

PENURUNAN PERSEPSI NYERI PASIEN KANKER MENGGUNAKAN METODE "AFFIRMASI-TAPPING TECHNIQUE" DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS PACARKELING SURABAYA

Joko Suwito, Padoli, Dhiana Setyorini, Intim Cahyono

ABSTRACT

Affirmation-Taping Techniques (ATT) has shown good results and safe as an alternative to reduce the perception of pain after surgery. Nevertheless ATT therapy to reduce the perception of pain in patients with cancer outpatient health center has not been confirmed usefulness.

The design of this study is a quasi experimental pre-posttest control group design, with a population of cancer patients who are actively participating in outpatient health center Pacarkeling Surabaya, in a simple randomized into the control group and the treatment group; has signed a Letter of Approval and follow ATT after receiving an explanation. The research instrument with the Visual Analogue Scale (VAS) and the McGill-Melzack Pain Questionnaire and ATT's Guide; Data were analyzed with the Kolmogorov-Smirnov. Ethical clearance was obtained from the Health Research Ethics Committee (IEC) of Ministry of Health Polytechnic of Surabaya.

Treatment with ATT group amounted to 10 (ten) and a control group of 10 (ten); the two groups all gained a basic drug therapy in an outpatient health center services Pacarkeling Surabaya. From the analysis of the hypothesis test is obtained that ATT has shown a significant difference in reducing the perception of pain cancer patients compared to controls ($p = 0.000$; $\alpha = 0.05$).

Discussion: ATT which is the technique of psycho-behavioral therapy treatment, the theory of Self-Affirmation and Meridian Theory-acupuncture; has changed the perception-emotion-cognition is not constructive toward self-acceptance and trust and hope in God Almighty, then reinforced by tapping on acupuncture points that reinforce the perception-cognition-constructive emotion. Prefrontal cortex, hippocampus, amygdala and thalamus translate these conditions to produce neurotransmitters, which in turn can activate brain plasticity to modulate the pain and reduce the perception of pain

Key words : *Pain perception, Affirmation Tapping Techniques, Cancer patient*

PENDAHULUAN

Terapi *Affirmation-Tapping Technique* atau Afirmasi-Taping-Teknik (ATT) telah menunjukkan hasil yang baik dan aman sebagai suatu alternatif untuk menurunkan persepsi nyeri paska bedah (Flint, Lammers, & Mitnick, 2006). Afirmasi-Tapping Technique (ATT) telah dapat menurunkan persepsi nyeri pasien fibromyalgia (Brattberg, 2008). Hal ini dilakukan karena sebagian terapi dengan obat-obatan tidak memberi hasil yang memuaskan (Gillon, 2006). Namun demikian terapi ATT untuk menurunkan persepsi nyeri pasien kanker rawat jalan di Puskesmas Pacarkeling Surabaya belum dikonfirmasi kemanfaatannya.

Masalah penelitian : Bagaimanakah efektifitas terapi Afirmasi-Taping Teknik (ATT) untuk menurunkan persepsi nyeri pasien kanker yang rawat jalan di Puskesmas Pacarkeling Surabaya?

METODE

Desain penelitian adalah quasi eksperimental pre post test control group disain, Penelitian dilaksanakan di Wilayah kerja Puskesmas Pacarkeling Surabaya. Waktu penelitian dimulai bulan Juli 2014 s.d Nopember 2014.

Rencana pelaksanaan penelitian dibagi dalam 3 (tiga) tahap yaitu: (1) Tahap Persiapan: Pembuatan Proposal, Seminar Proposal,

Pembuatan Protokol, Perijinan Ke Institusi terkait, Mempersiapkan kelengkapan administrasi dan alat tulis dan penggandaan kuisioner, Pemilihan enumerator, Pelatihan tenaga pengumpul data untuk memperoleh kesamaan tujuan dan memiliki kemampuan yang baik dalam tehnik pengumpulan data dilakukan proses pelatihan kepada pengumpul data yang diberikan oleh peneliti sendiri dan Penentuan jumlah populasi. (2) Tahap pelaksanaan : Pengajuan Ethical Clearance kepada Komisi Etik Poltekkes Kemenkes Surabaya, Pengisian formulir persetujuan (*informed consent*) oleh responden, Pengumpulan data identitas responden, Penentuan sampel, Pengukuran dan pencatatan persepsi nyeri sebelum ATT untuk kelompok perlakuan dan kelompok kontrol, Pemberian dan pelatihan ATT pada kelompok perlakuan, Pengukuran dan pencatatan persepsi nyeri setelah ATT untuk kelompok perlakuan dan kelompok kontrol, Membuat master tabel data dalam file komputer, Melakukan *entry* data, Melakukan analisis data setiap variabel sesuai tujuan dan hipotesis penelitian. (3) Tahap Penyelesaian : Seminar Akhir, Penyusunan Laporan.

Populasi penelitian adalah seluruh pasien kanker di wilayah kerja Puskesmas Pacarkeling Surabaya yang selama sebulan terakhir

melakukan kontrol rutin (aktif). Dari data awal dari Puskesmas, bahwa pasien yang rutin datang untuk kontrol sebulan terakhir ada 30 (tiga puluh) orang pasien. Sampel penelitian adalah sebagian pasien kanker di wilayah kerja Puskesmas Pacarkeling Surabaya yang diambil secara acak sederhana (simple random sampling). Besar sampel diambil berdasarkan jumlah pasien datang hari tertentu dan dipilah, satu hari sebagai kelompok kontrol dan hari lainnya sebagai kelompok perlakuan; yang berkenan secara sukarela mengikuti dan melakukan ATT dan tetap mengkonsumsi obat yang diberikan Puskesmas. Sedangkan kelompok kontrol adalah kelompok pasien kanker yang datang kontrol ke Puskesmas dan menerima pengobatan dari Puskesmas, namun tidak melakukan ATT

Variabel penelitian adalah persepsi nyeri pasien kanker sebelum dan sesudah memperoleh terapi ATT

Persepsi nyeri pasien kanker adalah suatu titik angka yang menunjukkan tingkat keluhan ketidaknyamanan pasien kanker yang diukur menggunakan Melzack dan Visual Analog Scale (VAS); Skala ordinal.

Alat pengumpulan data dan bahan penelitian sebagai berikut: Kuesioner tingkatan nyeri – VAS, Panduan Tindakan ATT, Dokumen pencatatan data sekunder partisipan.

HASIL

Uji normalitas data kelompok perlakuan dan kontrol, diperoleh bahwa data tidak berdistribusi normal, sehingga analisis yang dilakukan untuk menguji hipotesis tidak dapat dilakukan dengan uji T-test; namun dilakukan dengan uji Kolmogorov-Smirnov.

Uji hipotesis dengan Kolmogorov-Smirnov menunjukkan hasil menolak H_0 dimana ($p=0,0015 < \alpha=0,05$); dengan demikian maka pemberian terapi ATT telah menunjukkan perbedaan nyata di dalam menurunkan skala persepsi nyeri dibanding dengan kontrol, yang berarti ATT memberikan manfaat untuk mengurangi persepsi nyeri pasien kanker.

PEMBAHASAN

Dari hasil pengukuran awal dan pengukuran sebelum dilakukan ATT, dapat disimpulkan bahwa persepsi nyeri pasien kanker mengikuti rentang maksimal pada angka 6 sampai dengan angka 0; artinya dengan telah memperoleh pengobatan standar seperti ketentuan WHO, yang juga menjadi standar pengobatan di puskesmas, pasien kanker tsb masih merasakan nyeri sedang sampai ringan, dan ada yang tidak merasakan nyeri namun juga jumlah tidak signifikan.

Dari beberapa riset mengenai efektifitas pengobatan nyeri pada umumnya, menunjukkan bahwa pengobatan nyeri tidak menunjukkan hasil maksimal, artinya untuk berusaha

menghilang persepsi nyeri tidak dapat dilakukan dengan hasil baik hanya dengan pendekatan pemberian obat-obatan (Derbyshire, 2002)}.

WHO telah mengatur rekomendasi mengenai usaha terapi menghilangkan nyeri kanker, melalui pendekatan farmakologis dan pendekatan non farmakologis; dimana pendekatan farmakologis meliputi empat kelompok obat: Analgesik, Non opiad, Opiad lemah dan Opiad kuat; ditambah dengan sedatif-antipsikotik serta multivitamin (Namukwaya, Leng, Downing, & Katabira, 2011)} . Pendekatan pengobatan seperti rekomendasi ini telah dilaksanakan puskesmas dengan baik, dan hasilnya dapat mengendalikan persepsi nyeri pasien kanker pada derajat ringan sampai sedang.

Telah diakui bahwa rasa nyeri melibatkan beragam aspek, khususnya nyeri kanker. Tidak saja aspek biologis namun keberadaan rasa nyeri juga dipengaruhi oleh aspek psikologis, tidak hanya aspek sensoris semata namun juga aspek sikap, emosi, kognisi dan persepsi. (M. C. Bushnell & Duncan, 1989)} }

Beberapa riset juga menganjurkan bahwa untuk mengurangi persepsi nyeri, tidak saja dengan pendekatan pengobatan namun juga dengan aktivitas do'a; dimana telah menunjukkan hasil yang baik bahwa do'a pasien atau keluarganya dapat membantu mengurangi persepsi nyeri . (Dezutter, Wachholtz, } & Corveleyn, 2011)} . Hal ini sejalan dengan pendekatan untuk mengurangi persepsi nyeri tidak saja mengindahkan aspek sensoris, namun juga aspek persepsi-emosi-kognisi dan spiritual.

Riset yang lain juga menganjurkan pendekatan aspek sensoris namun tidak dengan farmakologis, tetapi dengan pendekatan akupuntur. Akupuntur membuktikan telah mampu mengendalikan persepsi nyeri dengan beberapa kasus keluhan rasa nyeri. Mekanisme biologis dengan riset pencitraan maupun riset biomolekuler telah me}njelaskan mekanisme pengendalian nyeri melalui modulasi sistem syaraf perifer dan lebih kuat melalui modulasi sistem syaraf sentral, khususnya pada cortex dan sistem limbic (amygdala, hipocampus dan thalamus) Sehingga keluhan nyeri kanker juga dapat dikendalikan dengan akupuntur. (J. Shen, 2001)} (Y. F. Shen, Younger, Goddard, & Mackey, 2009).

Metode Afirmasi Tapping Teknik (ATT) merupakan pendekatan terapi psikobehavioral yang digabungkan dengan pendekatan akupuntur; dimana pada pelayanan klinik dikenal dengan beberapa nama metode seperti Emotional Freedom Technique (EFT), dan di Indonesia ada Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT). # (Church, 2014)## (M Catherine Bushnell, Ceko, & Low, 2013)#

Dari analisis data hasil penelitian dengan bantuan aplikasi statistik diperoleh ada perbedaan yang signifikan pada penurunan

persepsi nyeri dengan perlakuan ATT dibanding responden yang tidak menggunakan ATT ($p=0,0015 < \alpha=0,05$). Hal ini memberi suatu bukti bahwa metode ATT dapat direkomendasikan di dalam pengendalian persepsi nyeri kanker. Diantara kelompok perlakuan, diperoleh bahwa frekuensi yang sering ditemukan adalah 5 (lima) kali sehari, dan berkorelasi positif dengan besarnya penurunan skala nyeri partisipan ($r=0,78$)

Melalui pendekatan Psikologi, dengan konsep Re-appraisal, maka pendekatan ATT dimana pada tahapan Set-up, sebenarnya adalah tahapan induksi diri, yang berarti memberi stimulasi pada Prefrontal Cortex untuk menggali memori –pengalaman persepsi nyeri dan sekaligus memberikan stimulasi memori baru tentang “pertahanan diri” menghadapi stimulasi nyeri, dengan meningkatkan kesadaran, penerimaan dan sekaligus kepasrahan serta pengharapan kepada Tuhan Yang Maha Esa. # (Dezutter et al., 2011) #. Hal ini akan membantu membangun kembali memori pada jaringan sistem memori cortex dan sistem limbic; yang apada akhirnya akan membangkitkan sistem descendent inhibitor nyeri.

Dengan analisis biologi, suatu riset menunjukkan bahwa persepsi nyeri yang dirasakan seseorang tidak saja karena usaha pengendalian stimuli nyeri perifer, namun juga akibat modulasi sistem descendent nyeri. # (Wiech, Ploner, & Tracey, 2008) #. Modulasi ini diantaranya dimediasi melalui upaya pembentukan memori “baru” pada prefrontal cortex.

Proses Afirmasi diri pada metode ATT, telah dibuktikan mampu memperbaiki kapasitas diri seseorang, yang pada akhirnya meningkatkan pengendalian diri dan ketenangan. # (Cohen & Sherman, 2014) #. Kegiatan afirmasi diri juga telah terbukti melalui riset pencitraan pada otak, bahwa kegiatan tsb akan mengaktifkan amygdala, bukan saja prefrontal cortex dan lobus temporalis. Lebih jauh dijelaskan bahwa afirmasi diri meningkatkan kemampuan untuk mengendalikan emosi, secara neurologi organik mampu mengendalikan amygdala sebagai pusat emosi dan memori implisit. # (Buhle et al., 2013) #. Dengan demikian semakin jelas bahwa afirmasi, tidak saja mampu menyentuh aspek sensori nyeri-dengan mempengaruhi prefrontal cortex, namun juga mampu menyentuh aspek emosi dari nyeri-mempengaruhi amygdala, sekaligus aspek persepsi-koqnsi dari nyeri.

Tapping adalah aktifitas memberi ketukan ringan berulang pada titik-titik akupuntur tertentu; sehingga merupakan jenis lain dari akupuntur yang tidak menggunakan jarum; dimana telah diketahui melalui riset bahwa tapping dapat mengatasi masalah sikologi. # (Feinstein, 2010) # Dari beragam riset telah dibuktikan bahwa akupuntur mampu memodulasi aktifitas amygdala dan hipithalamus, yang akhirnya

mampu mengendalikan nyeri sentral. Pada awalnya akupuntur telah diketahui dan dibuktikan mampu mengendalikan persepsi nyeri perifer, namun dengan perkembangan pendekatan riset dengan hewan coba dan teknik pencitraan fMRI, diketahui bahwa akupuntur mampu memodulasi amygdala, hipokamus, thalamus dan hipothalamus disamping prefrontal cortex. # (Bai et al., 2010) # # (Qin et al., 2008) # # (Qiao et al., 2011) #

Sehingga melalui ekstrapolasi dari beberapa riset tsb dapat diketahui bahwa ATT memang mampu mengendalikan persepsi nyeri dengan cara memodulasi synaps jaringan syaraf sentral, membentuk memori baru untuk merespon nyeri sehingga aspek sensori-perspsi-koqnsi-emosi nyeri dapat dipengaruhi, yang pada gilirannya dapat mengendalikan persepsi nyeri pasien kanker.

KESIMPULAN

Hasil penelitian telah menunjukkan secara signifikan bahwa tindakan Afirmasi Tapping Teknik (ATT) dapat menurunkan persepsi nyeri pasien kanker rawat jalan di Puskesmas Pacarkeling Surabaya.

DAFTAR PUSTAKA

- Bai, L., Tian, J., Zhong, C., Xue, T., You, Y., Liu, Z., ... Liu, Y. (2010). *Acupuncture modulates temporal neural responses in wide brain networks: evidence from fMRI study. Molecular pain* (Vol. 6, p. 73). doi:10.1186/1744-8069-6-73
- Beeney, J. E., Franklin, R. G., Levy, K. N., & Adams, R. B. (2011). I feel your pain: Emotional closeness modulates neural responses to empathically experienced rejection. *Social Neuroscience*. doi:10.1080/17470919.2011.557245
- Brattberg, G. (2008). Self-administered EFT (Emotional Freedom Techniques) in Individuals With Fibromyalgia: A Randomized Trial. *Integrative Medicine*, 7, 30–35
- Buhle, J. T., Silvers, J. a, Wager, T. D., Lopez, R., Onyemekwu, C., Kober, H., ... Ochsner, K. N. (2013). Cognitive Reappraisal of Emotion: A Meta-Analysis of Human Neuroimaging Studies. *Cerebral Cortex (New York, N.Y.: 1991)*, (Gross 1998), 1–10. doi:10.1093/cercor/bht154
- Bushnell, M. C., Ceko, M., & Low, L. a. (2013). Cognitive and emotional control of pain and its disruption in chronic pain. *Nature Reviews. Neuroscience*, 14, 502–11. doi:10.1038/nrn3516
- Bushnell, M. C., & Duncan, G. H. (1989). Sensory and affective aspects of pain perception: is medial thalamus restricted to emotional issues? *Experimental Brain Research*, 78, 415–418. doi:10.1007/BF00228914

- Carol Look LLC; 2010; EFT; www.attractingabundance.com
- Church, D. (2014). Reductions in pain, depression, and anxiety symptoms after PTSD remediation in veterans. *Explore: The Journal of Science and Healing*, 10, 162–169. doi:10.1016/j.explore.2014.02.005
- Cohen, G. L., & Sherman, D. K. (2014). The psychology of change: self-affirmation and social psychological intervention. *Annual Review of Psychology*, 65, 333–71. doi:10.1146/annurev-psych-010213-115137
- Dawson Church; 2013; *Clinical EFT as an Evidence-Based Practice for the Treatment of Psychological and Physiological Conditions*; National Institute for Integrative Healthcare, Fulton, USA
- Derbyshire, S. W. G. (2002). Measuring our natural painkiller. *Trends in Neurosciences*, 25(2), 67–68; discussion 69. doi:10.1016/S0166-2236(02)02026-X
- Dezutter, J., Wachholtz, A., & Corveleyn, J. (2011). Prayer and pain: The mediating role of positive re-appraisal. *Journal of Behavioral Medicine*, 34, 542–549. doi:10.1007/s10865-011-9348-2
- Faiz Fajarudin; 2013; Self Emotion Freedom Technique
- Feinstein, D. (2010). Rapid treatment of PTSD: why psychological exposure with acupoint tapping may be effective. *Psychotherapy (Chicago, Ill.)*, 47, 385–402. doi:10.1037/a0021171
- Flint, G. a, Lammers, W., & Mitnick, D. G. (2006). Emotional Freedom Techniques: A safe treatment intervention for many trauma based issues. *Journal of Aggression, Maltreatment & Trauma*, 12, 125–150. doi:10.1300/J146v12n01
- Gabriel C Quintero; 2013; *Advances in cortical modulation of pain*; Journal of Pain Research; 18 September 2013
- Gilron, I. (2006). Review article: the role of anticonvulsant drugs in postoperative pain management: a bench-to-bedside perspective. *Canadian journal of anaesthesia = Journal canadien d'anesthésie*, 53, 562–571. doi:10.1007/BF03021846
- Godinho, F., Magnin, M., Frot, M., Perchet, C., & Garcia-Larrea, L. (2006). Emotional modulation of pain: is it the sensation or what we recall? *The Journal of neuroscience: the official journal of the Society for Neuroscience*, 26, 11454–11461. doi:10.1523/JNEUROSCI.2260-06.2006
- Jon Raphael, MB, ChB, MSc, FRCA, MD, at all; 2010; *Cancer Pain: part 1: athophysiology; Oncological, Pharmacological, and Psychological Treatments: A Perspective from the British Pain Society Endorsed by the UK Association of Palliative Medicine and the Royal College of General Practitioners* http://www.mascc.org/assets/documents/pain_Raphael_Jon_1.pdf
- Kristine L. Kwekkeboom PhD, RN; Catherine. (2010). Mind-Body Treatments for the Pain-Fatigue-Sleep Disturbance Symptom Cluster in Persons with Cancer. *Journal of Pain and Symptom Management*. Vol. 39 No. 1 January 2010
- Mc Closkey & Bullebeck. (2000). *Nursing Fundamental: Caring & Clinical Decision Making*. Delmar thompson Learning Inc
- Namukwaya, E., Leng, M., Downing, J., & Katabira, E. (2011). Cancer pain management in resource-limited settings: a practice review. *Pain Research and Treatment*, 2011, 393404. doi:10.1155/2011/393404
- Potter, P.A, Perry, A.G. 2005. *Buku Ajar Fundamental Keperawatan: Konsep, Proses, Dan Praktik*. Edisi 4. Volume 1. Alih Bahasa: Yasmin Asih, dkk. Jakarta: EGC. h. 1790
- Qiao, L.-N., Yang, Y.-S., Wang, J.-Y., Gao, Y.-H., Han, Y.-J., Chen, S.-P., ... Liu, J.-L. (2011). [Effects of electroacupuncture at "Futu" (LI 18), etc. on expression of spinal 5-HT 1 AR mRNA, 5-HT 2 AR mRNA and protein in rats with neck incision pain]. *Zhen Ci Yan Jiu = Acupuncture Research / [Zhongguo Yi Xue Ke Xue Yuan Yi Xue Qing Bao Yan Jiu Suo Bian Ji]*, 36(6), 391–6. Retrieved from <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/22379782>
- Qin, W., Tian, J., Bai, L., Pan, X., Yang, L., Chen, P., ... Liu, Y. (2008). fMRI connectivity analysis of acupuncture effects on an amygdala-associated brain network. *Molecular Pain*, 4, 55. doi:10.1186/1744-8069-4-55
- Shen, J. (2001). Research on the neurophysiological mechanisms of acupuncture: review of selected studies and methodological issues. *Journal of Alternative and Complementary Medicine (New York, N.Y.)*, 7 Suppl 1, S121–S127. doi:10.1089/107555301753393896
- Smeltzer, et.al. 2009. *Brunner and Suddarth's Textbook of Medical Surgical Nursing*. One Volume. Twelfth edition. Lippincott: Williams & Wilkins. p.442
- Shen, Y. F., Younger, J., Goddard, G., & Mackey, S. (2009). Randomized clinical trial of acupuncture for myofascial pain of the jaw muscles. *Journal of Orofacial Pain*, 23, 353–359.