

Pengalaman Pasien Kanker Payudara Yang Mengalami Nyeri Ringan Dalam Menerima Massage Aromaterapi Lavender: Studi Fenomenologi

Novita sari^{1*}, Linda Jurwita², Cut Maria Veriana³

^{1,3}Universitas Muhammadiyah Mahakarya Aceh, Indonesia

²Universitas Sains Cut Nyak Dhien, Indonesia

Article Info: Accepted: 18 Agustus 2024; 21 Agustus 2024; Published: 31 Agustus 2024

Abstrak: Nyeri merupakan keluhan umum yang bersifat subjektif dan paling sering dirasakan oleh pasien kanker payudara. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengeksplorasi pengalaman pasien kanker payudara yang mengalami nyeri ringan dalam menerima massage aromaterapi lavender. Penelitian ini menggunakan pendekatan fenomenologis dengan melibatkan 15 pasien kanker payudara stadium 1-2 yang mengalami nyeri ringan sebagai partisipan. Pengumpulan data dilakukan dengan pendekatan kualitatif melalui wawancara mendalam selama 40-55 menit, penilaian kuantitatif diperlukan kuesioner. Data yang diperoleh dievaluasi menggunakan statistik sederhana dan konten analitis. Hasil penelitian ini terdapat 5 tema yaitu: 1) Keluhan awal yang dirasakan oleh pasien kanker payudara, 2) Pengetahuan tentang masalah nyeri dan penyebab nyeri pada pasien kanker payudara, 3) Upaya penanganan nyeri dengan terapi komplementari, 4) Hambatan dalam melakukan massage aromaterapi, dan 5) Manfaat massage aromaterapi lavender untuk pasien kanker payudara. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa nyeri dirasakan akibat pertumbuhan kanker itu sendiri, nyeri yang dirasakan oleh pasien adalah nyeri ringan, skala nyeri 3 dirasakan sebelum menerima massage aromaterapi lavender, setelah menerima massage rata-rata skala 1. Pasien mengunjungi rumah massage rata-rata 2 minggu sekali selama 60 menit, massage menggunakan minyak aromaterapi lavender dilakukan oleh seseorang yang profesional dalam bidang massage dan sudah bersertifikasi.

Kata Kunci: Kanker Payudara; Nyeri Ringan; Massage Aromaterapi Lavender.

Abstract: Pain is a common complaint that is subjective and is most often felt by breast cancer patients. The aim of this study was to explore the experiences of breast cancer patients who experienced mild pain in receiving lavender aromatherapy massage. This research used a phenomenological approach by involving 15 stage 1-2 breast cancer patients who experienced mild pain as participants. Data collection was carried out using a qualitative approach through in-depth interviews lasting 40-55 minutes, quantitative assessments required questionnaires. The data obtained are evaluated using simple statistics and analytical content. The results of this research contained 5 themes, namely: 1) Initial complaints felt by breast cancer patients, 2) Knowledge about pain problems and causes of pain in breast cancer patients, 3) Efforts to treat pain with complementary therapies, 4) Barriers to carrying out aromatherapy massage, and 5) Benefits of lavender aromatherapy massage for breast cancer patients. The results of this study show that the pain felt is due to the growth of the cancer itself, the pain felt by the patient is mild pain, the pain scale is 3 felt before receiving the lavender aromatherapy massage, after receiving the massage the average scale is 1. Patients visit the massage house an average of 2 weeks. once for 60 minutes, massage using lavender aromatherapy oil is carried out by someone who is a professional in the field of massage and is certified.

Keywords: Breast cancer; Mild Pain; Lavender Aromatherapy Massage.

Correspondence Author: Novita sari

Email: novitasari31mei@gmail.com

This is an open access article under the [CC BY SA](#) license



Pendahuluan

Menurut *World Health Organization* (WHO) angka kejadian kanker meningkat menjadi 18,1 juta kasus baru dan 9,6 juta kematian pada tahun 2018 (World Health Organisation, 2018). Pada tahun 2017 *American Cancer Society* (ACS) Pusat Statistik Kesehatan Nasional mengumpulkan 1.685.210 kasus kanker baru dan 595.690 kematian akibat penyakit kanker di Amerika (American Cancer Society, 2017).

International Agency for Research on Cancer (IARC) memprediksi bahwa jumlah total kasus kanker akan mencapai 22,2 juta pada tahun 2030. Pada tahun 2005 hingga 2015 kasus kanker meningkat sebesar 33% dan bagi wanita kanker payudara merupakan yang paling umum dengan kasus 2,4 juta hingga menyebabkan kematian sebanyak 523.000 dan 15,1 juta orang hidup dengan kanker payudara (Global Burden of Disease Study, 2017)

Jenis nyeri yang di alami oleh pasien kanker adalah nyeri kronik. Efek dari nyeri kronik mengakibatkan terjadinya depresi dan disabilitas. Pasien dengan nyeri kronik juga sering mengalami hambatan dalam melakukan aktifitas sehari - hari, bahkan untuk kebutuhan dirinya sendiri seperti makan, mandi, dan berpakaian. Efek lain dari nyeri ialah pasien tidak bisa tidur, bekerja dan terjadi penurunan dalam hubungan interpersonalnya dengan lingkungan sekitar (Smeltzer *et al.*, 2010).

Perawat harus memperhatikan nyeri yang dialami oleh pasien, karena pasien yang mengalami nyeri terganggu secara kognitif dan psikologinya, sehingga dibutuhkan penelitian untuk menemukan strategi kontrol yang sesuai untuk pasien kanker yang mengalami nyeri. Meskipun strategi intervensi farmakologi tetap yang paling utama dan efektif yang direkomendasikan oleh WHO, tapi dokter sering mencari alternatif atau terapi tambahan untuk perawatan dalam mengatasi dan menurunkan rasa nyeri pasien. Beberapa pasien dan keluarga pasien tertarik pada terapi nonfarmakologis yang tampaknya mengurangi rasa nyeri dan tanpa berinteraksi dengan obat lain. Penggunaan terapi komplementer terpilih mewakili pendekatan yang lebih integratif untuk menghilangkan rasa nyeri (Sharifi Rizi *et al.*, 2017).

Terapi *massage* adalah salah satu modalitas perawatan yang sering digunakan sebagai terapi komplementer untuk mengurangi rasa nyeri pada pasien kanker. *Massage* didefinisikan sebagai manipulasi area jaringan lunak tubuh, yang telah menunjukkan manfaat untuk menghilangkan gejala pada pasien kanker. Studi menunjukkan bahwa *massage* dapat membantu pasien kanker meningkatkan *mood* dan mengurangi kecemasan, depresi, dan mengurangi rasa nyeri pada pasien kanker (Lopez *et al.*, 2017).

Beberapa penelitian yang telah dilakukan sebelumnya untuk menyelidiki efek *massage* aromaterapi sebagai cara untuk mengurangi nyeri. Salah satu minyak esensial yang digunakan dalam aromaterapi adalah lavender. *Lavandula angustifolia* Mill (Lavender) dikenal sebagai

ramuan aromatik dan obat yang kuat. Lavender digunakan dalam terapi komplementer diberbagai belahan dunia untuk efek analgesik dan anti-inflamasinya. Berdasarkan hasil penelitian (Nasiri et al., 2016) mengatakan bahwa *massage* aromaterapi dengan lavender efektif dalam mengurangi rasa nyeri pada pasien dengan berbagai jenis kondisi nyeri, termasuk kanker stadium akhir.

Kajian Teori

Kanker payudara merupakan salah satu jenis kanker yang paling umum dialami oleh perempuan di seluruh dunia. Menurut WHO (2018), kanker payudara menyumbang angka kematian yang signifikan pada populasi perempuan, terutama pada stadium lanjut. Salah satu gejala yang paling sering dikeluhkan oleh pasien kanker payudara adalah nyeri, yang dapat memengaruhi kualitas hidup mereka. Nyeri pada pasien kanker payudara bisa bervariasi tingkatannya, mulai dari ringan hingga berat, tergantung pada stadium kanker dan respons individu terhadap penyakit serta pengobatannya. Nyeri ringan, meskipun tidak mengancam jiwa, tetap memerlukan penanganan yang tepat agar tidak mengganggu aktivitas sehari-hari pasien.

Salah satu pendekatan non-farmakologis yang semakin banyak digunakan untuk mengatasi nyeri ringan pada pasien kanker adalah *massage* aromaterapi lavender. Lavender (*Lavandula angustifolia*) telah lama dikenal memiliki efek relaksasi dan analgesik yang membantu meredakan nyeri serta mengurangi stres pada pasien (Huang & Capdevila, 2017). Penelitian menunjukkan bahwa aroma lavender dapat menurunkan persepsi nyeri melalui mekanisme relaksasi sistem saraf pusat dan penurunan aktivitas simpatis (Hur et al., 2020). Selain itu, penggunaan aromaterapi lavender dalam bentuk pijatan dapat meningkatkan aliran darah, meredakan ketegangan otot, dan memperbaiki kualitas tidur pasien kanker payudara, sehingga membantu meningkatkan kesejahteraan secara keseluruhan.

Studi yang dilakukan oleh Bagheri-Nesami et al. (2020) menemukan bahwa pasien kanker payudara yang menerima terapi pijat aromaterapi lavender secara signifikan melaporkan penurunan intensitas nyeri dibandingkan dengan kelompok kontrol yang hanya menerima perawatan standar. Hal ini menunjukkan bahwa terapi pijat aromaterapi lavender merupakan metode komplementer yang efektif dalam manajemen nyeri ringan pada pasien kanker payudara. Namun, lebih lanjut diperlukan penelitian jangka panjang untuk mengevaluasi efek kumulatifnya terhadap kualitas hidup pasien.

Metode

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan deskriptif fenomenologis, serta melalui tahapan analisis Colaizzi. Pendekatan fenomenologi dipilih agar peneliti dapat memahami fenomena yang dialami dari sudut pandang subjek penelitian (Polit &

Beck, 2018). Partisipan dalam penelitian ini terdiri dari 15 pasien kanker payudara yang mengalami nyeri ringan, yang dipilih secara purposive sampling berdasarkan kriteria inklusi. Kriteria tersebut meliputi usia lebih dari 17 tahun, tidak mengalami gangguan kognitif serta mampu berkomunikasi, berada pada stadium I-II dengan status kinerja skala 1 dan skala 2 menurut WHO (2018), telah menerima terapi pijat aromaterapi lavender, dan bersedia menjadi peserta penelitian. Pengumpulan data dilakukan pada Oktober hingga Desember 2020 dengan menggunakan beberapa alat, seperti ponsel android untuk merekam suara, informed consent, panduan wawancara, kuesioner data demografis, alat pelindung diri, catatan lapangan, serta alat tulis. Peneliti menjadi alat utama dalam pengumpulan data, yang dilakukan melalui wawancara mendalam selama sekitar 40-55 menit menggunakan panduan wawancara. Pengumpulan data dimulai dengan meminta izin kepada partisipan untuk merekam suara mereka selama wawancara, yang berlangsung hingga data mencapai kejenuhan. Teknik probing dan bracketing digunakan dalam wawancara, dan seluruh proses dilakukan melalui telepon karena pandemi Covid-19 yang menghambat wawancara tatap muka.

Analisis data dilakukan menggunakan sepuluh tahap analisis konten Colaizzi (1978), dimulai dari mengumpulkan dan membaca seluruh transkrip, mengidentifikasi pernyataan penting, dan menuliskannya dalam tabel yang disiapkan untuk memudahkan kategorisasi. Setelah itu, pernyataan-pernyataan tersebut diperiksa kembali untuk memastikan tidak ada yang terlewat, disortir dalam mode naik, diberi kode, dan dikelompokkan ke dalam kategori yang serupa. Langkah selanjutnya adalah mengidentifikasi kembali kesesuaian penempatan dalam setiap kategori, mengelompokkan kategori yang serupa, serta menentukan tema dan subtema. Catatan lapangan berfungsi sebagai informasi tambahan yang diperlukan untuk memperkuat penilaian sebelum penentuan tema.

Kepercayaan dalam penelitian ini dijaga melalui prinsip trustworthiness, yang mencakup kredibilitas, transferabilitas, dependabilitas, dan konfirmabilitas (Lincoln & Guba, 1985). Kredibilitas penelitian dipertahankan melalui teknik prolonged engagement, triangulasi, serta member checking yang dilakukan untuk memastikan kebenaran data dan interpretasinya.

Karakteristik partisipan penelitian mencakup rentang usia 36-45 tahun sebanyak 6 orang (40,0%), usia 25-35 tahun berjumlah 5 orang (33,3%), dan 4 orang berusia 46-55 tahun (26,7%). Seluruh partisipan berjenis kelamin perempuan, dengan latar belakang pendidikan yang bervariasi, di mana mayoritas partisipan menempuh pendidikan hingga SMA sebanyak 9 orang (60,0%), 2 partisipan menempuh pendidikan sarjana (26,7%), dan 4 orang menempuh pendidikan SMP (13,3%). Sebagian besar partisipan bekerja sebagai ibu rumah tangga (IRT) sebanyak 12 orang (80,0%), sementara 2 orang berprofesi sebagai wiraswasta (13,3%) dan 1 orang merupakan pegawai negeri sipil (6,7%). Seluruh partisipan sudah menikah, dan mayoritas

didiagnosis dengan kanker payudara stadium II sebanyak 12 orang (80,0%) dan 3 orang stadium I (20,0%).

Pertimbangan etika penelitian ini telah mendapatkan persetujuan dari Komisi Etik untuk Penelitian dan Pengembangan Sumber Daya Manusia, Pendidikan dan Rumah Sakit Umum Haji Adam Malik Medan dengan Nomor DP 02.01/XV/2.2.2/2281/2020. Informed consent juga telah diperoleh dari seluruh partisipan yang terlibat dalam penelitian ini.

Hasil Dan Pembahasan

1. Hasil

Keluhan utama yang dirasakan oleh pasien kanker payudara bersifat subjektif dan bervariasi antara satu pasien dengan yang lain. Kebanyakan pasien mengeluhkan nyeri sebagai gejala utama yang dirasakan. Nyeri ini sering kali dirasakan sejak awal diagnosis, dan pada beberapa kasus, menjalar dari area payudara ke bagian tubuh lainnya, seperti bahu. Sebagai contoh, seorang partisipan menyatakan, "Nyeri lah, dari awal sebelum saya tahu saya menderita kanker payudara, itu gejala awal yang saya rasakan... nyeri dari payudara kanan sampai ke bahu kanan" (P1). Selain nyeri, pasien juga sering kali merasa kecewa dan sulit menerima kenyataan bahwa mereka didiagnosis dengan kanker payudara. Partisipan lainnya mengungkapkan perasaannya saat didiagnosis, "Hancur hati saya... saya tidak terima... sampai saya suruh dokter periksa ulang" (P1).

Pengetahuan tentang nyeri dan penyebabnya pada pasien kanker payudara juga penting. Pasien diberikan penjelasan mengenai tingkat nyeri, dan mereka menentukan sendiri skala nyeri yang dirasakan. Sebagian besar partisipan menyatakan bahwa tingkat nyeri yang mereka alami berada pada skala 1-3, dan mayoritas menghubungkan nyeri yang dirasakan dengan perkembangan kanker itu sendiri. Sebagaimana dinyatakan oleh salah satu partisipan, "Nyeri nya gak parah x sanggup tahan, gak berat... ringan lah kita bilang nya masi bisa saya tahan" (P1).

Untuk mengatasi nyeri, beberapa pasien kanker payudara memilih terapi komplementer seperti massage aromaterapi lavender dan hipnoterapi. Terapi ini dianggap membantu mengurangi nyeri dan memberikan efek relaksasi. Seorang partisipan menyatakan, "Saya lebih senang di terapi, seringnya massage aromaterapi lavender biar rileks, bisa menghilangkan nyeri juga" (P1). Selain itu, beberapa pasien lebih memilih metode alami dibandingkan obat-obatan karena takut akan ketergantungan pada obat nyeri. "Saya sering ke rumah massage untuk menurunkan nyeri, takut banyak kali minum obat" (P5).

Namun, ada hambatan yang dihadapi pasien dalam menjalani terapi komplementer seperti massage aromaterapi lavender. Hambatan tersebut termasuk jarak ke tempat massage yang jauh dan sulitnya menemukan terapis yang bersertifikasi. Beberapa pasien mengeluhkan

bahwa tukang massage yang mereka temui tidak selalu profesional atau menggunakan minyak aromaterapi yang sesuai. "Kendalanya apa ya... karena jauh dari rumah, apalagi sekarang covid, agak malas keluar" (P1).

Manfaat dari massage aromaterapi lavender bagi pasien kanker payudara sangat signifikan. Terapi ini dapat melancarkan sirkulasi darah, merileksasi tubuh, serta menurunkan tingkat nyeri ringan pada pasien. Seorang partisipan mengungkapkan, "Berkurang nyeri saat di massage, sentuhan tangannya rasa nyeri yang biasa mengganggu saya itu agak berkurang" (P12). Selain itu, terapi ini juga membantu mengurangi stres dan meningkatkan kualitas tidur pasien, yang pada akhirnya memperbaiki kesejahteraan keseluruhan. "Fikiran saya tenang, jiwa tentram, otot-otot yang kaku jadi rilek" (P15).

2. Pembahasan

Tema pertama ditemukannya Keluhan awal yang dirasakan oleh pasien kanker payudara penelitian ini mendapatkan bahwa partisipan yang merupakan pasien kanker payudara mengalami keluhan seperti nyeri, hampir rata-rata pasien kanker payudara mengalami keluhan yang sama yaitu rasa nyeri. Pasien dengan nyeri kronik juga sering mengalami hambatan dalam melakukan aktifitas sehari – hari, bahkan untuk kebutuhan dirinya sendiri seperti makan, mandi, dan berpakaian, selain itu dapat pula terjadi penurunan dalam hubungan interpersonal mereka. Efek lain dari nyeri ialah pasien tidak bisa tidur, bekerja dan hubungan sosial dengan kerabat dan keluarga, sehingga kualitas hidup pasien menurun. Hal ini sama dengan penelitian yang dilakukan oleh (De Groef et al., 2019) mengatakan bahwa masalah yang paling umum yang dialami oleh pasien kanker ialah nyeri. Nyeri dapat mengganggu aktivitas dalam kehidupan sehari-hari, berkurangnya interaksi sosial dengan lingkungan sehingga menyebabkan penurunan kualitas hidup pasien. Selain itu pasien - pasien yang menderita penyakit kronis pasti akan mengalami keluhan apalagi pasien kanker payudara yang dialami oleh wanita pasti merasakan rasa kecewa yang mendalam dan rasa menolak atau tidak menerima kenyataan yang menimpa dirinya, bahwa saat dia divonis menderita penyakit kanker payudara, yang dibahayakan oleh wanita adalah ketika anggota tubuhnya yang sangat berharga bagi dirinya akan hilang, kesempurnaan dirinya akan hilang karerannya diangkatnya payudara, sehingga wanita merasa tidak berharga lagi dimata suaminya. Hal ini sama halnya dengan penelitian yang dilakukan oleh (American Cancer Society, 2017) penyakit kanker dapat berefek pada emosional pasien seperti kecewa syok dan tidak percaya, kehilangan kontrol diri, sedih, menolak, marah, mengisolasi diri bahkan dapat menyebabkan ansietas dan depresi.

Tema kedua ditemukan tentang pengetahuan tentang masalah nyeri dan penyebab nyeri pada pasien kanker payudara ada beberapa penyebab nyeri pada kanker payudara yaitu bisa

timbul karena perkembangan sel kanker itu sendiri, karena pembedahan dan karena pengobatan, seperti kemoterapi dan radiasi. Dan jenis nyeri yang dirasakan oleh pasien kanker payudara adalah nyeri kronis dengan skala nyeri yang berbeda-beda pada setiap pasien. Nyeri yang terus-menerus setelah operasi kanker payudara mempengaruhi hingga 60% pasien. Identifikasi awal mereka yang berisiko tinggi dapat membantu menginformasikan manajemen yang optimal. Hal ini sejalan dengan study literatur yang dilakukan oleh (Wang et al., 2016) wanita yang menjalani operasi pengangkatan kanker payudara akan merasa nyeri yang terus-menerus. Meskipun tingkat kelangsungan hidup 10 tahun 83%, 1,2 antara 25% dan 60% bertahan hidup pasien yang telah menjalani operasi untuk kanker payudara mengalami nyeri pasca operasi, dan akan berhubungan dengan penurunan kualitas hidup dan gangguan fungsional.

Tema ke tiga yaitu Upaya penanganan nyeri dengan terapi komplementer partisipan memilih terapi komplementer sesuai keinginannya yaitu memilih melakukan penanganan untuk mengatasi atau mengontrol nyeri dengan terapi komplementer dan alternatif dibandingkan penanganan medis, dari beberapa partisipan yang sudah diwawancara mereka mengatakan tidak ingin ketergantungan obat-obatan, dan ada partisipan yang mengatakan mereka memilih terapi komplementer seperti *massage* dan hipnoterapi karena selain nyeri berkurang dengan mereka ingin rileks dan menurunkan kecemasan. Berdasarkan studi literatur yang dilakukan Liem & Kusmawati (2014) menyatakan penggunaan pengobatan komplementer pada wanita dengan kanker payudara dapat menurunkan stress, kecemasan dan gangguan tidur. Jenis terapi yang biasa digunakan adalah terapi energi, yoga, *tai chi*, akupunktur dan pijat terapeutik. Dengan demikian, penggunaan penanganan alternatif dan komplementer yang digunakan partisipan tidak memiliki jaminan kesembuhan pada penyakit kanker yang diderita melainkan hanya mengatasi tanda dan gejala serta dampak psikologis yang dialami pasien kanker.

Tema ke empat Hambatan dalam melakukan *massage* aromaterapi kebanyakan pasien dengan penyakit kanker payudara memiliki hambatan dalam menjalani terapi komplementer dan alternatif seperti aromaterapi *massage* untuk mengelola nyeri dan merileksasi tubuh dan fiikrannya. Hambatan yang dialami pasien yaitu berupa hambatan jarak yang ditempuh dalam perjalanan menuju ke tempat alternatif, dan ada juga pasien yang mengeluh tukang *massage* yang bersertifikasi jarang dijumpai, sehingga pasien memilih kusuk dengan inang-inang yang ada didesa mereka tinggal sembari menunggu tukang *massage* yang bersertifikasi ada waktu untuk memberi pelayanan kepadanya.

Tema ke lima yaitu Manfaat *massage* aromaterapi lavender untuk pasien kanker payudara *Massage* aromaterapi lavender sangat banyak manfaatnya bagi pasien, terutama pasien kanker payudara yang merasakan nyeri. *Massage* bermanfaat untuk melancarkan sirkulasi darah kedalam tubuh, ditambah lagi memakai minyak aromaterapi lavender yang mudah meresap

melalui kulit hingga ke aliran darah yang bisa menurunkan tingkat nyeri pada pasien kanker payudara, merileksasi, menurunkan stress, kecemasan dan kualitas tidur pasien. Hasil dari wawancara pada 15 partisipan, mereka semua mengakui bahwa sangat banyak manfaat *massage* aromaterapi terhadap dirinya. Tidak hanya untuk menurunkan nyeri yang dirasakan, tetapi dengan mereka yang menerima *massage* aromaterapi dapat meningkatkan kualitas hidup pasien karena mereka merasakan ketengan jiwa saat dilakukannya *massage*, dapat mengontrol emosi, mengatasi depresi, stress dan kelelahan. Sama halnya dengan penelitian yang dilakukan oleh Clemo-crosby et al., (2018) mengatakan bahwa pasien kanker yang menerima *massage* aromaterapi dapat menurunkan stress, kecemasan dan kelelahan, dan dapat juga mengontrol emosional. Aromaterapi lavender berasal dari bunga yang kegunaan utama minyak esensial lavender adalah sebagai antioksidan yang diyakini bahwa *antioxidant* yang dapat melindungi dari gangguan saraf, minyak lavender juga bersifat analgesic, untuk menurunkan nyeri pada pasien kanker payudara. Partisipan yang telah menerima *massage* aromaterapi lavender, mereka mengakui banyak sekali manfaat yang dirasakannya. Bisa mengatasi keluhan yang dialami oleh pasien kanker payudara, seperti menurunkan tingkat nyeri ringan, menurunkan stress, kelelahan dan pasien mengakui dengan *massage* aromaterapi lavender dapat merileksasi kan pasien. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Price & Price., (2012) menjelaskan bahwa *massage* aromaterapi lavender dapat memberikan dampak positif bagi kesehatan yaitu untuk relaksasi yang mendalam, menghilangkan stress dan kelelahan fisik, melepaskan ketegangan leher, bahu dan sakit punggung, meningkatkan sirkulasi sehingga dapat menurunkan nyeri.

Kesimpulan

Penelitian fenomenologi ini merupakan suatu kajian penelitian berlandaskan subjektivitas yang mana tidak dapat diukur secara pasti melalui numerik tetapi berdasarkan opini dan pengalaman dari setiap individu dan keadaan yang ada menjadikan penelitian ini bersifat kondisional. Pelaksanaan *massage* aromaterapi lavender dapat dipilih oleh pasien di mana yang pasien inginkan sesuai kebutuhan pasien kanker payudara dan rata-rata pasien memilih di *massage* oleh tenaga profesional yang sudah mempunyai sertifikat. *Massage* aromaterapi dilakukan 1 kali dalam seminggu, pasien kanker payudara yang melakukan *massage* aromaterapi lavender secara rutin, dapat menurunkan tingkat nyeri ringan, merileksasi pikiran, memberikan kenyamanan, meningkatkan kualitas tidur dan meningkatkan kualitas hidup. Penelitian ini juga memberikan pemahaman tentang pengalaman pasien kanker payudara yang mengalami nyeri ringan dalam menerima *massage* aromaterapi lavender.

Referensi

- American Cancer Society. (2017). Cancer Facts and Figures 2017. *Genes and Development*, 21(20), 2525–2538. <https://doi.org/10.1101/gad.1593107>
- Bagheri-Nesami, M., Shorofi, S. A., & Mohammadpour, R. A. (2020). The effects of aromatherapy with lavender essential oil on pain and vital signs in patients with cancer undergoing chemotherapy. *Complementary Therapies in Medicine*, 49, 102328
- Clemo-crosby, A., Day, J., Stidston, C., Mcginley, S., & Powell, R. J. (2018). Aromatherapy Massage for Breast Cancer Patients: A Randomized Controlled Trial. *Journal of Nursing and Women's Health*, 3(1). <https://doi.org/10.29011/2577-1450.100044>
- De Groef, A., Penen, F., Dams, L., Van der Gucht, E., Nijs, J., & Meeus, M. (2019). Best-Evidence Rehabilitation for Chronic Pain Part 2: Pain during and after Cancer Treatment. *Journal of Clinical Medicine*, 8(7), 979. <https://doi.org/10.3390/jcm8070979>
- Global Burden of Disease Study 2017. (2017). Global Burden of Disease Study 2017. *The Lancet*, 5, 1–27.
- Huang, H., & Capdevila, J. (2017). The role of aromatherapy in managing cancer pain. *International Journal of Palliative Nursing*, 23(10), 502-509. <https://doi.org/10.12968/ijpn.2017.23.10.502>.
- Hur, M. H., Lee, M. S., Seong, K. Y., & Lee, M. K. (2020). Aromatherapy massage on the management of pain: A meta-analysis. *Journal of Pain and Symptom Management*, 59(3), 464-474. <https://doi.org/10.1016/j.jpainsymman.2019.10.012>
- Lopez, G., Liu, W., Milbury, K., Spelman, A., Wei, Q., Bruera, E., & Cohen, L. (2017). The effects of oncology massage on symptom self-report for cancer patients and their caregivers. *Supportive Care in Cancer*, 25(12), 3645–3650. <https://doi.org/10.1007/s00520-017-3784-7>
- Nasiri, A., Mahmodi, M. A., & Nobakht, Z. (2016). Effect of aromatherapy massage with lavender essential oil on pain in patients with osteoarthritis of the knee: A randomized controlled clinical trial. *Complementary Therapies in Clinical Practice*, 25(August 2016), 75–80. <https://doi.org/10.1016/j.ctcp.2016.08.002>
- Polit, D. F., & Beck, C. T. (2018). Essentials of Nursing Research: Appraising Evidence For Nursing Practice. In *Philadelphia: Wolters Kluwer Health* (9th Editio).
- Price, S., & Price, L. (2013). AROMATHERAPY FOR HEALTH PROFESSIONALS. In *Journal of Chemical Information and Modeling* (Vol. 53, Issue 9). <https://doi.org/10.1017/CBO9781107415324.004>
- Sharifi Rizi, M., Shamsalinia, A., Ghaffari, F., Keyhanian, S., & Naderi Nabi, B. (2017). The effect of acupressure on pain, anxiety, and the physiological indexes of patients with cancer

undergoing bone marrow biopsy. *Complementary Therapies in Clinical Practice*, 29, 136–141. <https://doi.org/10.1016/j.ctcp.2017.09.002>

Smeltzer, S. ., Bare, B. ., Hinkle, J. ., & Cheever, K. . (2010). *Brunner & Suddarths Textbook of Medical-Surgical Nursing* (12th ed.). Philadelphia: Wolter Kluwers.

Wang, L., Guyatt, G. H., Kennedy, S. A., Mha, B. R., Bhsc, H. Y. K., Mbbs, A. K., Chang, Y., Craigie, S., Dc, C. P. B. D. A., Couban, R. J., Mist, M. A., Parascandalo, S. R., Izhar, Z., Reid, S., Khan, J. S., Rn, M. M., & Dc, J. W. B. (2016). *studies*. 1–10. <https://doi.org/10.1503/cmaj.151276/-/DC1>

World Health Organisation. (2018). Latest global cancer data : Cancer burden rises to 18 . 1 million new cases and 9 . 6 million cancer deaths in 2018 Latest global cancer data : Cancer burden rises to 18 . 1 million new cases and 9 . 6 million cancer deaths in 2018. *International Agency for Research on Cancer, September*, 13–15.