

PENGARUH *SLOW STROKE BACK MASSAGE* DAN LILIN AROMATERAPI TERHADAP PENURUNAN NYERI PADA PASIEN KANKER PAYUDARA DI RUMAH SAKIT UMUM SEMBIRING DELI TUA TAHUN 2025

Ns.Rini Debora Silalahi,S.Kep.,M.Kep , Nur Azila Achtena Akbar

Institut Kesehatan Deli Husada Deli Tua.
e-mail : rinidebora@delihusada.ac.id

Abstract

Pain is an unpleasant experience associated with an individual's sensory and emotional state, caused by tissue damage or conditions indicating potential tissue injury. Pain is one of the most common complaints experienced by cancer patients. One non-pharmacological therapy for pain reduction is the Slow Stroke Back Massage combined with Aromatherapy Candles, a massage technique characterized by slow, gliding, and longitudinal strokes performed using both hands simultaneously and repeatedly, moving from the sacrum to the cervical region along the spine for 15–20 minutes while inhaling aromatherapy to help the patient relax and feel calmer. The purpose of this study was to examine the effect of Slow Stroke Back Massage and Aromatherapy Candles on pain reduction in breast cancer patients at Sembiring General Hospital. This study employed a pre-experimental design with a one-group pretest-posttest approach, involving a purposive sampling of 21 participants. Data analysis was conducted using the Wilcoxon test, and the Numeric Rating Scale was used as the measurement tool. The results revealed a decrease in pain among respondents after receiving Slow Stroke Back Massage and Aromatherapy Candles. Before the intervention, the average pain score was 4.62, while after the intervention, it decreased to 3.10. A significant effect was observed between the implementation of Slow Stroke Back Massage and Aromatherapy Candles on pain reduction, with a p-value of 0.001. In conclusion, Slow Stroke Back Massage and Aromatherapy Candles significantly impact pain reduction in breast cancer patients at Sembiring General Hospital.

Keywords: *Slow Stroke Back Massage, Aromatherapy Candles, Pain, Breast Cancer*

1. PENDAHULUAN

Kanker payudara adalah kondisi di mana sel-sel abnormal di payudara tumbuh secara tidak terkendali, membentuk tumor. Jika tidak diobati, tumor ini bisa menyebar ke seluruh tubuh dan menyebabkan kematian. Kanker payudara biasanya dimulai di saluran susu atau lobulus yang memproduksi susu di payudara . Bentuk awal dari kanker dapat berupa benjolan kecil tidak berbahaya dan bisa

terdeteksi lebih awal. Namun, sel kanker dapat menyebar ke jaringan payudara sekitarnya (invasi), membentuk tumor yang menghasilkan benjolan atau penebalan (*World Health Organization, 2024*).

Menurut data *World health organization* (WHO) pada tahun 2022, Kanker payudara adalah jenis kanker yang paling umum ditemukan pada wanita di sebagian besar negara di seluruh dunia, dengan deteksi terjadi di

140 dari 184 negara. Pada tahun 2018, tercatat lebih dari 2 juta kasus kanker payudara baru, dengan tingkat kematian mencapai 626,7 per 100.000. Angka kejadian Kanker payudara yang distandarkan berdasarkan usia bervariasi di berbagai kawasan, yaitu 29,1 per 100.000 di Asia, 67,6 per 100.000 di Amerika Serikat (AS), dan 71,1 per 100.000 di Eropa. Namun, rasio kematian terhadap insiden menunjukkan perbedaan yang signifikan, dengan rasio sekitar 0,35 di Asia, sementara di AS dan Eropa masing-masing memiliki rasio 0,21 dan 0,23 (Abo Al-Shiekh, Ibrahim, and Alajerami 2021) . Pada tahun 2022, sebanyak 2,3 juta wanita di seluruh dunia didiagnosis mengidap kanker payudara, dengan 670.000 kematian terkait. Menurut data Globocan 2020, terdapat 68.858 kasus baru kanker payudara, yang menyumbang 16,6% dari total 396.914 kasus baru kanker di Indonesia. Selain itu, lebih dari 22 ribu jiwa meninggal dunia akibat kanker payudara (Kemenkes RI,2020). Provinsi dengan prevalensi kanker tertinggi adalah DI Yogyakarta dengan 4,86 per 1000 penduduk, diikuti oleh Sumatera Barat dengan 2,47 per 1000 penduduk dan Gorontalo dengan 2,44 per 1000 penduduk (Kementerian Kesehatan RI, 2019). Di Provinsi Sumatera Utara, prevalensi kanker payudara adalah sebesar 0,4%.Kanker payudara adalah salah satu penyebab utama kematian di Indonesia, dengan presentase kematian tertinggi sebesar 43,3% dan angka kematian 12,9% akibat kanker payudara. Berdasarkan RSU Sembiring Deli Tua ditemukan bahwa jumlah pasien ditahun 2024 terdapat 223 orang yang terkena kanker payudara.

Beberapa penyebab kanker payudara meliputi gaya hidup yang tidak sehat seperti konsumsi makanan cepat saji, kurangnya aktivitas fisik

yang penting untuk kebugaran dan kesehatan, indeks massa tubuh yang tinggi, rendahnya asupan sayuran, penggunaan rokok, konsumsi alkohol yang berlebihan, paparan radiasi dari perangkat elektronik, dan perubahan lingkungan (Nelly, 2022).Biasanya gejala utama kanker payudara meliputi adanya benjolan keras, perubahan pada bentuk puting susu, perubahan pada kulit, nyeri di payudara disertai massa, serta benjolan di area ketiak. Gejala tambahan yang mungkin muncul termasuk nyeri di pinggang atau punggung, nyeri hebat di kepala, muntah berlebihan, dan penurunan kesadaran . Nyeri adalah gejala yang kompleks dan melibatkan berbagai dimensi, yang dapat menyebabkan penderitaan serta penurunan kualitas hidup seseorang. Pada penderita kanker, nyeri merupakan pengalaman multidimensi yang dapat mempengaruhi seluruh aspek kualitas hidup serta kepatuhan pasien terhadap pengobatan.

Untuk mengurangi nyeri, salah satu pendekatan yang dapat dilakukan adalah melalui terapi non-farmakologi. Dengan pemberian terapi non-farmakologi secara rutin dan sedini mungkin. Salah satu intervensi tersebut adalah latihan Slow Stroke Back Massage dan Lilin Aromaterapi. *Slow Stroke Back Massage* adalah salah satu teknik pijat yang ditandai dengan gerakan pijatan secara memanjang, perlahan, dan meluncur, menggunakan kedua tangan secara bersamaan dan berulang dari daerah sacrum ke daerah servikal pada tulang belakang.Dan Aromaterapi adalah pengobatan yang memanfaatkan minyak esensial atau ekstrak minyak murni untuk membantu meningkatkan atau menjaga kesehatan, membangkitkan semangat, menyegarkan pikiran, serta menenangkan tubuh dan jiwa. Terapi *Slow Stroke Back Massage* (SSBM)

berfokus pada stimulasi kulit untuk memberikan rasa nyaman, meredakan ketegangan, merilekskan tubuh, dan meningkatkan sirkulasi darah, yang pada gilirannya dapat mengurangi sensasi nyeri. Sementara itu, aromaterapi lilin, digunakan untuk meningkatkan suasana hati, mempengaruhi area kognitif, serta meningkatkan rasa nyaman.

2. METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode quasi eksperimen. Desain yang diterapkan adalah pra-eksperimen (*pre-experimental*). Jenis desain pra eksperimen yang digunakan adalah *one group pretest-posttest design*, yaitu penelitian yang melibatkan satu kelas sebagai kelas eksperimen tanpa adanya kelas kontrol. Perlakuan yang diberikan berupa latihan *Slow Stroke Back Massage* dan Lilin Aromaterapi sambil tetap mengonsumsi obat sesuai resep dokter. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh *Slow Stroke Back Massage* dan Lilin Aromaterapi terhadap penurunan nyeri pada pasien kanker payudara.

3. HASIL PENELITIAN

Karakteristik responden pada penelitian yaitu usia . Dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 1. Distribusi Frekuensi responden berdasarkan usia

Usia	Frekuensi (n)	Persentase (%)
25-44 tahun	8	38,1
45-60 tahun	13	61,9
Total	21	100.0

Berdasarkan Tabel 1. menunjukkan hasil bahwa responden yang mengalami kanker payudara di Rumah Sakit Umum Sembiring Deli Tua Berdasarkan tabel diatas didapatkan bahwa sebagian besar responden berusia 45-60 tahun yaitu sebanyak 13 orang (61,9%), sebagian kecil responden berusia 25-44 tahun yaitu sebanyak 8 orang (38,1 %).

Tabel 2. Pengaruh pemberian *Slow Stroke Back Masge* dan Lilin Aromaterapi terhadap penurunan nyeri pada pasien kanker payudara di Rumah Sakit Umum Sembiring Deli Tua Tahun 2025.

Nyeri	Me an	p value	Std	N
Pre Test	4.62	0,001	.805	21
Post Test	3.10		.944	21

Berdasarkan Tabel 2 dapat diartikan ada perbedaan nyeri sebelum dan sesudah diberikan *Slow Stroke Back Massage* dan Lilin Aromaterapi di Rumah Sakit Umum Sembiring Deli Tua. Berdasarkan uji *wilcoxon* didapatkan hasil tes dengan nilai p: 0,000 artinya $p < 0,05$ sehingga dapat disimpulkan ada pengaruh yang signifikan pada pemberian *Slow Stroke Back Massage* dan Lilin Aromaterapi terhadap penurunan nyeri pada pasien kanker payudara di Rumah Sakit Umum Sembiring Deli Tua.

4. PEMBAHASAN

1.Nyeri pada penderita kanker payudara, sebelum diberikan intervensi *Slow Stroke Back Massage* dan Lilin Aromaterapi di Rumah Sakit Umum Sembiring Deli Tua Tahun 2025. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebelum penderita nyeri diberikan intervensi *Slow Stroke Back Massage* dan Lilin Aromaterapi kepada 21 responden diketahui rata-rata nyeri

penderita kanker payudara adalah sebesar 4.62 yang artinya mengalami nyeri yang sedang. Hal ini sejalan dengan penelitian yang sudah dilakukan oleh (Shelia Fitriani et al. 2023) nyeri sebelum dilakukan intervensi *Slow Stroke Back Massage* dan lilin Aromaterapi dari skala nyeri 5 (sedang) menjadi skala nyeri 3 (ringan). Di dapatkan data objektif pasien tampak meringis , tampak gelisah, dan tampak bersikap protektif selalu memengangi perut.

2. Nyeri pada penderita kanker payudara, sesudah diberikan intervensi *Slow Stroke Back Massage* dan Lilin Aromaterapi di Rumah Sakit Umum Sembiring Deli Tua Tahun 2025. Hasil penelitian ini menunjukkan adanya penurunan nyeri pada penderita kanker payudara setelah diberikan intervensi *Slow Stroke Back Massage* dan Lilin Aromaterapi . Sesudah penderita nyeri diberikan intervensi *Slow Stroke Back Massage* dan Lilin Aromaterapi diketahui rata-rata nyeri adalah 4.10 yang artinya mengalami penurunan nyeri. Hal ini sejalan dengan penelitian yang sudah dilakukan oleh Nuraini (2024) nyeri sesudah diterapkannya intervensi *Slow Stroke Back Massage* dari skala nyeri 5 (sedang) menjadi skala nyeri 2 (ringan). Perbedaan penurunan nyeri disebabkan kondisi, frekuensi dan ketekunan responden dalam melakukan pijatan ini di rumah.

3. Pengaruh *Slow Stroke Back Massage* dan Lilin Aromaterapi terhadap penurunan nyeri pada pasien kanker payudara di Rumah Sakit Umum Sembiring Deli Tua Tahun 2025. Berdasarkan hasil penelitian ini, diketahui bahwa terdapat perbedaan rata-rata nyeri pada penderita kanker payudara sebelum dilakukan intervensi pemberian *Slow Stroke Back Massage* dan Lilin Aromaterapi dan sesudah dilakukan intervensi pemberian *Slow Stroke Back Massage* dan Lilin

Aromaterapi adalah sebesar 3.10. Hasil uji *Statistic wilcoxon* didapat dengan p value = $0,001 < 0,05$. Jadi ada pengaruh *Slow Stroke Back Massage* dan Lilin Aromaterapi terhadap penurunan nyeri pada pasien kanker payudara di Rumah Sakit Umum Sembiring Deli Tua.

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan Analisa data dalam penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti tentang Pengaruh *Slow Stroke Back Massage* dan Lilin Aromaterapi terhadap Penurunan Nyeri pada Pasien Kanker Payudara di Rumah Sakit Umum Sembiring Deli Tua didapat adanya perbedaan sebelum dan sesudah dilakukan *Slow Stroke Back Massage* dan Lilin Aromaterapi terhadap Penurunan Nyeri (p value = $0,001 < p=0.05$) Yang berarti adanya Pengaruh *Slow Stroke Back Massage* dan Lilin Aromaterapi terhadap Penurunan Nyeri Pada Pasien Kanker Payudara di Rumah Sakit Umum Sembiring Deli Tua.

Saran

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan , maka peneliti menyampaikan beberapa saran sebagai berikut:

Bagi Tempat Peneliti

Diharapkan bagi Rumah Sakit Sakit Umum Sembiring Deli Tua, tenaga kesehatan dapat memberikan penjelasan terkait terapi komplementer yaitu *Slow Stroke Back Massage* dan Lilin Aromaterapi pada pasien kanker untuk menurunkan nyeri pasien kanker payudara.

Bagi Institut Pendidikan

Diharapkan kepada Institut Pendidikan untuk memberikan pengetahuan dan keterampilan tentang *Slow Stroke Back Massage* dan pemberian Lilin Aromaterapi sehingga

dapat diaplikasikan dalam dunia keperawatan.

Bagi Responden

Diharapkan kepada responden agar dapat menerapkan *Slow Stroke Back Massage* dan Lilin Aromaterapi untuk mengurangi nyeri pada pasien kanker payudara.

Bagi Peneliti Selanjutnya

Sebagai bahan acuan bagi penelitiannya dalam meneliti atau menganalisa terkait penurunan nyeri dengan variabel yang berbeda. Serta area yang diperluas dan dengan jumlah sampel yang lebih besar.

DAFTAR PUSTAKA

- Abo Al-Shiekh, Samira S., Mohamed Awadelkarim Ibrahim, and Yasser S. Alajerami. 2021. "Breast Cancer Knowledge and Practice of Breast Self-Examination among Female University Students, Gaza." *Scientific World Journal* 2021. doi: 10.1155/2021/6640324.
- Anon. 2015. "Carsinoma Mammae." ArisKurniawan. 2016. *Digital Digital Repository Repository Universitas Universitas Jember Jember Digital Digital Repository Repository Universitas Universitas Jember Jember*.
- Ayu tri, Oktafia. 2015. "Tingkat Pengetahuan Masyarakat Tentang Kanker Payudara." *Repository.Ump.Ac.Id* 8-30.
- Djaali. 2021. *Metodologi Penelitian Kuantitatif*.
- Farrar, Ashley J., and Francisca C. Farrar. 2020. "Clinical Aromatherapy." *Nursing Clinics of North America* 55(4):489-504. doi: 10.1016/j.cnur.2020.06.015.
- Hidayat, Aziz Alimul. 2021. *Cara Mudah Menghitung Besar Sampel*.
- Kada, Maria Kurnyata Rante, Dewi Irawaty, and Riri Maria. 2020. "Pengaruh Kombinasi Terapi Musik Dan Art Therapy Terhadap Tingkat Nyeri Pasien Kanker Payudara." *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah* 5(1). doi: 10.30651/jkm.v5i1.4714.
- Karlina, Bella. 2019. "Pengaruh Manajaemen Fasilitas Terhadap Mutu Layanan Diklat Di Pusat Pengembangan Dan Pemberdayaan Pendidik Dan Tenaga Kependidikan Bidang Mesin Dan Teknik Industri." *NASPA Journal* 42(4):1.
- Khoirullisa, Isnatun, Catur Budi Susilo, and Budhy Ermawan. 2019. "Pengaruh Aromaterapi Citrus Aurantium Dengan Slow Deep Breathing Pada Pre Operasi Sectio Caesarea Terhadap Kecemasan Dengan Spinal Anestesi Di Rs Pku Muhammadiyah Bantul." *Jurnal Kesehatan* 6(6):14-15.
- Mardiana, Lina. 2007. *Kanker Pada Wanita*. Melelo, SHUTURA SHURA. 2023. "No Analisis Struktur Kovarians Indikator Terkait Kesehatan Pada Lansia Yang Tinggal Di Rumah, Dengan Fokus Pada Rasa Subjektif Terhadap Kesehatan Title." 5:1-14.
- Ramdhan, Dr Muhammad. 2021. *Metode Penelitian*. S, Diana Tri Budi, Enie Novieastari, and Tuti Nuraeni. 2024. "Mengurangi Nyeri Pada Pasien Kanker Payudara : Sistematis Review." 8:2748-52.
- Santoso. 2019. "Klasifikasi Dan Kesenjangan Teori Tumor." *Santoso* (2013):6.
- Septiani, Luh Yanti. 2020. "Gambaran Perilaku Deteksi Dini Kanker Payudara (Pemeriksaan Payudara Sendiri) Pada Remaja Putri Di Smp Negeri 1 Mengwi." (July):1-23.
- Shelia Fitriani, Desy, Rahayu Winarti, and Heny Prasetyorini. 2023. *Penerapan Slowi Stroke Back Massage dan Aroma Terapii Lavender i Untuk Menurunkan Nyeri Kronis Pada Pasien Kanker Servik Application Of Slow Stroke Back Massage And Aroma Therapy Lavender To Reduce*

Jurnal Penelitian Keperawatan Medik	Vol. 7 No. 2	Edition: Februari 2025- Mei 2025
	http://ejournal.delihusada.ac.id/index.php/JPMPPH	
Received : 17 April 2025	Revised: 25 April 2025	Accepted: 6 Mei 2025

- Chronic Pain In Cervical Cancer Patients*. Vol. 5.
- Siyoto, Sandu. 2015. *Dasar Metodologi Penelitian*. Smolarz, Beata, Anna Zadro, and Hanna Romanowicz. 2022. "Treatment (Review of Literature)." 1–27.
- Sugiono. 2019. "Bab Iii Metoda Penelitian." *Jurnal Akuntansi Dan Keuangan* 3:1–9.
- Uswatun, Anna, and Triyas Yuliyani. 2021. "Jurnal Kebidanan RELATIONSHIP AGE OF MENARCHE WITH BREAST CANCER EVENTS DI." *Jurnal Kebidanan* VIII(01):61–71.
- Wardani, Dyah Titis Kusuma, Endah Saptutyningsih, and Suci Alpika Fitri. 2021. "Ekonomi Kreatif: Pemanfaatan Limbah Jelantah Untuk Pembuatan Lilin Aromaterapi." *Prosiding Seminar Nasional Program Pengabdian Masyarakat* 402–17. doi: 10.18196/ppm.32.224.
- World Health Organization. 2024. "Breast Cancer." *World Health Organization*.
- Zhang, Ya Nan, Ke Rui Xia, Chang Yi Li, Ben Li Wei, and Bing Zhang. 2021. "Review of Breast Cancer Pathologigcal Image Processing." *BioMed Research International* 2021. doi: 10.1155/2021/1994764.