotherapy, Fatigue.

PENDAHULUAN

Kanker adalah jenis penyakit yang disebabkan oleh pertumbuhan sel-sel abnormal di dalam tubuh yang membelah secara tidak terkendali dan dapat menyebar ke bagian tubuh yang lain. Ada lebih dari 100 jenis kanker, termasuk kanker payudara, kanker otak, kanker prostat, kanker paru-paru, dan masih banyak lagi. Gejala kanker dapat bervariasi tergantung jenis dan stadium kanker, namun beberapa gejala yang umum terjadi antara lain munculnya benjolan, nyeri pada bagian tubuh tertentu, kelelahan, perubahan pada kulit, dan memar. Pengobatan kanker tergantung pada jenis dan stadium kanker, serta kesehatan pasien secara keseluruhan. Perawatan umum termasuk kemoterapi, terapi radiasi, pembedahan, dan imunoterapi. Untuk mencegah kanker, dianjurkan untuk menjaga pola hidup sehat dengan makan makanan seimbang, berolahraga secara teratur, menghindari konsumsi tembakau dan alkohol berlebihan, serta melindungi diri dari sinar UV matahari yang berbahaya. Deteksi dini dan pengobatan kanker dapat sangat meningkatkan peluang pemulihan dan kelangsungan hidup (Apriyanti & Zahra, 2022).

Kemoterapi adalah salah satu metode pengobatan yang digunakan untuk mengatasi kanker. Kemoterapi dilakukan dengan penggunaan obat-obatan khusus yang bertujuan untuk menghancurkan sel-sel kanker atau menghentikan pertumbuhannya. Obat kemoterapi dapat diambil melalui mulut, disuntikkan ke dalam pembuluh darah, atau diberikan melalui infus. Kemoterapi dapat digunakan untuk berbagai tujuan, antara lain mengobati kanker, mengendalikan pertumbuhan kanker, dan mencegah kanker kembali. Kemoterapi dapat menyebabkan efek samping yang bervariasi, tergantung pada jenis obat yang digunakan dan respons tubuh pasien. Beberapa efek samping umum kemoterapi meliputi mual dan muntah, kehilangan nafsu makan, kerontokan rambut, kelelahan, dan penurunan jumlah sel darah putih, yang dapat meningkatkan risiko infeksi (Ruhyandudin et al., 2022).

Pasien yang menjalani kemoterapi sering mengalami kelelahan atau fatigue. Beberapa alasan mengapa pasien kemoterapi mudah kelelahan karena kemoterapi dapat memengaruhi sel-sel sehat dalam tubuh, termasuk sel-sel darah merah yang bertanggung jawab untuk membawa oksigen ke seluruh tubuh. Kurangnya oksigen dapat menyebabkan kelelahan. Pasien yang menjalani kemoterapi cenderung mengalami penurunan nafsu makan dan mual, yang dapat menyebabkan kekurangan nutrisi. Kekurangan nutrisi dapat memperburuk kelelahan serta pasien yang mengalami depresi juga cenderung mengalami kelelahan yang lebih parah (Hendriyeni & Allenidekania, 2022).

Terapi akupresur adalah salah satu bentuk terapi alternatif yang dapat membantu mengurangi kelelahan pada pasien kanker yang menjalani kemoterapi. Terapi akupresur adalah teknik pengobatan yang dilakukan dengan menekan titik-titik tertentu pada tubuh untuk merangsang aliran energi dan memperbaiki keseimbangan tubuh. Terapi akupresur dapat membantu mengurangi kelelahan pada pasien kanker yang menjalani kemoterapi dengan merangsang sistem saraf dan meningkatkan sirkulasi darah (Larasati & Noni, 2022).

Beberapa studi menunjukkan bahwa terapi akupresur dapat membantu mengurangi kelelahan pada pasien kanker yang menjalani kemoterapi. Namun, efektivitas terapi ini masih perlu diteliti lebih lanjut. Penting untuk dicatat bahwa terapi akupresur bukanlah pengobatan utama untuk kanker dan tidak dapat menggantikan pengobatan medis yang direkomendasikan oleh dokter. Sebelum mencoba terapi

akupresur atau bentuk terapi alternatif lainnya, konsultasikan terlebih dahulu dengan dokter untuk memastikan keamanan dan efektivitasnya (Kurmiawan et al., 2023).

Hal ini dibuktikan dengan hasil penelitian Liu et al., (2021) uji coba terkontrol acak kelompok paralel empat lengan pasien dilakukan di rumah sakit tersier di Fujian antara Juli 2019 dan Januari 2021. Sebanyak 147 pasien kanker payudara secara acak ke kelompok perawatan biasa (n = 34), sebuah MBSR kelompok (n = 38), kelompok akupresur (n = 36), atau kelompok gabungan (n = 39). menilai kualitas tidur pasien (Indeks Kualitas Tidur Pittsburgh-PSQI dan 6 indeks actigraphy), kelelahan, kecemasan, dan depresi pada awal dan pada pertengahan intervensi (minggu keempat) serta akhir intervensi (minggu kedelapan) menurun sehingga dapat disimpulkan terapi akupresur dapat meningkatkan kualitas tidur, menurunkan kelelahan, kecemasan, dan depresi.

Penelitian lainnya yang dilakukan oleh Dogan, (2021) intervensi akupresur yang dilakukan selama 4 minggu menunjukkan penurunan yang signifikan pada tingkat dispnea peserta, dan pada saat yang sama, peningkatan signifikan dalam kualitas hidup mereka. Temuan kuantitatif penelitian ini didukung dengan temuan kualitatif. Pada penelitian ini didapatkan perbedaan tingkat skor kelelahan yang signifikan antara sebelum dan selama kemoterapi pada kelompok plasebo. Pengurangan ini bisa disebabkan oleh efek psikologis dan fisiologis dari sentuhan.

Berdasarkan penelitian terdahulu terdapat beberapa jurnal sebagai pembandingan dengan penelitian ini baik dari segi metode, variabel, instrumen dan hasil pasti memiliki perbedaan. *Pertama*, penelitian yang telah dilakukan oleh Khanghah et al., (2020) penelitian ini dirancang sebagai percobaan acak dan terkontrol. Sembilan puluh sampel dipilih dengan menggunakan metode *convenience sampling*, dan *random block sampling* digunakan untuk alokasi kelompok (30 untuk setiap kelompok). Ketiga kelompok itu serupa berdasarkan usia dan jenis kelamin. Kelompok eksperimen menjalani akupresur di Zusanli (ST-36), Hegu (LI-4), dan Sanyingjiao (SP-6), sedangkan tekanan palsu digunakan pada kelompok plasebo dan tidak ada intervensi yang diterapkan pada kelompok kontrol; tingkat kelelahan peserta dalam tiga kelompok dihitung dalam tiga tahap, sebelum, selama, dan setelah kemoterapi. Data dianalisis dengan SPSS versi 22.

Kedua, penelitian yang dilakukan oleh Zick et al., (2021) dilakukan dengan tiga kelompok paralel, uji coba terkontrol secara acak akan dilakukan untuk mengevaluasi kemanjuran akupresur diri yang diajarkan dan disampaikan melalui aplikasi seluler yang dirancang khusus untuk pasien ("*MeTime*") dan perangkat genggam yang menyertai ("*AcuWand*") untuk membantu memandu aplikasi tekanan yang benar. Peserta akan dikirim tablet yang dimuat sebelumnya dengan aplikasi dan perangkat, dan semua kunjungan akan dilakukan dari jarak jauh. Peserta akan diacak untuk melakukan akupresur diri harian selama 6 minggu melalui aplikasi dan perangkat, atau aplikasi dan perangkat palsu, atau tanpa kelompok perawatan. Langkah-langkah laporan diri akan diselesaikan pada awal, 6 minggu (pasca intervensi), 3-, dan 6 bulan.

Ketiga, penelitian yang dilakukan oleh Utli et al., (2023) penelitian *single-blind*, pengukuran berulang, kontrol acak. Data penelitian dikumpulkan antara bulan Februari sampai dengan November 2022. Sampel penelitian terdiri dari kelompok intervensi Akupresur dan Reiki dan kelompok kontrol dengan 52 pasien di setiap kelompok dengan total 156 pasien. Akupresur atau Reiki diterapkan pada kelompok intervensi mereka dengan total delapan sesi masing-masing 20 menit selama empat minggu, sekali sehari pada dua hari seminggu. Data dikumpulkan melalui formulir deskripsi pasien,

formulir tindak lanjut analgesik, *Numeric Pain Rating Scale*, dan *Brief Fatigue Inventory*.

Berdasarkan beberapa penjelasan yang telah diuraikan dengan membandingkan penelitian yang dilakukan dengan penelitian terdahulu memiliki kesamaan dan perbedaan baik dari segi variabel maupun hasil yang didapatkan. Kesamaan variabel, metode dan sampel yang digunakan bukan berarti menunjukkan kesamaan pada hasil penelitian. Namun tempat dan waktu dilakukannya penelitian juga mempengaruhi perbedaan hasil, sehingga tidak menunjukkan persamaan secara keseluruhan terhadap penelitian terdahulu akan tetapi menunjukkan adanya kebaruan. Tujuan penelitian ini untuk menganalisis hubungan status fungsional dengan kualitas hidup pasien pasca stroke menguji efektifitas akupresur terhadap tingkat kelelahan pasien kanker yang menjalani kemoterapi. Manfaat dari penelitian ini dapat .

METODE PENELITIAN

Metode penelitian ini adalah metode *quasi eksperimen* dengan rancangan desain *pretest dan post-test non-equivalent control group design*. Teknik pengambilan sampel adalah teknik *non probability sampling* yaitu dengan metode *convenience sampling*. Responden penelitian ini adalah pasien kanker yang menjalani kemoterapi di Rumah Sakit Umum Pusat H. Adam Malik Medan, terdiri dari 32 responden untuk kelompok intervensi dan 32 responden untuk kelompok kontrol. Instrumen pengukuran kelelahan menggunakan *Brief Fatigue Inventory*. Data dianalisis menggunakan *Mann Whitney U test*, *Chi-Square*, *Regresi logistik*.

HASIL PENELITIAN

Tabel 1.
Distribusi Frekuensi, Karakteristik Responden di Ruang *One Day Care* RSUP. H. Adam Malik Medan (n=64)

KARAKTERISTIK	KONTROL		INTERVENSI	
	f (32)	%	f (32)	%
Usia				
Mean±SD	48,37±9,14		51,03±12,07	
Jenis kelamin				
Laki-laki	5	15,6	5	15,6
Perempuan	27	84,4	27	84,4
Status pernikahan				
Menikah	28	87,5	29	90,6
Tidak menikah	4	12,5	3	9,4
Pendidikan				
SD	4	12,5	5	15,6
SMP	5	15,6	9	28,1
SMA	15	46,9	9	28,1
Sarjana	8	25,0	9	28,1
Stadium kanker				
Stadium 2	4	12,5	5	15,6
Stadium 3	17	53,1	14	43,8
Stadium 4	11	34,4	13	40,6
Kategori anemia				
Mean±SD	10,40±1,07		10,67±1,16	
Jenis kanker				
Kanker payudara	10	31,3	14	43,8
Kanker paru	3	9,4	6	18,8

Kanker ovarium	9	28,1	4	12,5
Kanker lainnya	10	31,3	8	25,0
Siklus kemoterapi				
Siklus 1-2	17	53,1	13	40,6
Siklus 3-4	6	18,8	9	28,1
Siklus 5-6	4	12,5	4	12,5
Siklus 7-8	1	3,1	3	9,4
Siklus 9-10	2	6,3	2	6,3
Siklus 11-12	2	6,3	1	3,1
Durasi kemoterapi				
Mean±SD	286,56±99,567		289,38±94,832	

Berdasarkan Tabel 1 di atas diketahui karakteristik responden berdasarkan usia rata-rata pada kelompok kontrol adalah 48,37(SD= 9,14) dan pada kelompok intervensi adalah 51,03 (SD= 12,07). Karakteristik jenis kelamin baik pada kelompok kontrol maupun kelompok intervensi didominasi oleh perempuan sebanyak 27 orang (84,4%). Karakteristik status pernikahan pada kelompok kontrol yang menikah sebanyak 28 orang (87,5%) dan pada kelompok intervensi yang menikah sebanyak 29 orang (90,6%). Berdasarkan pendidikan pada kelompok kontrol didominasi lulusan SMA sebanyak 15 orang (46,9%). Pada kelompok intervensi masing-masing lulusan SMP, SMA, sarjana sebanyak 9 orang (28,1%). Karakteristik berdasarkan stadium kanker pada kelompok kontrol didominasi stadium 3 sebanyak 17 orang (53,1%). Pada kelompok intervensi juga didominasi stadium 3 sebanyak 14 orang (43,8%). Berdasarkan kategori anemia, rata-rata HB pada kelompok kontrol adalah 10,40 (SD= 1,07) dan pada kelompok intervensi adalah 10,67 (SD= 1,16). Karakteristik responden berdasarkan jenis kanker didominasi kanker payudara sebanyak 10 orang (31,3%) pada kelompok kontrol dan 14 orang (43,8%) pada kelompok intervensi. Karakteristik responden berdasarkan siklus kemoterapi pada kelompok kontrol didominasi siklus 1-2 sebanyak 17 orang (53,1 %) dan pada kelompok intervensi sebanyak 13 orang (40,6%). Rata-rata durasi kemoterapi pada kelompok kontrol adalah 286,56 (SD= 99,567) dan pada kelompok intervensi adalah 289,38 (SD= 94,832).

Tabel 2.
Hasil Uji *Independen* pada Kelompok Kontrol dan Kelompok Intervensi

Hasil	kelompok	N	Mean	Z	p-value
Selisih skor <i>pre-post</i> BFI	Kontrol	32	19,95	-5,400	0,000
	Intervensi	32	45,05		

Berdasarkan Tabel 2 hasil uji statistik dengan selisih skor *pre-post* BFI dengan n=64 diketahui rata-rata tingkat kelelahan pada kelompok kontrol adalah 19,95 dan pada kelompok intervensi adalah 45,05 dengan p-value= 0,000 (<0,05) artinya Ho ditolak dan disimpulkan bahwa ada perbedaan tingkat kelelahan pada kelompok kontrol setelah diberi intervensi sesuai standar rumah sakit dengan kelompok intervensi setelah diberi akupresur pada pasien kanker yang menjalani kemoterapi.

Tabel 3.
Hasil Uji Koefisien Regresi Logistik

<i>Variables in the Equation</i>					
B	S.E.	Wald	df	Sig.	Exp (B)

Step 1 ^a	Usia	-0,468	0,974	0,231	1	0,631	0,626
	Stadium kanker	18,974	13344,091	0,000	1	0,999	173854347,699
	Siklus kemoterapi	0,103	1,186	0,008	1	0,931	1,109
	Anemia	-0,299	0,967	0,096	1	0,757	0,742
	Konstanta	-20,863	13344,091	0,000	1	0,999	0,000

Berdasarkan hasil uji koefisien regresi logistik diketahui nilai *wald* pada variabel usia adalah 0,231 dengan nilai signifikansi 0,631 ($p>0,05$), stadium kanker mempunyai nilai *wald* 0,000 dengan signifikansi 0,999 ($p>0,05$). Siklus kemoterapi memiliki nilai *wald* 0,008 dengan signifikansi 0,931 ($p>0,05$). Anemia memiliki nilai *wald* 0,096 dengan signifikansi 0,757 ($p>0,05$). Artinya, usia, stadium kanker, siklus kemoterapi dan anemia tidak dominan mempengaruhi tingkat kelelahan pada pasien kanker yang menjalani kemoterapi.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan karakteristik responden berdasarkan usia rata-rata pada kelompok kontrol adalah 48,37 (SD= 9,14) dan pada kelompok intervensi adalah 51,03 (SD= 12,07). Karakteristik jenis kelamin baik pada kelompok kontrol maupun kelompok intervensi didominasi oleh perempuan sebanyak 27 orang (84,4%). Karakteristik status pernikahan pada kelompok kontrol yang menikah sebanyak 28 orang (87,5%) dan pada kelompok intervensi yang menikah sebanyak 29 orang (90,6%). Berdasarkan pendidikan pada kelompok kontrol didominasi lulusan SMA sebanyak 15 orang (46,9%). Pada kelompok intervensi masing-masing lulusan SMP, SMA, sarjana sebanyak 9 orang (28,1%). Karakteristik berdasarkan stadium kanker pada kelompok kontrol didominasi stadium 3 sebanyak 17 orang (53,1%). Pada kelompok intervensi juga didominasi stadium 3 sebanyak 14 orang (43,8%). Berdasarkan kategori anemia, rata-rata HB pada kelompok kontrol adalah 10,40 (SD= 1,07) dan pada kelompok intervensi adalah 10,67 (SD= 1,16). Karakteristik responden berdasarkan jenis kanker didominasi kanker payudara sebanyak 10 orang (31,3%) pada kelompok kontrol dan 14 orang (43,8%) pada kelompok intervensi. Karakteristik responden berdasarkan siklus kemoterapi pada kelompok kontrol didominasi siklus 1-2 sebanyak 17 orang (53,1 %) dan pada kelompok intervensi sebanyak 13 orang (40,6%). Rata-rata durasi kemoterapi pada kelompok kontrol adalah 286,56 (SD= 99,567) dan pada kelompok intervensi adalah 289,38 (SD= 94,832).

Peranan usia terhadap kanker dapat digambarkan oleh teori yang menerangkan bahwa kanker dapat terjadi akibat mutasi gen dan sistem imun memiliki peranan pada kondisi ini. Selain itu dengan adanya perubahan faktor hormonal dapat terjadi seiring dengan proses penuaan dimana hal tersebut memiliki kontribusi terhadap penyakit kanker. Bertambahnya usia merupakan salah satu faktor risiko terjadinya tumor atau kanker payudara, diduga karena pengaruh pajanan hormonal dalam waktu lama terutama hormon estrogen dan juga ada pengaruh dari faktor risiko lain yang memerlukan waktu untuk menginduksi terjadinya kanker. Kejadian kanker berkorelasi dengan semakin bertambah usia seseorang. Terjadinya kanker memerlukan waktu yang cukup lama sejak adanya faktor-faktor penyebab termasuk kontak pertama dengan karsinogen, selain itu juga banyak faktor yang berperan menjadi penyebab terjadinya kanker pada seseorang. Terjadinya kanker memerlukan waktu yang cukup lama sejak adanya faktor-faktor penyebab termasuk kontak pertama dengan karsinogen, selain itu

juga banyak faktor yang berperan menjadi penyebab terjadinya kanker pada seseorang (Hat & Hurai, 2020).

Kanker merupakan kumpulan penyakit yang dikarakteristikan dengan pertumbuhan sel yang tidak teratur dan tidak terkontrol terjadi pada semua usia baik pada laki-laki maupun perempuan. Pada wanita jenis kanker terbanyak adalah kanker payudara dan kanker serviks sedangkan pada laki-laki jenis kanker terbanyak adalah kanker prostat dan kanker paru-paru. Adanya peningkatan risiko kanker payudara pada wanita yang memiliki riwayat kanker pada keluarga menunjukkan adanya asosiasi kausal (*strength*). Peningkatan risiko wanita yang menggunakan kontrasepsi oral > 10 tahun memiliki risiko lebih besar terkena kanker payudara. Penderita kanker yang memiliki pendidikan dasar tidak mempunyai pengetahuan untuk mengontrol diri dalam mengatasi masalah kesehatan, rasa percaya diri kurang, minimnya informasi dan pengalaman yang diperoleh. Tingginya pendidikan seseorang mempengaruhi cara berfikir positif memiliki perkiraan yang tepat bagaimana mengatasi masalah, mudah memahami tentang anjuran atau edukasi dari petugas kesehatan (Amelia et al., 2022).

Individu yang mempunyai pengetahuan memadai cenderung bersikap dan berperilaku sesuai pengetahuan yang dimiliki terutama melakukan pencegahan terhadap suatu penyakit. Pengetahuan dan informasi yang memadai digunakan untuk menentukan tindakan positif dalam menanggapi kesehatannya seperti memperoleh pengobatan dan mengobati penyakitnya sesuai dengan metode kesehatan yang berlaku. Pasien kanker yang terdiagnosa pada stadium awal dan pada tahun pertama mempunyai kesempatan melakukan pengobatan yang panjang. Penderita kanker stadium pertama memiliki survival rate 5 tahunnya bisa mencapai 90 persen. Artinya 9 dari 10 pasien kanker usus besar stadium 1 bisa bertahan sampai 5 tahun bahkan bisa saja lebih dari 5 tahun. Hitungan survival rate berhubungan dengan bertahan hidupnya seseorang dengan penyakit kankernya. Lama terdiagnosis mempengaruhi tingkat keberhasilan terapi, pasien yang masih hidup lima tahun setelah diagnosis biasanya dianggap sembuh (Sembiring et al., 2020).

Reaksi psikologis pasien kanker payudara stadium lanjut lebih besar dibandingkan stadium dini. Kanker pada stadium lanjut sudah mengalami metastasis ke organ tubuh lain sehingga pasien harus menjalani terapi yang cukup kompleks. Hal ini dapat mengakibatkan berbagai perubahan pada sistem tubuh. Lama terdiagnosa kanker berhubungan erat dengan angka bertahan hidup. Mayoritas responden terdiagnosis kanker payudara. Mayoritas responden yang terdiagnosa pada tahun pertama mengalami kesulitan menerima dirinya sebagai orang yang sakit. Pasien merasakan kesedihan yang terus-menerus, murung, menderita sampai timbul ide atau perilaku pesimistis (Arni et al., 2020).

Berdasarkan hasil uji statistik dengan selisih skor *pre-post* BFI dengan $n=64$ diketahui rata-rata tingkat kelelahan pada kelompok kontrol adalah 19,95 dan pada kelompok intervensi adalah 45,05 dengan $p\text{-value}= 0,000 (<0,05)$ artinya H_0 ditolak dan disimpulkan bahwa ada perbedaan tingkat kelelahan pada kelompok kontrol setelah diberi intervensi sesuai standar rumah sakit dengan kelompok intervensi setelah diberi akupresur pada pasien kanker yang menjalani kemoterapi. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Komariah et al., (2021) penggunaan terapi akupresur dalam praktik kesehatan menunjukkan terapi akupresur memiliki ukuran efek yang besar dalam mengurangi beberapa masalah efeknya terhadap penurunan tingkat kelelahan, nyeri, penyakit kronis, psikologi, neurologi, dan berbagai gejala penyakit.

Hal ini juga didukung dengan Prasetya, (2023) terapi komplementer dengan pemberian akupresur dapat mengurangi kelelahan sehingga merasa lebih rileks. Hal tersebut dapat membuktikan tentang hasil penelitian sebelumnya bahwa pasien yang

memiliki tingkat kelelahan yang jauh lebih rendah, kualitas tidur lebih baik dan suasana hati lebih baik.

Akupresur dilakukan dengan menggunakan sentuhan ringan yang menyenangkan sebagai pada titik-titik tertentu. menurut Teori Pengobatan Tradisional Cina (TCM), tindakan ini dapat meningkatkan kesehatan melalui pemulihan aliran energi yang lancar. Unsur “sentuhan” dalam akupresur juga dapat berpengaruh pada daerah lain. Pada penelitian ini didapat 7 manfaat dari akupresur adalah mual dan muntah, stres, nyeri, kelelahan, kecemasan, insomnia dan sesak nafas. kelelahan secara signifikan berkurang di semua kelompok perlakuan dengan penurunan yang lebih besar secara signifikan pada kelompok akupresur relaksasi. Akupresur akan menjadi intervensi yang cocok dalam pengaturan klinis di mana pasien yang menjalani kemoterapi mengalami tingkat kelelahan yang tinggi. Hasil ini menunjukkan bahwa penerapan akupresur pada pasien yang menjalani kemoterapi dapat mengurangi kelelahan (Winarti et al., 2023).

Berdasarkan hasil uji koefisien regresi logistik diketahui nilai *wald* pada variabel usia adalah 0,231 dengan nilai signifikansi 0,631 ($p>0,05$), stadium kanker mempunyai nilai *wald* 0,000 dengan signifikansi 0,999 ($p>0,05$). Siklus kemoterapi memiliki nilai *wald* 0,008 dengan signifikansi 0,931 ($p>0,05$). Anemia memiliki nilai *wald* 0,096 dengan signifikansi 0,757 ($p>0,05$). Artinya, usia, stadium kanker, siklus kemoterapi dan anemia tidak dominan mempengaruhi tingkat kelelahan pada pasien kanker yang menjalani kemoterapi. Menurut Prasetyo et al., (2021) faktor resiko yang menyebabkan terjadinya kanker payudara diantaranya yaitu usia menarche, paratis, usia pada kehamilan aterm pertama, menyusui, usia menopause, hormon eksogen, BB & IMT dan gaya hidup

Penyebab dan mekanisme *cancer related fatigue* berhubungan dengan perkembangan sel kanker, lama, kelelahan fisik atau mental yang menyertainya, atau faktor perilaku dan lingkungan. Dengan demikian, berbagai kemungkinan penyebab dan pengaruh somatik, afektif, kognitif, dan psikososial yang kompleks. Kelelahan (*fatigue*) yang dialami oleh pasien kanker dijelaskan pada salah satu hipotesis yang diajukan untuk menjelaskan *Cancer Related Fatigue* (CRF) bahwa kanker dan perawatan kanker menyebabkan kenaikan serotonin otak (*hydroxytryptamine*) tingkat dan/atau peningkatan regulasi populasi reseptor (*hydroxytryptamine*), sehingga mengurangi pengaturan somatomotor, dimodifikasi di hipotalamus bagian pituitary adrenal yaitu pada fungsi sumbu (HPA) dan sensasi kapasitas berkurang untuk melakukan pekerjaan fisik (Rahmah & Afiyanti, 2021).

Kelelahan dapat terjadi karena kebutuhan nutrisi yang kurang sehingga kebutuhan energi dalam tubuh tidak tercukupi. Kelelahan dapat muncul beberapa hari setelah pengobatan kemoterapi dan semakin memburuk. Klien juga mengungkapkan setelah kemoterapi mengalami penurunan darah (anemia). Klien yang menerima kemoterapi mengalami anemia karena adanya pengurangan produksi sel darah merah sehingga pengikatan oksigen dalam darah berkurang maka tubuh akan terasa lemas walaupun tidak melakukan aktivitas. kelelahan yang dialami dalam waktu 24 jam saat kemoterapi dan paling parah dirasakan, Kelelahan berkepanjangan mengganggu pekerjaan rutin seperti pekerjaan utama maupun aktivitas keseharian di rumah (Stanton et al., 2020).

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian tentang efektivitas akupresur terhadap kelelahan pada pasien yang menjalani kemoterapi di RSUD. H. Adam Malik Medan dapat disimpulkan bahwa pemberian akupresur efektif menurunkan tingkat kelelahan pada pasien yang menjalani kemoterapi dengan nilai signifikansi $p\text{-value} = <0,05$ dan tidak ada hubungan

usia, anemia, siklus kemoterapi dan stadium dengan kelelahan pasien kanker yang menjalani kemoterapi.

SARAN

Praktik keperawatan mengimplementasikan akupresur sebagai intervensi nonfarmakologi keperawatan secara holistik untuk meringankan kelelahan pada pasien kanker yang menjalani kemoterapi; mengembangkan kemampuan melalui program pendidikan dan pelatihan terapi akupresur untuk perawat agar memiliki pemahaman dan kemampuannya untuk menerapkan terapi komplementer khususnya akupresur; menetapkan suatu standar asuhan keperawatan untuk mengatasi masalah kelelahan pada pasien kanker yang menjalani kemoterapi dengan pertimbangan mengacu pada hasil penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Amelia, W., Alisa, F., Sastra, L., & Despitasari, L. (2022). Fatigue pada Pasien Kanker Payudara yang Menjalani Kemoterapi. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 7(2). <http://dx.doi.org/10.30651/jkm.v7i2.11972>.
- Apriyanti, M., & Zahra, A. N. (2022). The Effectiveness of Acupressure Therapy to Reduce Nausea and Vomiting in Colorectal Cancer Patients Undergoing Chemotherapy: Case Study. *Journal of Health and Cardiovascular Nursing*, 2(2), 71–80. <https://doi.org/10.36082/jhcn.v2i2.839>
- Arni W, Tawil S, Ayu Erika K, Mulhaeriah M. Efektivitas dalam Mengurangi Fatigue Pasien Kanker: A Systematic Review. 10(1), 131-45. <https://doi.org/10.20527/jdk.v10i1.23>
- Dogan, N. (2021). The Effects of Acupressure on Quality of Life and Dyspnea in Lung Cancer: A Randomized. *Controlled Trial*, 26(1).
- Hat, B., & Hurai, R. (2020). Hubungan Jenis Kanker dengan Fatigue pada Pasien Kemoterapi di RSUD. Abdul Wahab Sjahranie Samarinda. *Jurnal Keperawatan Dirgahayu (JKD)*, 2(1), 1–8. <https://doi.org/10.52841/jkd.v2i1.266>
- Hendriyeni, P., & Allenidekania, A. (2022). Intervensi Teknik Relaksasi pada Caregiver Cancer yang Mengalami Fatigue. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 5(2), 868–877. <https://doi.org/10.31539/jks.v5i2.3482>
- Kurniawan, K., Nur'aeni, Y., Mujahidah, S. A., Nugraha, P., Zahra, S., Aquino, A. (2023). Social Media Fatigue Management among Adolescents : Rapid Review. *Jurnal Kesehatan Pasak Bumi Kalimantan*, 6(1). <http://dx.doi.org/10.30872/j.kes.pasmi.kal.v6i1.8566>
- Komariah, M., Mulyana, A. M., Maulana, S., Rachmah, A. D., & Nuraeni, F. (2021). Literature Review Terkait Manfaat Terapi Akupresur dalam Mengatasi Berbagai Masalah Kesehatan. *Jurnal Medika Hutama*, 2(4). <https://www.researchgate.net>
- Khanghah, A. G., Rizzi, M. S., Nabi, B. N., Adib, M., & Leili, E. K. N. (2020). Effects of Acupressure on Fatigue in Patients with Cancer Who Underwent Chemotherapy. *JAMS Journal of Acupuncture and Meridian Studies*, 12(4), 103–110. <https://doi.org/10.1016/j.jams.2019.07.003>
- Larasati, A. D., & Noni, I. B. (2022). Intervensi Komplementer untuk Menurunkan Fatigue dan Meningkatkan Kualitas Hidup Pasien Kanker: A Systematic Review. *Asjn (Aisyiyah Surakarta Journal of Nursing)*, 3(1), 34–42. <http://jurnal.aiska-university.ac.id/index.php/ASJN/article/view/838>.
- Liu, Q., Wang, C., Wang, Y., Xu, W., Zhan, C., Wu, J., & Hu, R. (2022). Mindfulness-Based Stress Reduction with Acupressure for Sleep Quality in Breast Cancer

- Patients with Insomnia Undergoing Chemotherapy: A Randomized Controlled Trial. *European Journal of Oncology Nursing*, 61. <https://doi.org/10.1016/j.ejon.2022.102219>
- Prasetya, F. I. (2023). Pemberian Terapi Komplementer Akupressure Sebagai Alternatif Pemulihan Kelelahan pada Perawat Geriatri. *Jpma: Jurnal Pengabdian Masyarakat Al-Qodiri*, 2(1), 28–31. http://jurnal.stikesalqodiri.ac.id/index.php/JPMA_STIKESAlQodiri/article/view/217.
- Prasetyo, R. A., Nuryana, H. S., Nisa, U. U., & Istiqomah, N. (2021). Evidence Based Nursing *Self-Management* untuk Mengurangi Konstipasi pada Pasien Kanker Payudara yang Menjalani Kemoterapi: A Literature Review. *Journal of Bionursing*, 3(1), 61–71. <https://doi.org/10.20884/1.bion.2021.3.1.99>.
- Rahmah, S., & Alfiyanti, D. (2021). Penurunan Kelelahan yang Menjalani Kemoterapi dengan Terapi Akupresur pada Titik P6 (Neiguan) dan Titik ST36 (Zusanli). *Ners Muda*, 2(2), 37. <https://doi.org/10.26714/nm.v2i2.6262>
- Ruhyandudin, F., Theresia, M. W., & Azalia, N. R. (2022). Analisis Terapi Pilihan untuk Mengurangi Keluhan Subyektif pada Pasien Kanker yang Menjalani Kemoterapi. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 7(3). <http://dx.doi.org/10.30651/jkm.v7i3.14522>
- Sari, N., Suza, D. E., Tarigan, M., & Sumatera Utara, U. (2021). Terapi Komplementari terhadap Penurunan Nyeri pada Pasien Kanker. *Journal of Telenursing (JOTING)*, 3(2). <https://doi.org/10.31539/joting.v3i2.2936>.
- Sembiring, A., Tanjung, D., & Tarigan, R. (2020). Effectiveness of Acupressure to Reduce Vomiting Nausea in Patients Receiving Chemotherapy. *Issue 1(9)*, 26–32. <https://doi.org/10.9790/1959-0901112632>
- Stanton, A. L., Rowland, J. H., & Ganz, P. A. (2020). Life After Diagnosis and Treatment of Cancer in Adulthood. *Psychosocial Oncology Research*, 159–174. <https://doi.org/10.1002/9781119057840.ch141>.
- Utli, H., Dinç, M., & Utli, M. D. A. (2023). The Effect of Acupressure or Reiki Interventions on the Levels of Pain and Fatigue of Cancer Patients Receiving Palliative Care: A Randomized Controlled Study. *Explore*, 19(1), 91–99. <https://doi.org/10.1016/j.explore.2022.11.007>
- Winarti, G., Sembiring, M., & Tanjung, R. (2023). Terapi Akupresur pada Pasien Cancer yang Menjalani Kemoterapi. *Community Development Journal: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(1), 762–773. <https://doi.org/10.31004/cdj.v4i1.12443>
- Zick, S. M., Kruger, G., Harte, S., Sen, A., Harris, R. E., & Pearce, C. L. (2021). Acupressure for Cancer-Fatigue in Ovarian Cancer Survivor (The AcuOva Study): A Community-Based Clinical Trial Study Protocol Examining the Impact of Self-Acupressure on Persistent Cancer Related Fatigue in Ovarian Cancer Survivors. *Contemporary Clinical Trials*, 107. <https://doi.org/10.1016/j.cct.2021.106477>