
STUDI LITERATURE: ANALISIS EFEKTIVITAS TERAPI DISTRAKSI TERHADAP NYERI POST-OPERASI PADA KLIEN KANKER PAYUDARA

Study literature: Analysis of the effectiveness of distraction therapy toward the post-operative pain to breast cancer patients

Taqiyatun¹, Setiyo Adi Nugroho²

Fakultas Kesehatan Prodi Profesi Ners Fakultas Kesehatan Universitas Nurul Jadid Paiton Probolinggo

Email: taqyatemde@gmail.com

Abstract

Post-operative pain occur to mostly cancer patient can cause depression, insomnia and the decreasing of life quality, thus it is important to do the intervention for the sake of reducing the pain. The non-Pharmacological approach that frequently used in an effort to treat pain in post-operative patients is distraction therapy. The purpose of this study is to determine the effectiveness of the application of distraction therapy in a post-operative breast cancer patients with complain of pain. To figure out the result, the method Implemented in this study is a literature review using an electronic database through international and national journal such us Google scholar, Science direct and Pro-quest, with the keywords namely implementation, distraction therapy, post-operative pain breast cancer. Found 97 articles from the first time searching (Google Scholar 58, Science Direct 26, and Pro-Quest 13). There are 82 articles were eliminated because of the focus weren't related to the researcher need, in which should focus on the distraction therapy in patients with post-operative cancer pain. 15 full text articles meet the criteria. In summary, distraction therapy is effectively used in post-operative breast cancer patients with complaints with discomfort and pain. This method prove to significantly reduce the pain scale after the application of therapy, so it can be used as an intervention option for pain management with non-pharmacological methods.

Keywords: Distraction therapy, pain, Breast cancer

Abstrak

Nyeri pasca operasi pada pasien kanker dapat menyebabkan depresi, insomnia, dan penurunan kualitas hidup bagi sebagian besar pasien. Sehingga di perlukan intervensi untuk mengurangi rasa nyeri tersebut, Pendekatan nonfarmakologi yang biasa dilakukan dalam upaya penanganan nyeri pada pasien pasca operasi *Ca mammae* adalah *distraction therapy*, Tujuan penelitian ini ialah untuk mengetahui efektifitas penerapan *distraction therapy* pada pasien *post-operative* kanker payudara dengan keluhan nyeri. Metode penelitian yang kami gunakan disini adalah *literatur review* dengan menggunakan basis data elektronik melalui jurnal dari internasional maupun nasional seperti google scholar, science Direct, dan Pro-Quest, dengan kata kunci *implementation, distraction therapy, post operative pain, breast cancer*. Pencarian literatur awal didapatkan 97 artikel (Google Scholar 58, Science Direct 26, Pro-Quest 13). 82 Artikel yang dikeluarkan tidak sinkron dengan topik pembahasan yaitu tentang *distraction therapy* pada pasien dengan nyeri *post operative* kanker payudara. 15 artikel *full text* memenuhi kriteria. Kesimpulan: *Distraction therapy* efektif digunakan pada pasien pasca operasi kanker payudara dengan keluhan gangguan rasa nyaman nyeri. Metode tersebut secara signifikan dapat menurunkan skala nyeri setelah penerapan terapi, sehingga dapat dimanfaatkan sebagai opsi intervensi penanganan nyeri dengan metode non farmakologis.

Kata kunci: Terapi Distraksi, Nyeri, Kanker payudara

PENDAHULUAN

Nyeri yang mengganggu pada kanker payudara disebabkan oleh kondisi fisik dan non fisik sehingga menyebabkan pasien mengalami gangguan rasa nyaman dan penurunan aktivitas fisik (Utami & Kartika, 2018). Penderita kanker payudara mengalami rasa nyeri apabila sel kanker sudah membesar (Toni Budiyanto, 2016). Kondisi tersebut membutuhkan

tindakan *mastektomi*, namun sebagian besar kanker payudara dapat diobati dengan prosedur "*lumpektomi*" atau *mastektomi parsial*, di mana hanya tumor yang diangkat dari payudara (Eslam Bani Mohammad, 2018). Tindakan *operative* yang dilakukan akan menimbulkan permasalahan baru yaitu nyeri pasca operasi (Sari, 2020).

Pada tahun 2020, terdapat 2,3 juta wanita yang terdiagnosis kanker payudara dan 685,000 kematian

secara global. Hingga akhir tahun 2020, ada 7,8 juta wanita hidup yang didiagnosis menderita kanker payudara dalam 5 tahun terakhir, menjadikannya kanker paling umum di dunia.5 Kejadian kanker di Indonesia terdapat sebanyak 23.310 kasus dan kanker payudara sebanyak 2.743 kasus (Toni Budiyanto, 2016).

Nyeri pasca operasi muncul sebagai gejala lanjutan pasca terapi (Utami & Kartika, 2018) pada pasien *post-operative* kanker payudara (Sitinjak, 2018) Nyeri yang timbul dapat mengganggu rasa nyaman pasien, bahkan dapat menimbulkan intoleransi aktivitas akibat dari kerusakan jaringan pasca operasi. Nyeri pasca operasi dapat dievaluasi dengan ekspresi wajah pasien, maupun ungkapan dari pasien langsung (Bahrudin, 2018).

Nyeri pasca operasi pada pasien kanker dapat menyebabkan depresi, insomnia, dan penurunan kualitas hidup bagi sebagian besar pasien (Rosliana Dewi, 2020). Pendekatan nonfarmakologi yang biasa dilakukan dalam upaya penanganan nyeri pada pasien pasca operasi *Ca mammae* adalah *distraction therapy* (Yaban, 2019). Dalam sebuah penelitian yang sebelumnya dilakukan, disebutkan bahwa *distraction therapy* dapat menurunkan skala nyeri secara efektif (Yaban, 2019). *Distraction therapy* menggunakan *virtual reality* secara efektif dapat mengurangi nyeri *post operative* dengan menurunkan skala nyeri pasien (Rahmat Deri Yadi, 2018). Penelitian lain menunjukkan bahwa *distraction therapy* menggunakan terapi musik menunjukkan ada pengaruh pemberian terapi terhadap penurunan skala nyeri pada pasien kanker payudara (Purnamasari, 2016). Selain itu tindakan relaksasi lima jari menunjukkan adanya pengaruh terhadap kelelahan, dan nyeri pada pasien kanker payudara yang bergerak kearah positif (Rosliana Dewi, 2020). *Distraction therapy* menunjukkan adanya perbaikan kondisi fisik yang ditandai dengan penurunan skala nyeri pada

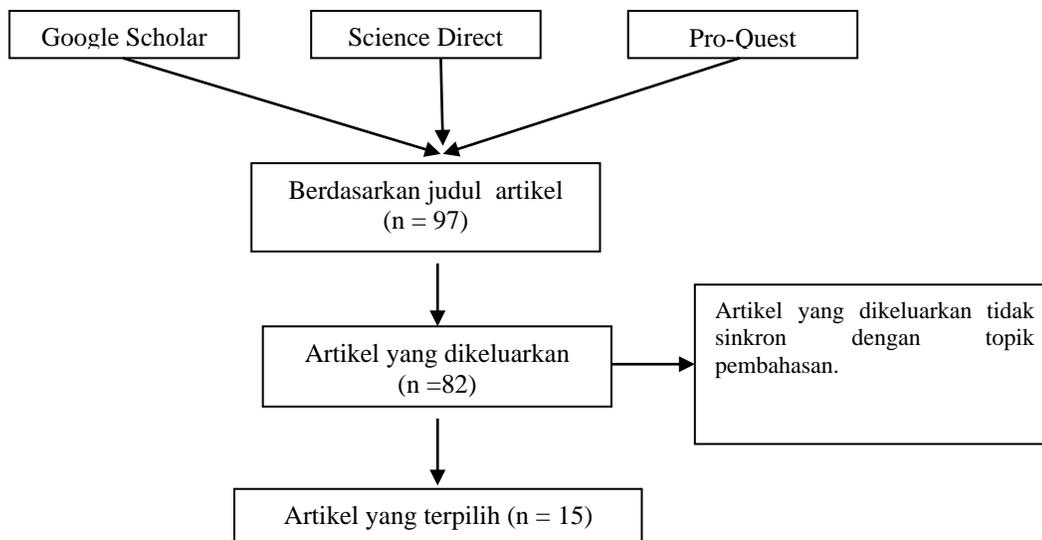
pasien *post-operative* kanker payudara menggunakan metode *distraction therapy* sehingga berpengaruh terhadap perbaikan kualitas hidup pasien kanker. Hal tersebut menunjukkan bahwa *distraction therapy* merupakan tindakan yang efektif dalam penurunan skala nyeri *post operative* pada pasien kanker payudara.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang kami gunakan disini adalah *literatur review* dengan menggunakan basis data elektronik melalui jurnal dari internasional maupun nasional seperti google scholar, science Direct, dan Pro-Quest, dengan kata kunci *implementation, distraction therapy, post operative pain, breast cancer*. Kriteria inklusi yang di gunakan oleh penulis adalah dengan membatasi artikel atau jurnal yang diterbitkan lima tahun terakhir mulai dari tahun 2017 sampai 2021. Jurnal mempunyai judul dan isi sesuai dengan tujuan penelitian, full teks, dan memiliki keterkaitan dengan ilmu keperawatan. Pencarian artikel dimulai pada tanggal 7-8 Agustus 2021 dengan kata kunci yang telah di tentukan oleh peneliti. Artikel yang di temukan oleh peneliti dipilih sesuai dengan kriteria inklusi. Peneliti menghapus artikel yang telah di keluarkan, menelaah artikel yang memenuhi kriteria dan mengelompokkan sesuai dengan hasil penelitian untuk di lanjut kepada pembahasan.

HASIL PENELITIAN

Pencarian literatur awal didapatkan 97 artikel (*Google Scholar* 58, *Science Direct* 26, *Pro-Quest* 13). 82 Artikel yang dikeluarkan tidak sinkron dengan topik pembahasan yaitu tentang *distraction therapy* pada pasien dengan nyeri *post operative* kanker payudara. 15 artikel *full text* memenuhi kriteria seperti yang tercantum pada gambar 1.



Hasil dari 15 artikel didapatkan bahwa penerapan terapi distraksi dapat mengurangi nyeri terhadap *post-*

operative pada pasien dengan kanker payudara antara lain sebagaimana yang tercantum pada table 1.

Tabel 1. Hasil dari 15 Artikel mengenai penerapan *distraction therapy* terhadap nyeri *post-operative* pasien dengan kanker payudara

NO	Penulis	Tahun	Judul	Metode	Hasil
1	(Rosliana Dewi, Laili Rahayuwati, & Titis Kurniawan, 2020)	2020	Teknik Relaksasi Lima Jari pada Kelelahan dan Nyeri Pasien Kanker Payudara	Menggunakan metode penelitian quasi-experiment. Pengambilan sampel dilakukan dengan cara consecutive sampling, baik kelompok kontrol maupun kelompok intervensi berjumlah 30 orang.	Penelitian ini menyimpulkan bahwa ada pengaruh teknik relaksasi lima jari terhadap kelelahan, dan nyeri pada pasien kanker payudara.
2	(Laila Purnamasari, 2016)	2016	Pengaruh terapi musik new age terhadap penurunan skala nyeri pada pasien kanker payudara di unit kemoterapi RSUD Panembahan Senopati Bantul Yogyakarta	Metode penelitian ini menggunakan quasi eksperiment dengan pre test and post test with control, jumlah sampel sebanyak 38 responden	Hasil analisis menunjukan adanya pengaruh terapi musik New Age terhadap penurunan skala nyeri pada pasien kanker payudara di Unit Kemoterapi RSUD Panembahan Senopati Bantul Yogyakarta
3	(Serdar Saritaş & Ahmet Özdemir, 2019)	2019	Pengaruh Film Komedi Terhadap Nyeri dan Kecemasan Pasca Operasi pada Pasien Bedah Onkologi	Penelitian ini menggunakan metode randomized sampling terdiri dari 88 pasien.	Hasil dari penelitian ini di dapatkan bahwa menonton film komedi yang merupakan metode sederhana, non-invasif dan berbiaya rendah dibandingkan dengan biaya tinggi dan efek samping pengobatan farmakologis untuk menghilangkan rasa sakit dan kecemasan pada pasien kanker yang menjalani operasi.
4	(Eslam Bani Mohammad, & Muayyad Ahmad, 2018)	2018	Realitas virtual sebagai teknik pengalih perhatian untuk rasa sakit dan kecemasan di antara pasien dengan kanker payudara	Penelitian ini menggunakan metode randomized control trial dengan sampel 80 wanita dengan kanker payudara.	Temuan penelitian menunjukkan bahwa satu sesi VR imersif plus morfin membuat penurunan yang signifikan dalam skor rasa sakit dan kecemasan yang dilaporkan sendiri, dibandingkan dengan morfin saja, pada pasien kanker payudara.
5	(Zuleyha Simsek Yaban., 2019)	2019	Penggunaan Metode Non Farmakologis pada Manajemen Nyeri Pasca Operasi oleh Perawat	Penelitian ini menggunakan metode Basis data Indeks Medis Turki, Google Akademik, Pencarian Tesis YOK, Pubmed, Google Cendekia, Host EBSCO, Web of Science.	Hasil penelitian ini direkomendasikan untuk memberikan lebih banyak ruang untuk pengajaran metode non-farmakologis yang dapat diterapkan untuk manajemen nyeri dan peraturan hukum dapat ditingkatkan.
6	(Fitra Mayenti, & Yusnita Sari, 2020)	2020	Efektifitas Teknik Distraksi Musik Klasik Mozart untuk Mengurangi Nyeri pada Pasien Post Operasi	Metode penelitian ini menggunakan metode Quasy Experiment Research Design dengan jumlah sampel sebanyak 30 responden	Hasil penelitian ini menyatakan ada pengaruh pemberian music klasik Mozart terhadap nyeri fraktur.
7	(Labora Sitinjak, Leo Rulino, & Regina Masliah, 2018)	2018	Manajemen nyeri pada pasien kanker	Metode penelitian ini menggunakan	Hasil penelitian ini menyebutkan bahwa Pemberian terapi tehnik distraksi dengan

			payudara Dengan menggunakan tehnik distraksi terapi musik di RSUD Koja	metodependekatan studi kasus, dengan wawancara terstruktur, studi dokumen, dan observasi menggunakan instrumen yang sudah ditetapkan dengan dua orang pasien kanker payudara yang mengalami nyeri di RSUD Koja.	distraksi musik selama 15-30 menit dapat menurunkan skala nyeri pasien kanker payudara sebanyak 2 poin.
8	(Jose´ Luis Mosso Va´zquez, 2018)	2018	Gangguan Nyeri Selama Bedah Rawat Jalan	Metode penelitian ini menggunakan metode Virtual Reality and Mobile Devices	Hasil menunjukkan bahwa kelompok HMD melaporkan pengurangan rasa sakit yang lebih besar daripada kelompok Mobile. Secara keseluruhan, penelitian ini menunjukkan kemanjuran praktik redaman nyeri nonfarmakologis. Meskipun kedua sistem mengurangi rasa sakit selama operasi, lingkungan VR yang divalidasi secara klinis terlihat pada kelompok HMD lebih efektif. Studi ini memang menunjukkan bahwa solusi murah dapat bekerja dalam pengaturan bedah.
9	(Mikaeili N, 2020)	2020	Perbandingan teknik distraksi (gelembung dan kartun) dalam mengurangi rasa sakit akibat kemoterapi dengan kanker payudara	Menggunakan metode pretest and post test experimentation dengan kelompok kontrol. Populasi penelitian ini semua anak dengan kanker yang dirawat di rumah sakit Buali di Ardabil	Hasil ini juga menunjukkan bahwa metode membuat gelembung daripada metode menonton kartun telah membantu mengurangi rasa sakit pada anak-anak selama kemoterapi
10	(Rizqi Apriani Pujianto, & Ricky Zainuddin, 2019)	2019	Penerapan terapi musik klasik dalam menurunkan nyeri pada pasien ca mammae	Metode penelitian ini menggunakan metode explores quantitative yang diterbitkan dalam database elektronik seperti Pubmed, Google Scholar	Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dapat dilihat bahwa terapi music klasik terbukti efektif dalam menurunkan nyeri pada pasien yang mengalami nyeri.
11	(Eslam Bani Mohammad and Muayyad Ahmad, 2018)	2019	<i>Virtual reality as a distraction technique for pain and anxiety among patients with breast cancer: A randomized control trial</i>	<i>Randomized Control Trial</i>	Hasil penelitian menunjukkan bahwa VR dikombinasikan dengan Morphine dapat menurunkan tingkat nyeri dan ansietas pada pasien kanker payudara.
12	(Yingchun Zeng, Jun-E Zhang, Andy S. K. Cheng, Huaidong Cheng, and Jeffrey Scott Wefe, 2019)	2019	<i>Efficacy of Virtual Reality-Based Interventions in Cancer-Related Symptom Management</i>	<i>Three databases (Medline, PubMed, and CAJ Full-text Database), one search engine (Google Scholar), and the website of ResearchGate</i>	Hasil penelitian menunjukkan bahwa VR dapat menurunkan tingkat nyeri pada pasien kanker.
13	(Mosso Vázquez et al., 2019)	2019	<i>Pain Distraction During Ambulatory Surgery: Virtual Reality and Mobile Devices</i>	<i>Randomized into two groups</i>	Hasil penelitian menunjukkan bahwa VR lebih efektif dapat menurunkan tingkat nyeri pada pasien kanker dibandingkan MD.

14	(Kathryn A. Birnie, Yalinie Kulandaivelu, Lindsay Jibb, Petra Hroch, Karyn Positano, Simon Robertson, Fiona Campbell, Oussama Abia, and Jennifer Stinson, 2018)	2018	<i>Usability Testing of an Interactive Virtual Reality Distraction Intervention to Reduce Procedural Pain in Children and Adolescents With Cancer</i>	<i>mixed-method</i>	Hasil penelitian menunjukkan bahwa VR dapat diterima, aman dan memiliki dampak yang positif ditandai dengan penurunan nyeri pasca tindakan medis.
15	(Roseen, 2017)	2017	<i>Inpatient Massage Therapy Versus Music Therapy Versus Usual Care: A Mixed-methods Feasibility Randomized Controlled Trial</i>	<i>Randomized Control Trial</i>	Hasil penelitian menunjukkan bahwa <i>Music Therapy</i> dan <i>Massage therapy</i> memiliki dampak yang positif ditandai dengan penurunan nyeri pasca tindakan medis.

PEMBAHASAN

Pasien *post-op* pengangkatan kanker payudara dapat mengalami penurunan kualitas hidup dan gangguan rasa nyaman dalam melakukan aktivitas sehari-hari untuk memenuhi kebutuhan dasar manusia seperti makan dan mandi, hal tersebut disebabkan oleh nyeri yang mengganggu (Rosliana Dewi, 2020). Nyeri yang timbul pasca tindakan *mastektomi*, *lumpektomi* atau *mastektomi parsial* disebabkan karena adanya cedera jaringan pada payudara (WHO, 2021). Dalam pemberian asuhan keperawatan pasca operasi pasien memerlukan terapi yang spesifik seperti terapi farmakologis dan non farmakologis untuk mengatasi nyerinya (Yaban, 2019). Terapi non farmakologis yang dapat digunakan pada pasien dengan keluhan gangguan rasa nyaman nyeri pasca operasi adalah *distraction therapy* (Sari, 2020). Metode tersebut efektif untuk digunakan pada pasien pasca operasi kanker payudara dengan masalah keperawatan gangguan rasa nyaman nyeri berdasarkan penelitian yang telah dilakukan sebelumnya (Yaban, 2019).

Distraction therapy yang sering digunakan terdiri dari sebagaimana macam terapi diantaranya terapi musik (Purnamasari, 2016), terapi relaksasi lima jari (Rosliana Dewi, 2020) dan *virtual reality therapy* (Rahmat Deri Yadi, 2018). Terapi musik yang diterapkan pada pasien dengan keluhan nyeri pasca operasi kanker payudara menunjukkan adanya perbedaan nyeri antara sebelum dilakukan tindakan terapi dengan setelah dilakukan tindakan ditandai dengan penurunan skala nyeri yang signifikan (Purnamasari, 2016). Keluhan nyeri seringkali memicu gangguan rasa nyaman pada pasien setelah dilakukan tindakan medis sehingga mengalami penurunan aktivitas fisik, namun berdasarkan penelitian yang dilakukan menggunakan terapi musik sebagai intervensi menunjukkan hasil yang signifikan terkait penurunan skala nyeri (Sari, 2020). Berdasarkan hasil

penelitian lain dapat dilihat bahwa terapi music terbukti efektif dalam menurunkan skala nyeri pada pasien yang mengalami nyeri. Hal tersebut dapat dinilai berdasarkan kondisi pasien yang lebih rileks dan tenang setelah diberikan terapi musik sebagai bagian dari asuhan keperawatan pasca operasi (Rizqi Apriani Pujiyanto, 2019). Selain terapi musik, metode lain dari *distraction therapy* yang juga sering digunakan adalah relaksasi lima jari (Rosliana Dewi, 2020).

Relaksasi lima jari memiliki efektifitas yang bagus dalam meningkatkan kondisi tubuh terhadap kelelahan, dan nyeri pada pasien kanker payudara (Rosliana Dewi, 2020). Hasil penelitian lain menunjukkan bahwa relaksasi lima jari dapat menurunkan skala nyeri pasien pasca tindakan operasi secara signifikan setelah diberikan intervensi relaksasi lima jari dengan perbandingan kelompok kontrol yang tidak menunjukkan perubahan skala nyeri tanpa diberikan intervensi relaksasi lima jari (Ningrum, 2020). Relaksasi lima jari memicu tubuh untuk memproduksi hormon endorpin secara alami sehingga dapat mengatasi nyeri secara bertahap tanpa menggunakan terapi kolaborasi. Tindakan lain yang juga berpengaruh terhadap penurunan skala nyeri pasien pasca operasi adalah *virtual reality therapy* (Rahmat Deri Yadi, 2018).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa *Virtual reality therapy* dikombinasikan dengan terapi kolaborasi farmakologi dapat menurunkan tingkat nyeri dan ansietas pada pasien kanker payudara yang menjalani tindakan operasi yang dinilai berdasarkan penurunan skala nyeri setelah tindakan diberikan (Eslam Bani Mohammad, 2018). *Virtual reality therapy* secara efektif dapat menurunkan skala nyeri yang dirasakan pasien sehingga gangguan rasa nyaman yang dikeluhkan dapat teratasi setelah penerapan terapi tersebut secara teratur oleh petugas yang berwenang seperti dokter penanggungjawab pasien, perawat maupun profesi kesehatan lain (Yingchun Zeng, 2019). Tindakan

tersebut dapat diterima oleh pasien, aman dan memiliki dampak yang positif ditandai dengan penurunan nyeri pasca tindakan medis (Kathryn A. Birnie, 2018).

KESIMPULAN

Terapi musik, terapi relaksasi lima jari dan *virtual reality therapy* merupakan metode *distraction therapy*

yang efektif digunakan pasien pasca operasi kanker payudara dengan keluhan gangguan rasa nyaman nyeri. Ketiga metode tersebut secara signifikan dapat menurunkan skala nyeri setelah penerapan terapi, sehingga dapat dimanfaatkan sebagai opsi intervensi penanganan nyeri dengan metode non farmakologis.

DAFTAR PUSTAKA

- Bahrudin, M. (2018). Patofisiologi nyeri (pain). *Saintika Medika: Jurnal Ilmu Kesehatan dan Kedokteran Keluarga*, 13(1), 7-13.
- Eslam Bani Mohammad, M. A. (2018). Virtual reality as a distraction technique for pain and anxiety among patients with breast cancer: A randomized control trial. *Palliative & supportive care*, 17(1), 29-34.
- Jose' Luis Mosso Va'zquez, D. M. L., Jose' Luis Mosso Lara, Ian Miller, Mark D. Wiederhold, Brenda K. Wiederhold. (2018). Gangguan Nyeri Selama Bedah Rawat Jalan.
- Kathryn A. Birnie, Y. K., Lindsay Jibb, Petra Hroch, Karyn Positano, Simon Robertson, Fiona Campbell, Oussama Abla, Jennifer Stinson,. (2018). Usability testing of an interactive virtual reality distraction intervention to reduce procedural pain in children and adolescents with cancer. *Journal of Pediatric Oncology Nursing*, 35(6), 406-416.
- Mikaeili N, F. A., Kanani S, Samadifard H.R. (2020). Perbandingan teknik distraksi (gelembung dan kartun) dalam mengurangi rasa sakit akibat kemoterapi dengan kanker payudara.
- Mosso Vázquez, J. L., Mosso Lara, D., Mosso Lara, J. L., Miller, I., Wiederhold, M. D., & Wiederhold, B. K. (2019). Pain distraction during ambulatory surgery: virtual reality and mobile devices. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 22(1), 15-21.
- Ningrum, N. D. W. (2020). *Pengaruh Hipnosis Lima Jari Terhadap Tingkat Nyeri Pasien Post Operasi di Rumah Sakit Tingkat III Baladhika Husada Jember*. Fakultas Keperawatan.
- Purnamasari, L. (2016). *Pengaruh Terapi Musik New Age terhadap Penurunan Skala Nyeri pada Pasien Kanker Payudara di Unit Kemoterapi RSUD Panembahan Senopati Bantul Yogyakarta*. UNIVERSITAS ALMA ATA YOGYAKARTA.
- Rahmat Deri Yadi, R. S. H., Merah Bangsawan. (2018). Pengaruh Terapi Distraksi Visual Dengan Media Virtual Reality Terhadap Intensitas Nyeri Pasien Post Operasi Laparatomi. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik*, 14(2), 167-170.
- Rizqi Apriani Pujianto, R. Z. (2019). Penerapan Terapi Musik Klasik Dalam Menurunkan Nyeri Pada Pasien Ca Mammae Literaure Review. *(JKG) Jurnal Keperawatan Global*, 4(2), 115-120.
- Roseen, E. J. C.-F., Oscar Lemaster, Chelsey Hernandez, Maria Fong, Calvin Resnick, Kirsten Wardle, Jon Hanser, Suzanne Saper, Robert. (2017). Inpatient massage therapy versus music therapy versus usual care: A mixed-methods feasibility randomized controlled trial. *Global advances in health and medicine*, 6, 2164957X17735816.
- Roslina Dewi, L. R., & Titis Kurniawan. (2020). Teknik Relaksasi Lima Jari pada Kelelahan dan Nyeri Pasien Kanker Payudara. *International Journal of Psychosocial Rehabilitation*, 24(06), 2020).
- Sari, F. M. Y. (2020). Efektifitas Teknik Distraksi Musik Klasik Mozart Untuk Mengurangi Nyeri Pada Pasien Post Operasi Fraktur. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 9(1), 98-103.
- Serdar Sarıtaş, H. G., Şerafettin Okutan, Ramazan İnci, & Ahmet Özdemir, G. K. (2019). Pengaruh Film Komedi Terhadap Nyeri dan Kecemasan Pasca Operasi pada Pasien Bedah Onkologi.
- Sitinjak, L. R., Leo Masliah, Regina. (2018). Manajemen nyeri pada pasien kanker payudara dengan menggunakan tehnik distraksi terapi musik di rsud koja. *Jurnal akademi keperawatan husada karya jaya*, 4(2).

Toni Budiyanto, A. R. M. r., Paulina Irma Susanti. (2016). Pengaruh terapi dzikir terhadap intensitas nyeri pada pasien post operasi ca mammae di rsud prof dr margono soekarjo purwokerto.

Utami, A. D., & Kartika, I. R. (2018). TERAPI KOMPLEMENTER TERHADAP PENURUNAN NYERI PADA PASIEN GASTRITIS: A LITERATUR REVIEW. *Real in Nursing Journal*, 1(3), 123-132.

WHO. (2021). Breast cancer. from <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/breast-cancer>

Yaban, Z. S. (2019). Usage of Non-Pharmacologic Methods on Postoperative Pain Management by Nurses: Sample of Turkey. *International Journal of Caring Sciences*, 12(1), 529.

Yingchun Zeng, J.-E. Z., Andy S. K. Cheng, Huaidong Cheng, and Jeffrey Scott Wefe. (2019). Efficacy of Virtual Reality–Based Interventions in Cancer-Related Symptom Management.