

Efek Acupressure Pada Nyeri Kanker: A Scoping Review

Effects Of Acupressure On Cancer Pain: A Scoping Review

Candra Hatta^{1*}, Hanifah Sahar Al Afra², Dhanang Efendi³, Akub Selvia⁴

^{1,2,3,4}Program Studi S1 Keperawatan, Universitas Telogorejo Semarang, Jawa Tengah

*Corresponding Author e-mail: candra@universitastelogorejo.ac.id

Article info Received : 31 Desember 2025, Accepted : 28 Februari 2026, Publish : 05 Maret 2026

ABSTRAK

Nyeri merupakan salah satu tanda utama yang dirasakan oleh penderita penyakit kronis termasuk kanker, kajian penanganan nyeri non farmakologis khususnya acupressure telah banyak dilakukan, namun, kajian review yang dapat digunakan sebagai landasan pemikiran intervensi ini masih terbatas. Tujuan dari review ini adalah untuk melihat gambaran dari scoping review tentang efek acupressure terhadap nyeri pada pasien kanker. Review ini menggunakan pendekatan scoping review, dengan menggunakan databased Pubmed, Cochrane, Proquest, Wiley Library dengan menggunakan kata kunci “Acupressure” AND “Pain” AND “Cancer” OR “Cronic” OR “Cronic diases”. Pada pencarian tersebut dilakukan penyaringan data dengan filter awal ceklist “free full text”, “Publication from 2020-2025”, “Randomized Controlled Trial”. Analisis review dilakukan dengan menggunakan pendekatan teori Arksey dan O’Malley. Hasil 5 artikel yang di review menunjukkan bahwa acupressure memiliki efek positif dalam mengurangi dan mengatasi nyeri pada penyakit kanker, diantaranya mengurangi nyeri pasien kanker payudara, kanker kolorektal, leukimia, kanker paru-paru, kanker lambung, kanker pancreas, kanker tulang, kanker yang sudah metastasis dan kanker yang lainnya. Penelitian selanjutnya dapat melakukan review artikel terakit acupressure dengan metode yang lain dalam mengatasi gejala pada penyakit kanker.

Kata kunci: Penyakit kanker, Nyeri, Acupressure, Nyeri kanker

ABSTRACT

Pain is one of the main signs felt by people with chronic diseases including cancer, studies on non-pharmacological pain management, especially acupressure, have been widely conducted, however, review studies that can be used as a basis for thinking about this intervention are still limited. The purpose of this review is to see an overview of scoping reviews on the effects of acupressure on pain in cancer patients. This review uses a scoping review approach, using the Pubmed, Cochrane, Proquest, Wiley Library databases using the keywords "Acupressure" AND "Pain" AND "Cancer" OR "Cronic" OR "Cronic diases". In the search, data filtering was carried out with the initial filter checklist "free full text", "Publication from 2020-2025", "Randomized Controlled Trial". The review analysis was carried out using the Arksey and O'Malley theory approach. The results of five reviewed articles indicate that acupressure has a positive effect in reducing and managing pain in cancer patients, including those with breast cancer, colorectal cancer, leukemia, lung cancer, gastric cancer, pancreatic cancer, bone cancer, metastatic cancer, and other cancers. Future research could review articles related to acupressure with other methods for managing cancer symptoms

Keywords: Cancer, Pain, Acupressure, Cancer Pain.

PENDAHULUAN

Kanker adalah suatu penyakit kronis yang menyebabkan sel-sel dalam tubuh berubah dan tumbuh di luar kendali. Penyakit ini bisa menyerang beberapa organ tubuh yang bergantung pada organ di mana sel dan jaringan kanker berkembang seperti kanker paru-paru, kanker payudara, prostat, kolorektal, ovarium dan perut (Winarti et al., 2023). Kanker juga merupakan penyakit yang menakutkan. Kanker telah menjangkiti makhluk hidup multiseluler selama lebih dari 200 juta tahun (Haberkorn, 2019). Kanker merupakan penyebab kematian utama dan terus meningkat morbiditas di setiap negara di dunia (Andinata et al., 2023).

Masalah Kanker adalah penyebab utama kematian di seluruh dunia, menyebabkan hampir 10 juta kematian pada tahun 2020. (WHO, 2020) Kanker payudara merupakan salah satu kanker yang banyak terjadi dan sering menyebabkan kematian pada wanita (Ashariati, 2019). Berdasarkan data dari International Agency for Research on Cancer dalam GLOBOCAN (Global Cancer Statistic) 2018, jumlah kasus baru kanker payudara yang ditemukan di seluruh dunia berkisar 2,1 juta orang (11,6%) dengan jumlah kematian sebesar 626.679 orang (6,6%) (Sutnick & Gunawan, 1982).

Nyeri sering dirasakan oleh penderita penyakit kronis, termasuk pada penyakit ginjal, kanker, jantung diabetes (Chan, 2021) (Duncanson et al., 2021) (Çevik & Taşçı, 2020). Nyeri adalah persepsi sensorik dan emosional yang tidak menyenangkan yang terkait dengan kerusakan jaringan aktual atau potensial. Auricular Point Acupressure telah terbukti memberikan pengurangan nyeri pada pasien yang merasakan nyeri, nyeri hilang dalam waktu satu hingga dua menit setelah stimulasi titik telinga ataupun pada titik acupressure untuk mengurangi nyeri. Pengurangan nyeri yang langsung dari Auricular Point Acupressure masih perlu dijelaskan secara jelas, menyoroti kesenjangan dalam pemahaman saat ini tentang efek analgesiknya (Yeh et al., 2023).

Acupressure sebagai pengobatan yang dilakukan oleh orang cina, metode terapi yang melibatkan tekanan pada titik-titik tertentu di tubuh untuk merangsang penyembuhan dan mengurangi gejala penyakit. Teknik ini berasal dari tradisi pengobatan Tiongkok dan didasarkan pada konsep bahwa energi vital atau "Qi" mengalir melalui jalur-jalur energi yang disebut meridian di tubuh (Chen et al., 2021). (Liu et al., 2021).

Banyak terapi yang dilakukan terhadap pasien kanker, diantaranya yaitu pembedahan atau operasi, onkologi radiasi, imunoterapi dan kemoterapi. Pembedahan menjadi pengobatan pertama untuk banyak jenis kanker. Dalam pengobatan, kemoterapi merupakan salah satu modalitas pengobatan yang paling banyak digunakan dalam terapi kanker (Tiala, 2023). Pada semua tindakan ini, tidak ada yang efektif untuk menyembuhkan penyakit kanker secara penuh. Selain itu, pasien kanker juga merasa bahwa perawatan paliatif yang mereka terima belum mampu mendukung pemenuhan berbagai aspek perawatan, seperti pengurangan gejala mual, muntah, aspek spiritual serta nyeri (Tiala, 2023).

Penelitian (Lown et al., 2019) menyatakan bahwa terapi acupressure ditambah ke perawatan biasa dapat mengurangi keperawatan mual dan muntah pada anak-anak yang menjalani transplantasi sel induk (Lown et al., 2019). Penelitian (Gönenç & Terzioğlu, 2020) menyatakan bahwa terapi acupressure kombinasi dengan pijat dapat mengurangi nyeri persalinan. Penelitian serupa dilakukan oleh peneliti pada pasien cancer kolorektal yang sedang menjalankan kemoterapi didapatkan hasil bahwa acupressure aurikuler berpengaruh dalam mengurangi mual, muntah pada pasien kanker kolorektal yang menjalankan kemoterapi (Shin & Park, 2018). Nyeri merupakan salah satu tanda utama yang dirasakan oleh penderita penyakit kronis termasuk kanker, kajian penanganan nyeri non farmakologis khususnya acupressure telah banyak dilakukan, namun, kajian review yang dapat digunakan sebagai landasan pemikiran intervensi ini masih terbatas. Dalam keterbatasan review terkait penanganan nyeri pada pasien kanker dengan teknik non farmakologi, maka peneliti tertarik untuk membuat suatu artikel review yang terkait penanganan nyeri pada pasien kanker yang merasakan nyeri secara berkelanjutan.

Dengan dilakukan review ini diharapkan dapat menjadi pengetahuan baru bagi orang lain bahwa acupressure dapat mengatasi nyeri yang dialami oleh pasien kanker.

METODE

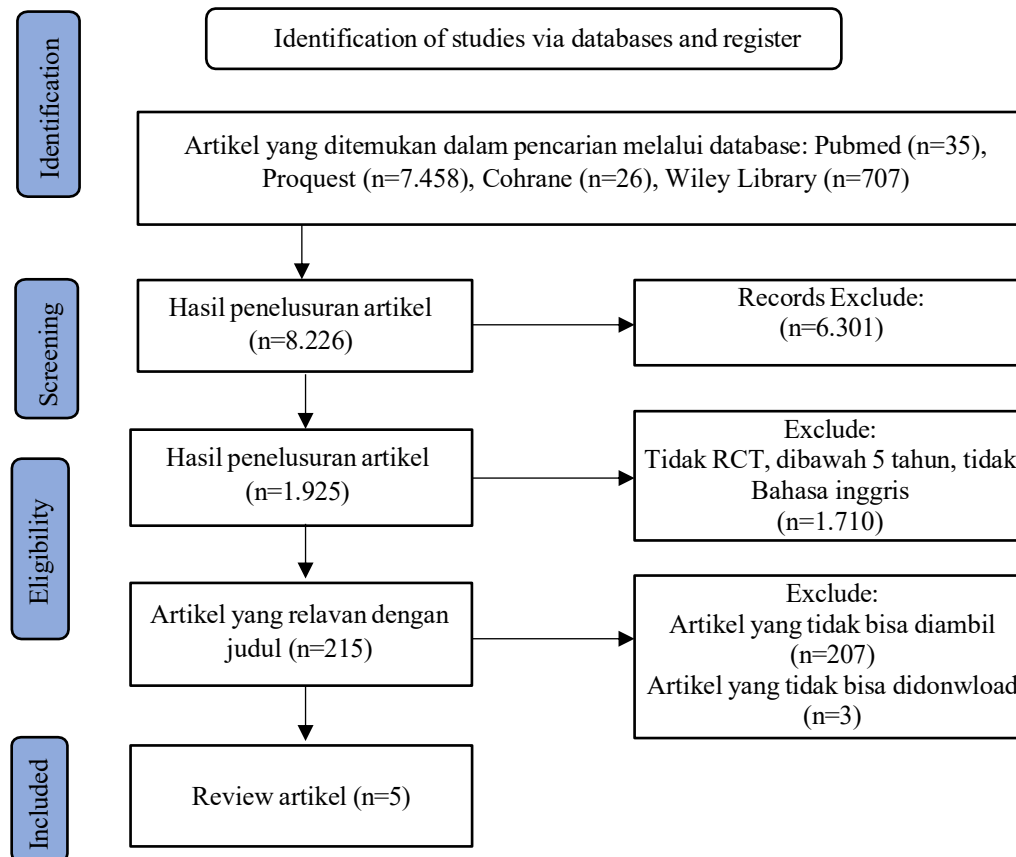
Penelitian ini menggunakan metode *scoping review*. Langkah-langkah dalam melakukan *scoping review* menurut Arksey dan O'Malley sebagai berikut 1) specify the research question, 2) identify relevant literature, 3) select studies, 4) map out the data, 5) summarize, synthesize, and report the results, and 6) include expert consultation (Sucharew 2019). yaitu diawali dengan identifikasi pertanyaan, untuk menemukan efek acupressure terhadap penyakit kronis menggunakan *framework PICO*. Pertanyaan yang diajukan dalam artikel ini adalah “apakah efek acupressure terhadap nyeri pada penyakit kanker?”. Format PICO dapat digunakan untuk menjawab pertanyaan-pertanyaan klinis seperti terapi, diagnosis, prognosis, etiologi/harm, dan prevensi. PICO memungkinkan untuk mengidentifikasi, tinjauan pustaka, dan literatur yang sesuai dengan pertanyaan yang diberikan. Adapun Tabel Framework PICO sebagai berikut:

Tabel 1. Framework PICO

Population	Intervention	Comparison	Outcome
Pasien kanker	Terapi acupressure	-	Apa efek acupressure pada nyeri pasien kanker

Kemudian melakukan identifikasi artikel. Dalam penelitian ini, data yang disaring oleh penulis dengan menggunakan kriteria inklusi dan eksklusi. Kriteria inklusi yaitu: 1. Artikel yang diterbitkan tahun 2019-2025, 2. Artikel yang dalam Bahasa Inggris 3. Artikel terkait sesuai judul yaitu mengenai *acupressure* terhadap penyakit kanker, 4. Artikel yang lengkap dan dapat diakses secara gratis, 5. Penelitian dalam artikel terkait dilakukan di luar negeri dan Indonesia, 6. Penelitian kuantitatif dan kualitatif. Dalam melakukan seleksi artikel melalui media elektronik secara online dari beberapa databased seperti: 1. Pubmed, 2. Proquest. 3. Cochrane. 4. Wiley Library. Pada databased tersebut digunakan kata kunci dalam “Acupressure” AND “Pain” AND “Cancer” AND “Cronic” OR “Cronic disiasse” Pada pencarian tersebut dilakukan penyaringan data dengan filter awal ceklist “free full text”, “Publication from 2019- 2025”. Pencarian dilakukan oleh penulis dalam rentang waktu Agustus 2025. Hasil seleksi studi dapat digambarkan dalam diagram PRISMA dibawah ini:

Diagram PRISMA



Dalam review artikel ini diambil 5 artikel yang sesuai dengan tema. Adapun review artikel dituangkan dalam tabel dibawah ini.

Tabel 1. Analisa Artikel

Penulis dan Tahun	Judul	Tujuan	Desain penelitian	Hasil penelitian
Barb Van de Castle, DNP, APRN-C NS, OCN, RN-BC, Nada Lukkahatai, PhD, MSN, RN, CNE, FAAN, BSN Lynn Billing, MSN, Xinran Huang, MS, Hulin Wu, PhD, Jingyu Zhang, MS, Salahadin Abdi, MD, PhD, Jun Kameoka, PhD, and Thomas J. Smith, MD 2023	<i>Nurse-Administered Auricular Point Acupressure for Cancer-Related Pain</i>	Artikel tersebut bertujuan untuk mengeksplorasi prevalensi gejala psikologis pada pasien kanker keturunan Tionghoa Amerika dengan nyeri kronis, serta untuk mengevaluasi penggunaan acupressure titik aurikular sebagai terapi komplementer untuk nyeri terkait kanker.	Desain penelitian Artikel ini menggunakan studi kelayakan dua fase untuk menguji efektivitas	Hasil penelitian menunjukkan bahwa penggunaan acupressure titik aurikular (APA) efektif dalam mengurangi nyeri, kelelahan, dan gangguan tidur pada pasien kanker

Penulis dan Tahun	Judul	Tujuan	Desain penelitian	Hasil penelitian
(Van de Castle et al., 2023a)				
Long Ge , Qi Wang, Yihan He, Darong Wu, Qi Zhou, Nenggui Xu, Kehu Yang ,Yaolong Chen, Anthony Lin Zhang, Haiqing Hua, Jinchang Huang, Ka-Kit Hui, Fanrong Liang, Linpeng Wang, Bin Xu, Yufei Yang, Weimin Zhang, Baixiao Zhao, Bing Zhu ,Xinfeng Guo5, Charlie Changli Xue and Haibo Zhang (Ge et al., 2022	<i>Acupuncture for cancer pain: An evidence-based clinical practice guideline</i>	Tujuan dari artikel tersebut adalah untuk mengembangkan dan menyusun pedoman klinis berbasis bukti dalam pengelolaan nyeri kanker menggunakan pengobatan tradisional Tiongkok, khususnya akupunktur. Artikel ini bertujuan untuk memberikan rekomendasi yang jelas dan berbasis evidensi kepada praktisi medis mengenai efektivitas, keamanan, dan integrasi akupunktur dalam pengobatan nyeri kanker, serta mendukung penggunaan terapi ini sebagai pendekatan tambahan yang aman dan efektif dalam praktik klinis. Selain itu, artikel ini juga bertujuan untuk meningkatkan pemahaman tentang manfaat, biaya, dan kebijakan terkait akupunktur dalam konteks pengobatan kanker secara global	Desain penelitian dalam artikel ini adalah pengembangan pedoman klinis berbasis bukti yang menggunakan metode sistematis dan Delphi untuk mencapai konsensus dari panel multidisipliner internasional. Selain itu, pengembangan pedoman ini didukung oleh tinjauan sistematis dan meta-analisis terhadap studi-studi yang relevan, serta penilaian risiko bias dan kualitas bukti menggunakan pendekatan GRADE.	Hasil penelitian dalam artikel ini menunjukkan bahwa akupunktur memiliki efek positif dalam mengurangi nyeri kanker, dengan rekomendasi kuat untuk penggunaannya dalam mengelola nyeri sedang hingga berat pada pasien kanker. Selain itu, kombinasi akupunktur dengan pengobatan lain dapat membantu menurunkan intensitas nyeri, mengurangi dosis opioid, dan mengatasi efek samping terkait opioid, meskipun rekomendasinya bersifat lemah. Untuk pasien kanker payudara yang mengalami nyeri akibat aromatase inhibitor, akupunktur Direkomendasikan secarakuat sebagai pengobatan yang efektif.
Razieh Behzadmehra, Neda Dastyarb, Mahdiah Poodineh Moghadamc, Mahnaz Abavisanid, Mandana Moradi (Behzadmehr et al., 2020)	<i>Effect of complementary and alternative medicine interventions on cancer related pain among breast cancer patients: A systematic review</i>	Tujuan dari penelitian tersebut adalah untuk mengevaluasi efektivitas self-acupressure dalam mengurangi gejala muskuloskeletal yang terkait dengan penggunaan aromatase inhibitor (AIMSS) pada pasien kanker payudara postmenopause. Penelitian ini juga bertujuan untuk mengeksplorasi perubahan dalam	Desain penelitian dalam artikel tersebut adalah studi acak, terkendali, dan pilot yang membandingkan efek self acupressure nyata dengan sham selama 12 minggu pada pasien dengan AIMSS. Peserta akan diacak secara 1:1 ke kedua	Hasil penelitian menunjukkan bahwa self- acupressure dapat menjadi intervensi yang efektif dan dapat diterima untuk mengurangi gejala muskuloskeletal, termasuk nyeri, yang terkait dengan pengobatan kanker seperti AIMSS. Studi ini menunjukkan bahwa penggunaan aplikasi dan perangkat acupressure secara mandiri di rumah memungkinkan

Penulis dan Tahun	Judul	Tujuan	Desain penelitian	Hasil penelitian
		microbiome usus selama intervensi serta menilai kepatuhan dan persepsi peserta terhadap pengobatan.	kelompok dan mengikuti penilaian baseline serta pengumpulan data secara elektronik dan melalui wawancara telepon setiap 6 minggu.	peningkatan kepatuhan dan potensi pengurangan nyeri pada pasien kanker postmenopause.
N. Lynn HenryID1, Kelley M. Kidwell, Stephanie Kozar, Sara Snyder, Suzanna M. Zick (Henry et al., 2025)	<i>Self-acupressure for patients with breast cancer experiencing aromatase inhibitor-associated musculoskeletal symptoms: Protocol for the AcuAIM randomized pilot trial</i>	Tujuan penelitian dalam artikel tersebut adalah untuk menentukan apakah self- acupressure yang dilakukan sendiri dapat menjadi alternatif yang efektif dan dapat diterima untuk mengelola gejala muskuloskeletal, seperti nyeri yang terkait dengan penggunaan aromatase inhibitor pada pasien kanker payudara postmenopause. Penelitian ini juga bertujuan untuk mengevaluasi keefektifan dan keberterimaan intervensi ini sebagai solusi yang lebih terjangkau dan mudah diakses dibandingkan akupunktur konvensional	Tujuan penelitian dalam artikel tersebut adalah untuk menentukan apakah self- acupressure yang dilakukan sendiri dapat menjadi alternatif yang efektif dan dapat diterima untuk mengelola gejala muskuloskeletal, seperti nyeri yang terkait dengan penggunaan aromatase inhibitor pada pasien kanker payudara postmenopause. Penelitian ini juga bertujuan untuk mengevaluasi keefektifan dan keberterimaan intervensi ini sebagai solusi yang lebih terjangkau dan mudah diakses dibandingkan akupunktur konvensional	Hasil penelitian menunjukkan bahwa self- acupressure dapat mengurangi nyeri muskuloskeletal yang terkait dengan pengobatan kanker, seperti AIMSS. Peserta yang melakukan self- acupressure mengalami penurunan skor nyeri yang signifikan setelah 12 minggu intervensi, yang diukur menggunakan Brief Pain Inventory-Short Form.
Yihan He, PhD; Xinfeng Guo, PhD; Brian H. May, PhD; Anthony Lin Zhang, PhD; Yihong Liu, MM; Chuanjian Lu, MD; Jun J. Mao, MD; Charlie Changli Xue, PhD; Haibo Zhang, MD (He et al., 2020)	<i>Clinical Evidence for Association of Acupuncture and Acupressure With Improved Cancer Pain A Systematic Review and Meta-Analysis</i>	Tujuan dari artikel ini adalah untuk mengevaluasi dan menyajikan bukti ilmiah mengenai efektivitas akupunktur dan acupressure dalam mengelola nyeri terkait kanker dan gejala pengobatan lainnya. Artikel ini bertujuan untuk menilai apakah intervensi tersebut dapat mengurangi	Desain penelitian dalam artikel tersebut adalah meta-analisis dari beberapa uji statistic menggunakan model acak	Hasil penelitian dalam artikel tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara akupunktur asli (dibandingkan dengan sham) dan pengurangan nyeri pada pasien kanker. Selain itu, kombinasi akupunktur dengan terapi analgesik juga terkait dengan penurunan penggunaan analgesik. Meskipun

Penulis dan Tahun	Judul	Tujuan	Desain penelitian	Hasil penelitian
		intensitas nyeri, penggunaan opioid, dan meningkatkan kualitas hidup pasien kanker, serta membahas potensi integrasi teknik ini ke dalam rencana manajemen nyeri secara komprehensif. Selain itu, artikel ini juga menyoroti kebutuhan akan penelitian lebih lanjut dan kebijakan asuransi yang mendukung akses terhadap terapi ini.		demikian, tingkat heterogenitas di antara studi menurunkan tingkat kepastian bukti yang tersedia. Secara umum, ditemukan bukti sedang bahwa akupunktur dan/atau akupresur secara signifikan terkait dengan penurunan intensitas nyeri pada pasien kanker, yang menunjukkan potensi kombinasi kedua teknik ini untuk membantu mengurangi dosis opioid pada pasien kanker.

HASIL

Berdasarkan analisa 5 artikel yang telah dilakukan, didapatkan beberapa titik

1. *Nurse-Administered Auricular Point Acupressure for Cancer-Related Pain*

Artikel ini menunjukkan bahwa auricular point acupressure (APA) yang diberikan oleh perawat merupakan intervensi non-farmakologis yang layak, aman, dan efektif untuk menurunkan nyeri terkait kanker. Selain penurunan intensitas nyeri, intervensi ini juga berdampak positif pada kelelahan, kualitas tidur, serta penurunan penggunaan analgesik, termasuk opioid. Temuan ini menegaskan peran perawat dalam penerapan terapi komplementer berbasis bukti dalam praktik klinik onkologi.

2. *Acupuncture for Cancer Pain: An Evidence-Based Clinical Practice Guideline*

Pedoman berbasis bukti ini menegaskan bahwa akupunktur direkomendasikan sebagai terapi tambahan dalam manajemen nyeri kanker, terutama pada nyeri sedang hingga berat. Berdasarkan sintesis berbagai RCT, akupunktur terbukti dapat menurunkan intensitas nyeri dan membantu mengurangi ketergantungan terhadap opioid. Pedoman ini memperkuat posisi akupunktur sebagai bagian dari pendekatan multimodal dalam perawatan paliatif dan onkologi.

3. *Effect of Complementary and Alternative Medicine Interventions on Cancer-Related Pain Among Breast Cancer Patients: A Systematic Review*

Review sistematis ini menunjukkan bahwa berbagai intervensi complementary and alternative medicine (CAM), termasuk akupunktur, akupresur, yoga, pijat, dan meditasi, berpotensi mengurangi nyeri pada pasien kanker payudara. Namun, efektivitas antar intervensi bervariasi dan dipengaruhi oleh kualitas metodologi penelitian. Studi ini menekankan perlunya integrasi CAM secara selektif dan berbasis bukti dalam perawatan kanker payudara.

4. *Self-Acupressure for Patients With Breast Cancer Experiencing Aromatase Inhibitor-Associated Musculoskeletal Symptoms: Protocol for the AcuAIM Randomized Pilot Trial*

Artikel ini merupakan protokol uji klinis yang bertujuan mengevaluasi efektivitas self-acupressure dalam mengurangi nyeri muskuloskeletal akibat penggunaan aromatase inhibitor pada pasien kanker payudara. Pendekatan self-management ini berpotensi meningkatkan kemandirian pasien dan kepatuhan terhadap terapi kanker. Meskipun belum melaporkan hasil,

protokol ini menyediakan dasar metodologis yang kuat untuk penelitian intervensi non-farmakologis ke depan.

5. Clinical Evidence for Association of Acupuncture and Acupressure With Improved Cancer Pain: A Systematic Review and Meta-Analysis

Meta-analisis ini memberikan bukti bahwa akupunktur dan akupresur secara signifikan berhubungan dengan penurunan nyeri kanker dibandingkan kontrol atau perawatan standar saja. Selain itu, terapi ini berkontribusi dalam mengurangi kebutuhan analgesik, termasuk opioid. Meskipun terdapat heterogenitas studi, temuan ini mendukung penggunaan terapi komplementer sebagai bagian dari manajemen nyeri kanker berbasis bukti.

Acupressure yang dilakukan untuk mengatasi atau mengurangi nyeri diantara yakni, Titik akupressure yang digunakan untuk mengatasi nyeri biasanya terletak pada titik-titik tertentu di tubuh yang terkait dengan jalur energi dan area nyeri. Beberapa titik umum yang sering digunakan meliputi titik di pergelangan tangan (seperti titik P6 atau Neiguan), titik di belakang leher, dan titik di telapak tangan atau kaki. Misalnya, titik P6 di pergelangan tangan dikenal efektif untuk mengurangi nyeri dan mual. Namun, titik spesifik dapat bervariasi tergantung pada jenis nyeri dan kondisi pasien (He et al., 2020). Selain itu titik akupressure yang disarankan untuk mengatasi nyeri kanker meliputi Shenmen (HT7), Subcortex, dan acupoint saraf simpatik (Ge et al., 2022). Titik akupressure yang digunakan untuk mengatasi nyeri meliputi Yin tang (unilateral), Anmian (bilateral), Heart 7 (bilateral), Spleen 6 (bilateral), dan Liver 3 (bilateral). Titik-titik ini termasuk dalam set "true" acupressure yang telah terbukti efektif untuk mengobati kelelahan dan nyeri pada pasien kanker payudara. (Henry et al., 2025). Titik akupressure yang digunakan untuk mengatasi nyeri meliputi Du 20, Conception Vessel 6, Large Intestine 4, Stomach 36, Spleen 6, dan Kidney 3 (Behzadmehr et al., 2020). Selain itu titik acupressure juga bisa dilakukan di telinga (auricular points). Dalam APA (auricular point acupressure), titik-titik tertentu di telinga dipijat atau ditekan untuk meredakan nyeri dan gejala terkait lainnya (Van de Castle et al., 2023b). Berdasarkan analisa artikel didapatkan bahwa mengatasi nyeri dengan menggunakan acupressure dapat diterapkan pada pasien kanker baik kanker payudara dan jenis kanker lainnya.

Acupressure dapat dilakukan untuk mengurangi berbagai tingkat nyeri, mulai dari yang ringan hingga berat. Meskipun mungkin tidak secara langsung menghilangkan nyeri yang parah, terapi ini dapat membantu meredakan ketidaknyamanan dan meningkatkan perasaan kesejahteraan pada sebagian orang (Van de Castle et al., 2023a) (Vagharseyyedin et al., 2022). Untuk nyeri ringan, teknik-teknik acupressure sederhana seperti menekan titik-titik tertentu pada tubuh dengan lembut dapat memberikan bantuan yang signifikan. Namun, untuk nyeri yang lebih berat atau kronis, terapi acupressure mungkin memerlukan pendekatan yang lebih terarah, mungkin melibatkan kombinasi titik-titik acupressure dan teknik lainnya (Çevik & Taşcı, 2020), (Düzel et al., 2023)

PEMBAHASAN

Kelompok pasien yang mendapatkan acupressure untuk mengatasi nyeri

Pasien dengan kanker yang menerima acupressure untuk mengatasi nyeri dalam review artikel ini diantaranya yakni, pasien kanker payudara, kanker kolorektal, leukimia, kanker paru-paru, kanker lambung, kanker pancreas, kanker tulang, kanker yang sudah metastasis dan kanker yang lainnya. Penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh (Ramadhana et al., 2023) yaitu dengan pijat acupressure pada pasien kanker dapat mengatasi nyeri yang dirasakan oleh pasien tersebut. Penelitian selanjutnya yang dilakukan oleh (Septianingrum et al., 2020) didapatkan hasil bahwa pijat acupressure memberikan manfaat pada penyakit kronis hipertensi pada kelompok lansia. Penelitian selanjutnya yaitu (Komariah et al., 2021a) didapatkan hasil bahwa acupressure efektif dalam mengatasi berbagai masalah Kesehatan. Penelitian selanjutnya yang dilakukan oleh (Surya et al., 2020) didapatkan hasil bahwa acupressure sebagai evidence based nursing efektif untuk mengurangi nyeri dada pada pasien sindrom koroner akut. (Ramadhana et al., 2023) (Surya et al., 2020) (Septianingrum et al., 2020) (Komariah et al., 2021a)

Efektivitas acupressure terhadap tingkat nyeri

Pada review artikel ini didapatkan bahwa tingkat nyeri yang bisa diatasi oleh acupressure yakni mulai dari nyeri ringan hingga nyeri berat. Adapun skala nyeri 0-10 yakni Skala 0-3: Pada tingkat nyeri ini, acupressure dapat efektif dalam memberikan bantuan dan meringankan ketidaknyamanan yang mungkin ada. Skala 4-6: Pada tingkat nyeri sedang, acupressure masih dapat memberikan bantuan, meskipun diperlukan pendekatan yang lebih terarah dan intensif. Skala 7-10: Pada tingkat nyeri yang lebih tinggi, acupressure mungkin memberikan bantuan sementara atau mungkin memerlukan kombinasi dengan terapi lainnya. Penelitian ini sejalan dengan yang dilakukan oleh (Haryani & Misniarti, 2020) yang dilakukan pada pasien dengan nyeri ringan hingga berat, didapatkan hasil bahwa acupressure dapat menurunkan skala nyeri ringan dan sedang. Selanjutnya penelitian yang dilakukan oleh (Sholihah et al., 2021) didapatkan hasil bahwa acupressure efektif mengatasi tingkat nyeri pada pasien dengan nyeri tungkai bawah di umur 30-20 tahun.

Acupressure dapat dilakukan dengan mudah dan efek samping minimal dan bahkan bisa membuat pasien nyaman. Walaupun demikian acupressure tidak boleh dilakukan pada bagian tubuh yang luka, bengkak, tulang retak atau patah dan kulit yang terbakar (Nurtriyana muhammad ivan, 2019). Acupressure dapat mengurangi nyeri karena beberapa alasan. Pertama meningkatkan Endorfin karena endorfin opiat tubuh secara alami dihasilkan oleh kelenjar pituitary yang berguna untuk mengurangi nyeri, mempengaruhi memori dan mood yang kemudian akan memberikan perasaan relaks. Selain itu acupressure mengurangi nyeri dengan memperkuat pasokan darah dan memperlancar peredaran darah. Hal ini dapat membantu memperbaiki sistem saraf dan membuat tubuh lebih relaksasi. acupressure juga mengurangi nyeri dengan memstimulasi titik-titik tertentu atau acupoint pada tubuh, yang merangsang kemampuan tubuh untuk penyembuhan diri secara alami. Terapi acupressure juga dapat mengurangi nyeri dengan cara pijatan dan stimulasi pada titik-titik tertentu, yang merangsang kemampuan tubuh untuk penyembuhan diri secara alami (Yeh et al., 2023) (Sholihah et al., 2021)

Dalam pembahasan scoping review ini ditemukan bahwa acupressure memberikan efek mengurangi atau meredakan nyeri pada pasien kanker payudara, kanker kolorektal, leukimia, kanker paru-paru, kanker lambung, kanker pancreas, kanker tulang, kanker yang sudah metastasis dan kanker yang lainnya (Yang et al., 2025) (Ramadhana et al., 2023) (Surya et al., 2020) (Septianingrum et al., 2020) (Komariah et al., 2021a)

Beberapa penyakit kronis yang sudah diatasi gejala kekambuhannya dengan menggunakan acupressure, diantaranya yaitu penyakit jantung, diabetes melitus, kanker, penyakit pernapasan kronis, penyakit ginjal kronis, penyakit autoimun, penyakit neurodegeneratif, penyakit hati kronis, penyakit mental kronis, dan penyakit tulang dan sendi kronis. Acupressure sendiri merupakan suatu pengobatan komplementer holistic yang melibatkan tekanan pada titik-titik tertentu di tubuh untuk merangsang penyembuhan dan mengurangi gejala penyakit (Komariah et al., 2021b).

Dalam penelitian ini bahwa terapi komplementer acupressure dapat dilakukan jika pasien dengan kanker mengalami nyeri. Terapi acupressure bisa dilakukan secara mandiri oleh pasien. Pasien dapat melakukannya jika pasien dianggap sudah mampu melakukan terapi acupressure baik itu di rumah ataupun di rumah sakit pada saat pasien menjalankan perawatan. Terapi acupressure sendiri mudah dilakukan dan tidak membutuhkan biaya yang banyak untuk melakukan terapi tersebut (Komariah et al., 2021a), (Indrayanti et al., 2022). Selain menggunakan terapi medis, terapi komplementer penting diberikan pada pasien kanker karena dengan terapi acupressure pasien akan merasa nyaman dan rileks dengan terapi yang didapatkan oleh pasien tersebut. Jika pasien merasakan rileks pada saat diberikan terapi maka pasien akan memberikan rangsangan yang sangat kuat dalam proses penyembuhan penyakitnya. Terapi *acupressure* memberikan efek yang sangat positif bagi pasien dengan penyakit kronis yang menderita nyeri (Airhihenbuwa et al., 2021), (Chan, 2021).

Berdasarkan penelitian Peoples A et al yang meneliti tentang acupressure terhadap pasien kemoterapi yang menjalankan kemoterapi, didapatkan hasil bahwa acupressure dapat mengurangi mual, muntah pada pasien kanker yang sedang menjalankan kemoterapi (Peoples et al., 2019). Sejalan dengan penelitian Rehman et al yang melakukan penelitian tentang efektivitas dan keamanan zolpidem dan acupressure pada pruritus pada pasien ckd didapatkan hasil bahwa zolpidem dan acupressure dapat sebagai pilihan pengobatan untuk mengatasi rasa gatal pada pasien ckd (Rehman et al., 2021). Selain itu pada penelitian Kim et al menunjukkan hasil bahwa terapi acupressure dapat menurunkan nyeri dan meningkatkan fleksibilitas leher pada pasien chronic neck pain (Kim & Kim, 2021).

KESIMPULAN

Acupressure dapat mengurangi nyeri pada pasien kanker payudara, kanker kolorektal, leukimia, kanker paru-paru, kanker lambung, kanker pancreas, kanker tulang, kanker yang sudah metastasis dan kanker yang lainnya. Artikel ini dapat menjawab tujuan penelitian, yaitu apa efek acupressure terhadap nyeri pada pasien kanker. Terapi acupressure dapat dilakukan oleh perawat sebagai intervensi independent di ruangan rawat inap yang merawat pasien dengan penyakit kronis termasuk kanker. Selain itu pasien juga bisa melakukan acupressure sendiri di rumah jika pasien sudah terlatih dan bisa melakukan pijat acupressure.

SARAN

Penelitian selanjutnya dapat melakukan review artikel terakit acupressure dengan titik yang lain dalam mengatasi gejala pada penyakit kanker lainnya seperti kualitas hidup, kualitas tidur, mual dan mudah serta ketenangan pasien.

DAFTAR PUSTAKA

Airhihenbuwa, C. O., Tseng, T. S., Sutton, V. D., & Price, L. S. (2021). Global Perspectives on Improving Chronic Disease Prevention and Management in Diverse Settings. *Preventing Chronic Disease*,

- Andinata, B., Bachtiar, A., Oktamianti, P., Partahi, J. R., & Dini, M. S. A. (2023). A Comparison of Cancer Incidences Between Dharmais Cancer Hospital and GLOBOCAN 2020: A Descriptive Study of Top 10 Cancer Incidences. *Indonesian Journal of Cancer*, 17(2), 119. <https://doi.org/10.33371/ijoc.v17i2.982>
- Ashariati, A. (2019). Manajemen Kanker Payudara Komprehensif. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699.
- Behzadmehr, R., Dastyar, N., Moghadam, M. P., Abavisani, M., & Moradi, M. (2020). Effect of complementary and alternative medicine interventions on cancer related pain among breast cancer patients: A systematic review. In *Complementary Therapies in Medicine* (Vol. 49). Churchill Livingstone. <https://doi.org/10.1016/j.ctim.2020.102318>
- Çevik, B., & Taşcı, S. (2020). The effect of acupressure on upper extremity pain and quality of life in patients hemodialysis treatment: A Randomized Controlled Trial. *Complementary Therapies in Clinical Practice*, 39(January). <https://doi.org/10.1016/j.ctcp.2020.101128>
- Chan, S. W. C. (2021). Chronic Disease Management, Self-Efficacy and Quality of Life. *Journal of Nursing Research*, 29(1), 1–2. <https://doi.org/10.1097/JNR.0000000000000422>
- Chen, L., Wu, X., Chen, X., & Zhou, C. (2021). Efficacy of Auricular Acupressure in Prevention and Treatment of Chemotherapy-Induced Nausea and Vomiting in Patients with Cancer: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine*, 2021. <https://doi.org/10.1155/2021/8868720>
- Duncanson, E., Le Leu, R. K., Shanahan, L., Macauley, L., Bennett, P. N., Weichula, R., McDonald, S., Burke, A. L. J., Collins, K. L., Chur-Hansen, A., & Jesudason, S. (2021). The prevalence and evidence-based management of needle fear in adults with chronic disease: A scoping review. *PLoS ONE*, 16(6 June), 1–16. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0253048>
- Düzel, B., Çam Yanık, T., Kanat, C., & Altun Uğraş, G. (2023). The effect of acupressure on pain level and hemodynamic parameters after coronary angiography: a randomized controlled study. *Frontiers in Cardiovascular Medicine*, 10(July), 1–9. <https://doi.org/10.3389/fcvm.2023.1173363>
- Ge, L., Wang, Q., He, Y., Wu, D., Zhou, Q., Xu, N., Yang, K., Chen, Y., Zhang, A. L., Hua, H., Huang, J., Hui, K. K., Liang, F., Wang, L., Xu, B., Yang, Y., Zhang, W., Zhao, B., Zhu, B., ... Kang, F. (2022). Acupuncture for cancer pain: an evidence-based clinical practice guideline. In *Chinese Medicine (United Kingdom)* (Vol. 17, Issue 1). BioMed Central Ltd. <https://doi.org/10.1186/s13020-021-00558-4>
- Gönenç, I. M., & Terzioğlu, F. (2020). Effects of massage and acupressure on relieving labor pain, reducing labor time, and increasing delivery satisfaction. *Journal of Nursing Research*, 28(1), 1–9. <https://doi.org/10.1097/jnr.0000000000000344>
- Haberkorn, U. (2019). What is cancer? *Advances in Nuclear Oncology*, 62(4), 1–16. <https://doi.org/10.3109/9781420091380-2>
- Haryani, S., & Misniarti, M. (2020). Efektifitas Akupresure dalam Menurunkan Skala Nyeri Pasien Hipertensi Diwilayah Kerja Puskesmas Perumnas. *Jurnal Keperawatan Raflesia*,

2(1), 21–30. <https://doi.org/10.33088/jkr.v2i1.491>

- He, Y., Guo, X., May, B. H., Zhang, A. L., Liu, Y., Lu, C., Mao, J. J., Xue, C. C., & Zhang, H. (2020). Clinical Evidence for Association of Acupuncture and Acupressure with Improved Cancer Pain: A Systematic Review and Meta-Analysis. *JAMA Oncology*, 6(2), 271–278. <https://doi.org/10.1001/jamaoncol.2019.5233>
- Henry, L. L., Kidwell, K. M., Kozar, S., Snyder, S., & Zick, S. M. (2025). Self-acupressure for patients with breast cancer experiencing aromatase inhibitor-associated musculoskeletal symptoms: Protocol for the AcuAIM randomized pilot trial. *PLoS ONE*, 20(1 January). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0311044>
- Indrayanti, N. N. B., Allenidekania, A., & Gayatri, D. (2022). Penerapan Akupresur dalam Mengurangi Mual Muntah pada Pasien Kanker dengan Kemoterapi. *Journal of Telenursing (JOTING)*, 4(1), 97–105. <https://doi.org/10.31539/joting.v4i1.3428>
- Kim, M., & Kim, J. (2021). Effects of acupressure on pain, flexibility, and substance p in middle-age women with chronic neck pain. *Journal of Alternative and Complementary Medicine*, 27(2), 160–167. <https://doi.org/10.1089/acm.2020.0413>
- Komariah, M., Mulyana, A. M., Maulana, S., Rachmah, A. D., & Nuraeni, F. (2021a). Literature Review Terkait Manfaat Terapi Akupresur Dalam Mengatasi Berbagai Masalah Kesehatan. *Medika Utama*, 02(04), 1223–1230.
- Komariah, M., Mulyana, A. M., Maulana, S., Rachmah, A. D., & Nuraeni, F. (2021b). Literature Review Terkait Manfaat Terapi Akupresur Dalam Mengatasi Berbagai Masalah Kesehatan. *Medika Utama*, 02(04), 1223–1230.
- Liu, M., Tong, Y., Chai, L., Chen, S., Xue, Z., Chen, Y., & Li, X. (2021). Effects of Auricular Point Acupressure on Pain Relief: A Systematic Review. *Pain Management Nursing*, 22(3), 268–280. <https://doi.org/10.1016/j.pmn.2020.07.007>
- Lown, E. A., Banerjee, A., Vittinghoff, E., Dvorak, C. C., Hartogensis, W., Melton, A., Mangurian, C., Hu, H., Shear, D., Adcock, R., Morgan, M., Golden, C., & Hecht, F. M. (2019). Acupressure to Reduce Treatment-Related Symptoms for Children With Cancer and Recipients of Hematopoietic Stem Cell Transplant: Protocol for a Randomized Controlled Trial. *Global Advances In Health and Medicine*, 8. <https://doi.org/10.1177/2164956119870444>
- Nurtriya muhammad ivan. (2019). Aplikasi Akupresur Titik Taichong Pada Penderita Hipertensi Untuk Mencegah Resiko Ketidakefektifan Perfusi Jaringan Otak. *Jurnal Kesehatan*, 17(1), 74–84.
- Peoples, A. R., Culakova, E., Heckler, C. E., Shayne, M., O'Connor, T. L., Kirshner, J. J., Bushnow, P. W., Morrow, G. R., & Roscoe, J. A. (2019). Positive effects of acupressure bands combined with relaxation music/instructions on patients most at risk for chemotherapy-induced nausea. *Supportive Care in Cancer*, 27(12), 4597–4605. <https://doi.org/10.1007/s00520-019-04736-x>
- Ramadhana, A., Dewi, S. U., Susilowati, I., & Nuraini, T. (2023). Akupresur Sebagai Alternatif Untuk Mengurangi Nyeri Pasien Kanker Serviks: Studi Kasus. *Jurnal Persatuan Perawat Nasional Indonesia (JPPNI)*, 7(3). <https://doi.org/10.32419/jppni.v7i3.375>

- Rehman, I. U., Ahmed, R., Rahman, A. U., Wu, D. B. C., Munib, S., Shah, Y., Khan, N. A., Rehman, A. U., Lee, L. H., Chan, K. G., Khan, T. M., & Lin, H. Y. H. (2021). Effectiveness and safety profiling of zolpidem and acupressure in CKD associated pruritus: An interventional study. *Medicine (United States)*, 100(21), E25995. <https://doi.org/10.1097/MD.00000000000025995>
- Septianingrum, N. M. A. N., Nurpalupi, N. R., Astuti, N. D., Hanafi, M. T., & Setiawan, S. A. (2020). Pemanfaatan Terapi Herbal dan Pijat Akupresur Sebagai Pilihan Terapi Hipertensi pada Kelompok Lanjut Usia. *Community Empowerment*, 5(3), 129–137. <https://doi.org/10.31603/ce.4351>
- Shin, N., & Park, J. (2018). Effect of auricular acupressure on nausea, vomiting, and retching in patients with colorectal cancer receiving Chemotherapy. *Korean Journal of Adult Nursing*, 30(3), 227–234. <https://doi.org/10.7475/kjan.2018.30.3.227>
- Sholihah, I. A., Widyastari, S., & Hastuti, W. E. (2021). Pengaruh Terapi Akupunktur dan Akupresur terhadap Penurunan Tingkat Nyeri pada Penderita Nyeri Tungkai Bawah di Dukuh Duwetan. *Placentum: Jurnal Ilmiah Kesehatan Dan Aplikasinya*, 9(2), 2021.
- Surya, I., Kambu, W., Kristinawati, B., & Shalihien, S. (2020). *Terapi akupresur sebagai evidence based nursing untuk mengurangi nyeri dada pada pasien sindrom koroner akut*. 69–73.
- Sutnick, A. I., & Gunawan, S. (1982). Cancer in Indonesia. *JAMA: The Journal of the American Medical Association*, 247(22), 3087–3088. <https://doi.org/10.1001/jama.247.22.3087>
- Tiala, N. H. (2023). *Review, Penerapan Terapi Akupresur Terhadap Mual Muntah Post Kemoterapi Pada Anak Kanker : Literature*. 9(1), 114–123.
- Vagharseyyedin, S. A., Kardan, M., Rahimi, H., Taghanaki, H. B., & Azdaki, N. (2022). The Effects of Ear Acupressure on Back Pain after Coronary Angiography: A Randomized Controlled Trial. *Traditional and Integrative Medicine*, 7(2), 180–186. <https://doi.org/10.18502/tim.v7i2.9917>
- Van de Castle, B., Lukkahatai, N., Billing, B. S. N. L., Huang, X., Wu, H., Zhang, J., Abdi, S., Kameoka, J., & Smith, T. J. (2023a). Nurse-Administered Auricular Point Acupressure for Cancer-Related Pain. *Integrative Cancer Therapies*, 22, 7–9. <https://doi.org/10.1177/15347354231198086>
- Van de Castle, B., Lukkahatai, N., Billing, B. S. N. L., Huang, X., Wu, H., Zhang, J., Abdi, S., Kameoka, J., & Smith, T. J. (2023b). Nurse-Administered Auricular Point Acupressure for Cancer-Related Pain. *Integrative Cancer Therapies*, 22, 7–9. <https://doi.org/10.1177/15347354231198086>
- WHO. (2020). The Global Cancer Observatory - All cancers. *International Agency for Research on Cancer - WHO*, 419, 199–200.
- Winarti, G., Sembiring, M., Tanjung, R., Komunitas, K., & Keperawatan, I. (2023). Terapi Akupresur Pada Pasien Cancer Yang Menjalani Kemoterapi. *Community Development Journal : Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(1), 762–773.
- Yang, C., Huang, Y., Ling, W., Cheung, D. S. T., & Lee, J. J. (2025). The Effectiveness of

Acupressure on Sleep Quality in Cancer Patients: A Systematic Review and Meta-Analysis of Randomised Controlled Trials. *Journal of Clinical Nursing*. <https://doi.org/10.1111/jocn.17707>

Yeh, C. H., Lukkahatai, N., Huang, X., Wu, H., Wang, H., Zhang, J., Sun, X., & Smith, T. J. (2023). Biological Correlates of the Effects of Auricular Point Acupressure on Pain. *Pain Management Nursing*, 24(1), 19–26. <https://doi.org/10.1016/j.pmn.2022.11.004>