

EFEKTIFITAS AKUPRESUR TERHADAP KELELAHAN DAN KECEMASAN PASIEN KANKER

Mahda Chresginova Malau¹, Enie Novieastari², Dewi Gayatri³
Universitas Indonesia^{1,2,3}
mahdachresginova@gmail.com¹

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi efektifitas akupresur dalam mengatasi kelelahan dan kecemasan pada pasien kanker. Metode penelitian yang digunakan adalah *Systematic Review*, melalui penelusuran artikel terhadap enam database terpercaya yaitu *Cocharene*, *EbscoHost*, *ProQuest*, *Sage Journals*, *ScienceDirect*, dan *Scopus*, untuk analisis artikel menggunakan metode PRISMA. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 10 artikel penelitian, ada artikel yang menyatakan bahwa akupresur efektif untuk mengatasi kelelahan dan kecemasan pada pasien kanker, akan tetapi ada juga artikel yang menyatakan bahwa akupresur memiliki efektifitas yang tidak terlalu signifikan untuk mengatasi kelelahan dan kecemasan pada pasien kanker khususnya bila dilakukan dengan jumlah sample yang sedikit dan saat proses kemoterapi berlangsung. Simpulan, akupresur memiliki manfaat positif dalam mengatasi kelelahan dan kecemasan meskipun dalam beberapa kasus dampak yang diberikan tidak terlalu signifikan. Akupresur salah satu terapi yang tidak menggunakan tindakan invasive, aman, hemat biaya dan mudah untuk di aplikasikan. Akupresur dapat dilakukan secara mandiri oleh pasien dengan melakukan pemijitan pada titik akupoint.

Kata Kunci: Akupresur, Kanker, Kecemasan, Kelelahan,

ABSTRACT

This study aims to identify the effectiveness of acupressure in treating fatigue and anxiety in cancer patients. The research method used is Systematic Review, through searching articles against six trusted databases, namely Cocharene, EbscoHost, ProQuest, Sage Journals, ScienceDirect, and Scopus, for article analysis using the PRISMA method. The results of the study showed that of the 10 research articles, there were articles which stated that acupressure was effective for overcoming fatigue and anxiety in cancer patients, but there were also articles which stated that acupressure had less significant effectiveness in overcoming fatigue and anxiety in cancer patients, especially when done with a small number of samples and during the chemotherapy process. In conclusion, acupressure has positive benefits in overcoming fatigue and anxiety, although in some cases the impact is not very significant. Acupressure is a therapy that does not use invasive procedures, is safe, cost-effective and easy to apply. Acupressure can be done independently by the patient by massaging the acupoints.

Keywords: Acupressure, Anxiety, Cancer, Fatigue

PENDAHULUAN

Kanker merupakan jenis penyakit kronik yang umumnya sangat mengancam jiwa dan menjadi penyebab kematian pertama diseluruh dunia. Pada tahun 2018, kasus kanker mengalami peningkatan yang sangat signifikan di dunia dengan angka kejadian

9.6 juta kematian (Ruiz-Marin, C. M., Molina-Barea, R., Slim, M., & Calandre, E. P., 2021). Menurut *World Health Organization* (WHO) prevalensi kanker di dunia pada tahun 2020 adalah sekitar 19,3 kasus dan sekitar 10 juta kematian, dan hal ini diperkirakan akan mengalami peningkatan pada tahun 2040. Jenis kanker yang paling sering terjadi dengan penemuan kejadian kasus baru adalah kanker payudara, kanker paru-paru, kanker usus besar dan rektum, dan kanker prostat, kanker kulit non-melanoma dan kanker perut. Sedangkan jenis kanker yang paling sering menjadi penyebab kematian adalah kanker paru-paru, kanker usus besar dan kanker rektum, kanker hati, kanker perut, dan kanker payudara (International Agency of Research on Cancer (IARC), 2020).

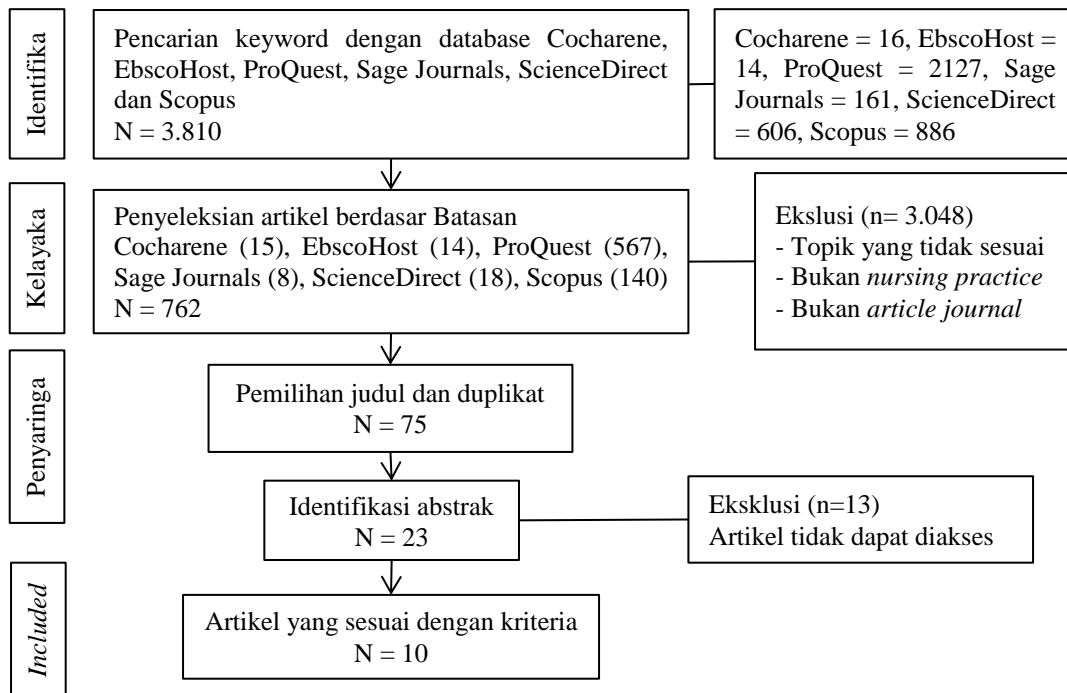
Diagnosis kanker sangat mempengaruhi kehidupan individu dan memberikan dampak secara fisik maupun psikologis bagi pasien kanker. Kelelahan merupakan suatu gejala yang sangat umum terjadi pada pasien kanker. Kelelahan pada pasien kanker selama ini mengalami keterbatasan dalam mendiagnosa dan mengatasinya (Thong et al., 2020). Kelelahan pada pasien kanker terjadi karena prognosis dari kanker dan juga terapi kanker yang dijalani yang dapat mempengaruhi fungsi fisik, psikis, dan sosial (Hayuningrum et al., 2022). Prevalensi kelelahan pada pasien kanker terjadi sebesar 74,8% (Nugusse et al., 2021). Sementara itu, dalam penelitian lainnya untuk angka kejadian kelelahan pada pasien kanker adalah sebesar 83% (Alzhrani et al., 2023).

Selain itu, kecemasan juga merupakan salah satu dampak psikologis dari kanker. Kecemasan pada kanker dapat menurunkan kualitas hidup pasien kanker (Elimimian et al., 2020). Kecemasan merupakan respon yang terjadi secara alamiah pada pasien karena kanker karena merupakan jenis penyakit yang mengancam jiwa. Kecemasan pada pasien kanker mengalami peningkatan sebesar 2,7 kali lipat dibandingkan dengan populasi umum (Goerling et al., 2023). Gejala yang dirasakan dapat berupa rasa khawatir, ketidakpastian dan juga keputusan. Bila kondisi ini tidak memperoleh intervensi maka kecemasan dapat mempengaruhi kualitas hidup pasien kanker, ketidakpatuhan dalam pengobatan dan bahkan peningkatan resiko bunuh diri pada pasien kanker (Grassi et al., 2023). Untuk mengantisipasi dampak dari kelelahan dan kecemasan pada pasien kanker maka dibutuhkan intervensi yang tepat. Intervensi dapat diberikan secara farmakologis maupun non-farmakologi untuk penurunan derajat kelelahan dan tingkat kecemasan. Penggunaan intervensi non-farmakologis merupakan intervensi yang lebih aman dan tidak membahayakan (Sari et al., 2021).

Akupresur merupakan terapi non-farmakologis dengan melakukan pemijatan pada titik tertentu pada tubuh (Komariah et al., 2021). Dengan bantuan titik akupoint akan menciptakan keseimbangan antara saraf simpatis dan parasimpatis serta menjaga homeostatis (Yildirim & Ciris Yildiz, 2021). Penelitian terdahulu oleh Utli et al., (2023) menyatakan bahwa intensitas nyeri dan kelelahan mengalami penurunan secara signifikan pada kelompok intervensi. Penelitian dilakukan terhadap 156 sample yang dibagi ke dalam kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Desain penelitian menggunakan *Randomized Controlled Trial* dan dianalisis dengan *ANNOVA test*. Sejalan dengan itu, penelitian oleh Harorani et al. (2023) menyatakan bahwa akupresur pada kelompok intervensi mengurangi kecemasan secara signifikan pada pasien kanker yang menjalani kemoterapi. Penelitian ini dilakukan pada 70 sample yang dibagi menjadi kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Desain penelitian menggunakan *Randomized Clinical Trial* dan dianalisis dengan test *Kolmogorov-Smirnov*. Sedangkan dalam penelitian melakukan *review* artikel untuk mengidentifikasi efektifitas akupresur terhadap kelelahan dan kecemasan pada pasien kanker. penelitian ini menggunakan desain penelitian *systematic review* terhadap sepuluh artikel.

METODE PENELITIAN

Dalam tulisan ini penulis menggunakan *Prefered Reporting Items for Systematic Review and Meta- Analysis (PRISMA)*. Penulis menggunakan artikel dari beberapa database yaitu : *Cocharene, EbscoHost, Proquest Sage Journals, ScienceDirect, dan Scopus*. Penulis juga menetapkan kriteria inklusi dan kriteria eksklusi. Kriteria inklusinya adalah artikel *acupressure* untuk kelelahan (*fatigue*) dan kecemasan pada pasien kanker dengan menggunakan artikel dengan teks yang lengkap yang berbahasa Inggris, memiliki *open access* dan *open archive* serta bersifat keperawatan. Sementara itu yang menjadi kriteria eksklusinya adalah Artikel ensiklopedia, *bookchapter, conference, correspondence, editorial, news, practice guideline, protocol, systematic review, literature review* dan *meta-analysis* serta artikel penelitian dengan desain kualitatif. Pada proses pencarian artikel, penulis menggunakan kata kunci sesuai PICO dengan berbagai sinonim padanan kata dalam pencarian literatur, yaitu “*cancer patient*” OR “*oncology patient*” OR “*patients with cancer*” AND “*acupressure*” AND “*Cancer-Related fatigue*” OR “*fatigue*” AND “*anxiety*”. Dari kata kunci tersebut, penulis memperoleh 10 artikel yang berkaitan dengan penulisan ini. Berikut penulis tampilkan hasil pencarian artikel dengan menggunakan *prisma flow diagram* pada gambar 1 dibawah ini:



Gambar. 1
Algoritma Pencarian

HASIL PENELITIAN

Tabel.1
Systematic Review

Identitas Jurnal	Metode Penelitian	Hasil Penelitian
Lin, L., Zhang, Y., Qian, H. Y., Xu, J. L., Xie, C. Y., Dong, B., & Tian, L. (2021). <i>Auricular Acupressure for cancer-related</i>	<i>Randomised Trial</i>	Hasil penelitian menemukan data bahwa terjadi perubahan yang signifikan terhadap kelelahan dan kecemasan akibat kemoterapi pada kelompok intervensi yang diberikan terapi akupresur

<i>fatigue during lung cancer chemotherapy : a randomised trial</i>		dibandingkan dengan kelompok perawatan rutin ($p < 0,01$) akan tetapi tidak memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kognitif ($p = 0,03$)
Ghanbari, A., Rizi, M. S., Nabi, B. N., Adib, M., & Leili, E. K. N. (2020). <i>Effects of Acupressure on Fatigue in Patients with Cancer Who Underwent Chemotherapy</i>	Clinical Trial	Hasil penelitian ditemukan bahwa skor kelelahan yang perbedaanya tidak signifikan sebelum dan selama kemoterapi ($p=0.275$; $p=0.496$) tetapi terdapat perbedaan yang signifikan pada ketiga grup setelah kemoterapi (0.021). Perbedaan yang tidak signifikan setelah kemoterapi ditemui pada kelompok intervensi dengan kelompok placebo ($p=0.930$) dan diantara kelompok placebo dengan kelompok kontrol ($p=0.068$).
Thi, H., Hoang, X., Molassiotis, A., Choi, & Chan, W., Hoang Vu, A., Phuc, & Bui, T. (2022). <i>Pilot randomized sham-controlled trial of self-acupressure to mage the symptom cluster of insomnia, depression, and anxiety in cancer patients undergoing chemotherapy</i>	Pilot randomized Study	Hasil penelitian ini mengindikasikan bahwa akupresur secara signifikan meningkatkan kualitas hidup pada target terapi, pada kelompok akupresur asli mengalami penurunan gejala secara signifikan dibandingkan kelompok lainnya. Sedangkan untuk skor insomnia dan kecemasan pada kelompok akupresur asli dan akupresur palsu lebih rendah secara signifikan dibanding kelompok perawatan standar ($p<0.05$)
Utli, H., Dinç, M., & Utli, M. D. A. (2023). <i>The effect of acupressure or reiki interventions on the levels of pain and fatigue of cancer patients receiving palliative care: A randomized controlled study</i>	Randomized Controlled Study	Hasil penelitian ini mengungkapkan bahwa pada kelompok intervensi yang menerima intervensi akupresur atau reiki mengalami penurunan untuk skala nyeri dan tingkat kelelahan pada pasien kanker stadium III dan IV. Sementara itu pada kelompok kontrol tidak terjadi perubahan signifikan untuk tingkat kelelahan dan skala nyeri ($p<0.001$). sehingga berdasarkan penelitian ini, akupresur efektif digunakan untuk mengatasi kelelahan dan nyeri pada pasien kanker stadium III dan IV.
Li, M. Y., Kwok, S. W. H., Tan, J. Y. (Benjamin), Bressington, D., Liu, X. L., Wang, T., & Chen, S. L. (2023). <i>Somatic acupressure for the fatigue, sleep disturbance, depression symptom cluster in breast cancer : A phase II randomized controlled trial</i>	Randomized Controlled Trial	Hasil penelitian ini menyatakan bahwa somatic akupresur memiliki dampak yang signifikan terhadap penurunan tingkat kelelahan ($p<0,05$). Dan somatic akupresur dapat digunakan untuk strategi manajemen gejala pada pasien kanker
Cheung, D. S. T., Yeung, W. F., Chau, P. H., Lam, T. C., Yang, M., Lai, K., Ip, C. Y., Lao, L., & Lin, C. C. (2022). <i>Patient-Centred, Self-Administered Acupressure for Chinese Advanced Cancer Patients Experiencing Fatigue and Co-Occurring Symptoms: A Pilot Randomised Controlled Trial</i>	Pilot Randomised Controlled Trial	Hasil studi ini menyatakan bahwa akupresur mandiri dengan menggunakan pendekatan yang berpusat pada pasien efektif untuk mengatasi kelelahan, nyeri, tekanan psikologis seperti kecemasan dan depresi pada pasien kanker stadium lanjut di Cina. Pada pelaksanaan minggu ke empat studi ini, tingkat fatigue mengalami penurunan (MD = -0.81, 95% CI, -2.41 menjadi 0.79) sementara itu pada minggu ke depalan pelaksanaan studi ini, tingkat fatigue kembali mengalami penurunan (MD = -0.58, 95% CI, -2.81 menjadi 1.65). Meskipun terjadi penurunan akan tetapi tidak mencapai hasil yang signifikan. Hal ini bisa terjadi karena jumlah sample yang

		sedikit
Özdemir, Ü., & Taşçı, S. (2023). <i>Acupressure for Cancer-Related Fatigue in Elderly Cancer Patients</i>	<i>Randomized Controlled Study</i>	Hasil penelitian ditemui bahwa terjadi penurunan secara signifikan terhadap tingkat kelelahan dari pemeriksaan pertama ke pemeriksaan kedua pada kelompok akupresur. Sementara itu pada kelompok kontrol tidak ditemui perbedaan yang signifikan pada pemeriksaan pertama dan kedua. Oleh karena itu akupresur efektif bila digunakan untuk mengatasi kelelahan pada pasien kanker, selain itu juga intervensi ini aman dan tidak menimbulkan efek samping yang serius.
Tsao, Y., & Creedy, D. K. (2021). <i>Auricular acupressure : reducing side effects of chemotherapy in women with ovarian cancer</i>	<i>Quasy-Randomized Controlled Trial</i>	Hasil penelitian mengungkapkan bahwa pada pasien kanker ovarium pada kelompok intervensi mengalami efek samping seperti kelelahan dan penurunan nafsu makan yang lebih rendah dibanding yang berada pada kelompok kontrol. Dan pada minggu ke enam terjadi peningkatan aktifitas umum pada kelompok intervensi ($p=0.002$).
Harorani, M., Salehi, M., Shahrodi, M., & Rafiei, F. (2023). <i>Effect of Localized Acupressure Massage on Anxiety during Chemotherapy in Patients with Breast Cancer: A Single-Blind Randomized Clinical Trial</i>	<i>Randomized Clinical Trial</i>	Hasil penelitian ditemukan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan setelah pemberian intervensi akupresur. Bila dibandingkan antara kelompok intervensi dengan kelompok kontrol, maka pada kelompok intervensi terjadi perubahan tingkat kecemasan sebelum dan sesudah pemberian terapi akupresur kelompok kontrol tidak mengalami perubahan terhadap tingkat kecemasan pasien kanker ($p=0.0001$).
Zick, S. M., Alrawi, S., Merel, G., Burris, B., Sen, A., Litzinger, A., & Harris, R. E. (2021). <i>Relaxation Acupressure Reduces Persistent Cancer-Related Fatigue</i>	<i>Pilot clinical study</i>	Hasil penelitian ini ditemukan bahwa terdapat perubahan skor kelelahan pada setiap grup. Akan tetapi pada grup relaksasi akupresur lebih besar perubahannya dengan mean $4.0 \pm SD 1.5$, $p=0.27$, sedangkan pada grup HIS mean $2.2 \pm SD 1.6$, dan grup LIS mean $2.7 \pm SD 2.2$

Berdasarkan tabel 1, hasil analisis dari 10 artikel penelitian menunjukkan bahwa akupresur memiliki pengaruh positif terhadap penurunan tingkat kecemasan dan penurunan tingkat kelelahan.

PEMBAHASAN

Hasil yang diperoleh pada pelaksanaan *systematic review* terhadap 10 artikel terkait intervensi untuk mengatasi kelelahan (*fatigue*) dan kecemasan pada pasien kanker dengan pemberian intervensi akupresur, memberikan beberapa gambaran, yaitu konsep akupresur, manfaat pemberian akupresur pada pasien kanker, dan juga keterbatasan intervensi akupresur pada pasien kanker. Berikut ini penjelasannya:

Definisi Akupresur

Akupresur merupakan bagian dari fisioterapi yang memberikan pijatan pada titik-titik akupoint pada tubuh. Akupresur dilakukan dengan menekan titik-titik penyembuhan dengan menggunakan jari yang dilakukan secara bertahap untuk memicu tubuh dalam melakukan proses penyembuhan secara alami (Yenny Armayanti et al., 2023). Akupresur merupakan turunan dari akupunktur, akan tetapi perbedaan diantara keduanya adalah pada penggunaan jarum saat proses pengobatan. Akupresur lebih

aman, tidak mahal dan membutuhkan pelatihan yang ringan. Akupresur juga dapat digunakan oleh peneliti, petugas Kesehatan, anggota keluarga dan pasien itu sendiri (Zick et al., 2021).

Kelebihan Akupresur

Berdasarkan hasil telaah dari beberapa jurnal terkait efektifitas akupresur terhadap kelelahan dan kecemasan, ditemukan manfaat dari akupresur adalah membantu dalam mengatasi dan menurunkan kelelahan dan kecemasan pada pasien kanker. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Cheung et al. (2022) bahwa terdapat perubahan tingkat kelelahan pasien kanker yang diukur selama 8 minggu. Pada minggu ke depalan pelaksanaan studi ini, tingkat *fatigue* menurun (MD = -0.58, 95% CI, -2.81 menjadi 1.65). Selanjutnya hasil penelitian Utli et al. (2023) menyatakan akupresur memiliki dampak yang positif terhadap penurunan skala nyeri dan tingkat kelelahan pada pasien kanker stadium III dan stadium IV. Begitu juga dengan penelitian Lin et al. (2021) bahwa efek terapi akupresur auricular efektif menurunkan kelelahan pada pasien kanker yang sedang melakukan kemoterapi.

Selain terhadap kelelahan dan kecemasan akupresur juga dapat mengatasi mual dan muntah, kualitas tidur, dan mengatasi konstipasi pada pasien kanker (Dewi et al., 2023)(Sembiring et al., 2020). Hal serupa juga dibuktikan dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Doğan & Tasci (2021) dimana dalam empat minggu pemberian akupresur dapat mengurangi dispnea dan meningkatkan kualitas hidup pasien kanker secara efektif.

Keterbatasan Akupresur

Banyak keunggulan yang diperoleh dari penerapan akupresur pada pasien kanker, akan tetapi dalam beberapa kasus akupresur memiliki keterbatasan untuk hasil yang diperoleh. Hal ini dibuktikan oleh penelitian yang dilakukan oleh Cheung et al. (2022), bahwa meskipun akupresur memberikan perubahan terhadap penurunan tingkat kelelahan pada pasien kanker akan tetapi bukanlah penurunan secara signifikan, hal ini terjadi karena jumlah sample yang sedikit. Sejalan dengan hal tersebut, penelitian oleh Ghanbari et al. (2020) bahwa akupresur memiliki pengaruh yang tidak terlalu signifikan bila dilakukan pada saat proses kemoterapi berlangsung. Hal serupa juga diungkapkan oleh Lin et al. (2021) menyatakan bahwa akupresur tidak memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kognitif pasien kanker.

Implikasi terhadap ilmu keperawatan

Perkembangan ilmu keperawatan saat ini harus memiliki *evidence-based*. Akupresur sebagai salah satu *evidence-based* yang telah memiliki banyak keberhasilan dalam penerapannya maka dapat dikembangkan lebih dalam lagi untuk mengatasi gejala yang disebabkan oleh kanker. Akupresur memiliki banyak dampak positif dalam mengatasi gejala-gejala pada pasien kanker baik itu secara fisik dan psikologis.

SIMPULAN

Pemberian terapi akupresur sebagai salah satu terapi komplementer memiliki banyak dampak positif untuk mengatasi kelelahan (*fatigue*) dan kecemasan pada pasien kanker. Akupresur ini sangat mudah dalam pengaplikasiannya. Akupresur juga aman untuk dilakukan karena tidak menggunakan tindakan invasive dalam pelaksanaannya. Akupresur selain memiliki keunggulan dalam pelaksanaan dan evaluasinya, tindakan ini

juga memiliki kelemahan. Akan tetapi dapat untuk meminimalisasi kelemahan dari akupresur, perawat dapat melakukan evaluasi dari penelitian yang pernah dilakukan sebelumnya dan kemudian memodifikasi untuk meningkatkan efektifitasnya. Akupresur dapat digunakan pada pengendalian gejala pada pasien kanker karena akupresur telah memiliki banyak *evidence-based* yang menyatakan efektifitasnya yang lebih besar dibanding dengan kelemahannya.

SARAN

Tinjauan ini dapat menjadi referensi bagi perawat yaitu penerapan akupresur sebagai salah satu jenis terapi komplementer dalam mengatasi gejala fisik dan psikologis pada pasien kanker lebih ditingkatkan lagi. Karena selain pelaksanaan yang dapat dilakukan secara mandiri oleh pasien, terapi ini juga hemat biaya karena hanya memerlukan jari dalam pelaksanaannya.

DAFTAR PUSTAKA

- Alzhrani, A. A., Alsu hail, A. I., & Rababah, A. A. (2023). Fatigue Prevalence Among Palliative Care Cancer Patients in Comprehensive Cancer Center, King Fahad Medical City, Riyadh, Saudi Arabia: A Cross-Sectional Study. *Journal of Palliative Care*, 38(4), 424–431. <https://doi.org/10.1177/08258597231191615>
- Cheung, D. S. T., Yeung, W. F., Chau, P. H., Lam, T. C., Yang, M., Lai, K., Ip, C. Y., Lao, L., & Lin, C. C. (2022). Patient-Centred, Self-Administered Acupressure for Chinese Advanced Cancer Patients Experiencing Fatigue and Co-Occurring Symptoms: A Pilot Randomised Controlled Trial. *European Journal of Cancer Care*, 31(5). <https://doi.org/10.1111/ecc.13314>
- Dewi, S. U., Nuraeni, T., Maria, R., & Gayatri, D. (2023). Effectiveness of Acupressure Therapy against Constipation and Comfort Cancer Patients Undergoing Chemotherapy: Systematic Review. *British Journal of Nursing Studies*. <https://doi.org/10.32996/bjns>
- Doğan, N., & Tasci, S. (2021). The Effects of Acupressure on Quality of Life and Dyspnea in Lung Cancer : A Randomized Controlled Trial. *Aliso Viejo*, 26(1), 49. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31221935/>
- Elimimian, E. B., Elson, L., Stone, E., Butler, R. S., Doll, M., Roshon, S., Kondaki, C., Padgett, A., & Nahleh, Z. A. (2020). A Pilot Study of Improved Psychological Distress with Art Therapy in Patients With Cancer Undergoing Chemotherapy. *BMC Cancer*, 20(1). <https://doi.org/10.1186/s12885-020-07380-5>
- Goerling, U., Hinz, A., Koch-Gromus, U., Hufeld, J. M., Esser, P., & Mehnert-Theuerkauf, A. (2023). Prevalence and Severity of Anxiety in Cancer Patients: Results from A Multi-Center Cohort Study in Germany. *Journal of Cancer Research and Clinical Oncology*, 149(9), 6371–6379. <https://doi.org/10.1007/s00432-023-04600-w>
- Grassi, L., Caruso, R., Riba, M. B., Lloyd-Williams, M., Kissane, D., Rodin, G., McFarland, D., Campos-Ródenas, R., Zachariae, R., Santini, D., & Ripamonti, C. I. (2023). Anxiety and Depression in Adult Cancer Patients: ESMO Clinical Practice Guideline. *ESMO Open*, 8(2). <https://doi.org/10.1016/j.esmoop.2023.101155>
- Harorani, M., Salehi, M., Shahrodi, M., & Rafiei, F. (2023a). Effect of Localized Acupressure Massage on Anxiety during Chemotherapy in Patients with Breast Cancer: A single-blind randomized clinical trial. *European Journal of Integrative Medicine*, 57. <https://doi.org/10.1016/j.eujim.2022.102209>
- Hayuningrum, C. F., & Salim, A. T. (2022). Jenis Latihan Fisik untuk Menurunkan Cancer Related Fatigue (CRF) pada Pasien Penderita Kanker. *Indonesian Journal of Health Science*, 2(2), 33-43. <https://doi.org/10.54957/ijhs.v2i2.188>

- International Agency of Research on Cancer (IARC). (2020). *Cancer Today*. gco.iarc.fr
- Ghanbari, A., Rizi, 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.2020.07.003>
- Komariah, M., Maulid Mulyana, A., Maulana, S., Dinah Rachmah, A., & Nuraeni, F. (2021). Literature Review Terkait Manfaat Terapi Akupresur dalam Mengatasi Berbagai Masalah Kesehatan. *Jurnal Medika Utama*, 2(4), 1223–1230. <http://jurnalmedikahutama.com>
- Lin, L., Zhang, Y., Qian, H. Y., Xu, J. L., Xie, C. Y., Dong, B., & Tian, L. (2021). Auricular Acupressure for Cancer-Related Fatigue During Lung Cancer Chemotherapy: A Randomised Trial. *BMJ Supportive and Palliative Care*, 11(1), 32–39. <https://doi.org/10.1136/bmjspcare-2019-001937>
- Nugusse, T., Lemlem, S. B., Deressa, J., & Kisa, S. (2021). Prevalence of Fatigue and Associated Factors Among Cancer Patients Attending Tikur Anbessa Specialized Hospital, Addis Ababa, Ethiopia. *Cancer Management and Research*, 13, 1909–1916. <https://doi.org/10.2147/CMAR.S291298>
- Ruiz-Marin, C. M., Molina-Barea, R., Slim, M., & Calandre, E. P. (2021). Marital Adjustment in Patients with Cancer: Association with Psychological Distress, Quality of Life, and Sleep Problems. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(13). <https://doi.org/10.3390/ijerph18137089>
- Sari, N., Suza, D. E., & Tarigan, M. (2021). Terapi Komplementari terhadap Penurunan Nyeri pada Pasien Kanker. *Journal of Telenursing (JOTING)*, 3(2), 759–770. <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. *IOSR Journal of Nursing and Health Science (IOSR-JNHS)*, 9(1), 26–32. <https://doi.org/10.9790/1959-0901112632>
- Thi, H., Hoang, X., Molassiotis, A., Choi, & Chan, W., Hoang Vu, A., Phuc, & Bui, T. (2022). Pilot Randomized Sham-Controlled Trial of Self-Acupressure to Manage The Symptom Cluster of Insomnia, Depression, and Anxiety in Cancer Patients Undergoing Chemotherapy. *Sleep and Breathing*, 26(1), 445–456. <https://doi.org/10.1007/s11325-021-02370-8/Published>
- Thong, M. S. Y., van Noorden, C. J. F., Steindorf, K., & Arndt, V. (2020). Cancer-Related Fatigue: Causes and Current Treatment Options. *Current Treatment Options in Oncology*, 21(2). <https://doi.org/10.1007/s11864-020-0707-5>
- 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>
- Yenny Armayanti, L., Eka Larasati Wardana, K., Pinahyu Pratiwi, P., & Kade Adi Widyas Pranata, G. (2023). The Effect of Acupressure Therapy to Reduce the Intensity of Low Back Pain on The Third Semester Pregnant Women. *Jurnal Riset Kesehatan Nasional*, 7(2), 116–122. <https://doi.org/https://doi.org/10.37294>
- Yildirim, D., & Ciris Yildiz, C. (2021). The Effect of Acupressure on Vital Signs, Acute Pain, Stress and Satisfaction During Venipuncture: Single-Blind, Randomized Controlled Study. *European Journal of Integrative Medicine*, 44. <https://doi.org/10.1016/j.eujim.2021.101343>
- Zick, S. M., Alrawi, S., Merel, G., Burris, B., Sen, A., Litzinger, A., & Harris, R. E. (2021). Relaxation Acupressure Reduces Persistent Cancer-Related Fatigue. *Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine*. <https://doi.org/10.1155/2021/142913>