

SLOW STROKE BACK MASSAGE SEBAGAI PENDEKATAN KEPERAWATAN DALAM MENURUNKAN NYERI PASIEN KANKER SERVIKS

Nelza Rahmadani¹, Fitri Dyna², Yureya Nita³, Arlia Purwaningsih⁴

^{1,2,3,4}Institut Kesehatan Payung Negeri Pekanbaru

Email: nelzarahmadani394@gmail.com

INFO ARTIKEL

Riwayat Artikel:

Received :22-12-2025

Revised :03-01-2026

Accepted :11-01-2026

Keywords: Cervical Cancer, Pain, Slow Stroke Back Massage

DOI: <https://doi.org/10.62335>

ABSTRACT

Cervical cancer is one of the most common cancers affecting women in Indonesia. Management of cervical cancer generally involves chemotherapy, which often causes pain, especially in advanced stages. Approximately 50-70% of cervical cancer patients experience persistent pain. Unmanaged pain can decrease quality of life, limit daily activities, and cause psychological problems such as anxiety and depression, as well as physical disturbances including sleep problems and reduced appetite. Therefore, complementary non-pharmacological interventions are needed to support pain management. Slow Stroke Back Massage (SSBM) is a nursing intervention that promotes relaxation and reduces pain perception. This nursing care aimed to apply SSBM as an evidence-based nursing intervention to reduce pain in cervical cancer patients. The method used was a case study with the application of Evidence-Based Practice Nursing. The subject was a cervical cancer patient experiencing pain. The SSBM intervention was administered once daily for 3 consecutive days. Pain intensity was measured using the Numeric Rating Scale. The results showed that the average pain score before the SSBM intervention was 4, while after the intervention it decreased to 2. Patient observations indicated reduced pain intensity and increased comfort after the intervention. In conclusion, SSBM is an effective non-pharmacological pain

ABSTRAK

Kanker serviks merupakan salah satu kanker terbanyak pada wanita di Indonesia. Pengobatan kanker serviks umumnya berupa kemoterapi yang biasanya menimbulkan efek nyeri terutama pada stadium lanjut. 50-70% pasien kanker serviks mengalami nyeri yang terjadi secara terus menerus. Nyeri yang dialami pasien kanker serviks akan berdampak pada penurunan kualitas hidup, hambatan aktivitas sehari-hari, gangguan psikologis seperti depresi dan kecemasan, serta gangguan fungsi tubuh seperti sulit tidur, dan menurunnya nafsu makan. Intervensi non farmakologi berupa *Slow Stroke Back Massage* (SSBM) dapat dilakukan untuk menurunkan nyeri. Asuhan keperawatan ini bertujuan untuk menerapkan SSBM untuk menurunkan nyeri pada pasien kanker serviks. Asuhan keperawatan ini menggunakan metode studi kasus dengan penerapan *Evidence Based Practice Nursing* (EBN). Asuhan keperawatan ini dilakukan pada pasien kanker serviks dengan masalah keperawatan nyeri. Intervensi yang dilakukan berupa SSBM yang dilakukan selama tiga hari berturut-turut. Instrumen yang digunakan untuk mengobservasi nyeri adalah *Numeric Rating Scale* (NRS). Hasil evaluasi dari intervensi yang dilakukan pada pasien kanker serviks didapatkan bahwa rata-rata skala nyeri sebelum dilakukan intervensi SSBM adalah 4 dan rata-rata skala nyeri sesudah dilakukan intervensi SSBM adalah 2. Berdasarkan hasil observasi pasien ditemukan tingkat nyeri menurun. SSBM ini dapat dijadikan alternatif terapi non farmakologi pada pasien kanker serviks untuk menurunkan nyeri.

PENDAHULUAN

Kanker serviks adalah penyakit yang disebabkan oleh tumor ganas yang tumbuh di dalam leher rahim, atau area di bagian bawah rahim yang menghubungkan vagina dengan rahim. Salah satu kanker yang paling banyak menyerang wanita di seluruh dunia, termasuk di Indonesia, adalah kanker serviks. *Human papillomavirus* (HPV) tipe 16, 18, 31, 33, dan 45 adalah penyebab utama neoplasia serviks di antara berbagai faktor risiko. Merokok, status sosial ekonomi rendah, usia dini saat koitus pertama, berganti-ganti pasangan seksual, dan multipara merupakan faktor risiko lainnya (Janna et al., 2023).

World Health Organization (WHO) melaporkan bahwa kanker serviks adalah kanker paling umum keempat pada wanita di seluruh dunia, dengan sekitar 660.000 kasus baru dan sekitar 94% dari 350.000 kematian pada tahun 2022. Negara-negara dengan pendapatan rendah dan menengah memiliki tingkat kejadian dan kematian tertinggi dari kanker serviks (WHO, 2024). Berdasarkan data *Global Burden Cancer* (GLOBCAN) yang

ditemukan dalam artikel Indonesia *Cancer Care Community* (ICCC), kanker serviks adalah jenis kanker dengan jumlah kasus dan kematian wanita tertinggi kedua setelah kanker payudara, dengan sekitar 32.469 kasus (17,2%) dan 18.279 kematian (8,8%) (ICCC, 2021).

Penyakit kanker serviks dapat ditangani dengan tiga metode: pembedahan, radioterapi, dan kemoterapi. Kemoterapi adalah pilihan pengobatan utama, tetapi memiliki efek samping karena obat ini menghancurkan sel-sel kanker selain menyerang sel-sel sehat, terutama sel-sel yang membelah dengan cepat. Pasien yang menjalani kemoterapi mengalami reaksi fisik dan fisiologis. Respon fisik yang dialami termasuk mual dan muntah, kerontokan rambut (alopecia), diare, konstipasi, mielosupresi, masalah darah, peradangan, kelelahan, dan nyeri (Sri Wahyuningsih & Nur Ikhsan, 2018). Persentase nyeri yang dialami pasien kanker serviks yang menjalani kemoterapi bervariasi, tetapi sekitar 86% pasien dengan kanker stadium lanjut mengalami nyeri yang paling sering, sekitar 59% pasien dengan kanker stadium lanjut lokal, dan hingga 33% penyintas kanker juga mengalami nyeri. Skor nyeri turun lebih cepat daripada sebelum kemoterapi setelah tiga siklus (Aguiar-Rosas et al., 2024).

Nyeri merupakan salah satu gejala yang paling sering dikeluhkan oleh pasien kanker, 50 - 70% pasien kanker mengalami nyeri yang terus menerus (Nurmalisa, 2020). Beberapa hal yang dapat menyebabkan nyeri yaitu nyeri yang berasal dari kanker itu sendiri, sel-sel yang tidak biasa tumbuh dan merusak jaringan di sekitarnya, timbulnya nyeri dapat disebabkan oleh pertumbuhan tumor yang menekan syaraf, tulang atau organ, metastasis, serta efek samping kemoterapi (Rasinah, 2021). Efek kemoterapi dan obat-obatan sitotoksik dapat terjadi selama prosedur operasional, seperti merusak serabut saraf perifer, menyebabkan respons inflamasi, atau mengganggu saluran ion dan neurotransmitter. Semua ini dapat menyebabkan nyeri (Loprinzi et al., 2020).

Nyeri kanker dapat menyebabkan penurunan kualitas hidup yang besar. Nyeri kanker juga dapat mengganggu aktivitas sehari-hari dan menimbulkan efek psikologis seperti depresi dan kecemasan. Nyeri dapat mempengaruhi fungsi tubuh lain, seperti kesulitan tidur, tidak bisa makan dengan baik, tidak dapat merasakan kebersamaan saat berkumpul dengan keluarga atau teman, dan melakukan hobi atau pekerjaan rutin. Karena itu, nyeri pasien kanker harus dikurangi (Putri et al., 2022).

Teknik farmakologis maupun nonfarmakologis dapat digunakan untuk mengatasi nyeri kanker. Teknik farmakologis menggunakan obat dan kemoterapi, sedangkan teknik nonfarmakologis seperti terapi *Slow Stroke Back Massage* (SSBM) dapat membantu mengurangi nyeri pasien kanker serviks. Terapi ini melibatkan stimulasi kulit untuk membuat tubuh nyaman, meredakan ketegangan, dan lebih rileks. Terapi ini juga dapat meningkatkan sirkulasi darah di tubuh dan mengurangi nyeri (Shelia Fitriani et al., 2023). Terapi SSBM bekerja dengan merangsang serabut saraf taktil tipe C di kulit. Sistem saraf parasimpatis kemudian mengaktifkan pelepasan serotonin dan endorfin, yang merupakan analgesik alami tubuh. Selain itu, SSBM mempengaruhi sistem limbik dengan mengurangi stres hormon kortisol dan menghentikan impuls nyeri melalui mekanisme "gate control" sumsum tulang belakang (Sartiningih & Maryati, 2024).

Penelitian sebelumnya oleh Setyowati et al. 2019, menunjukkan bahwa SSBM dan minyak aromaterapi lavender efektif untuk mengurangi nyeri pasien kanker serviks. Data menunjukkan bahwa terapi SSBM dengan aromaterapi dapat membantu mengurangi nyeri pada penderita kanker serviks, turun dari skala nyeri 2-3 menjadi 2-0. Penelitian Apriana 2024, juga menemukan bahwa kombinasi terapi Slow Stroke Back Massage (SSBM) dengan aromaterapi lavender menurunkan intensitas nyeri pasien kanker serviks di RSUD Dr. H. Abdul Moeloek di Lampung

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di Poli Ginekologi RSUD Arifin Achmad didapatkan bahwa kanker serviks sebagai kasus terbanyak. Data kunjungan tahun 2024 menunjukkan sekitar 2000 pasien kanker serviks. Rata-rata pasien mengalami nyeri hilang timbul di area punggung, serta pinggang namun penanganan nyeri yang diterima umumnya hanya berupa obat-obatan. Asuhan keperawatan ini bertujuan untuk menerapkan *Slow Stroke Back Massage* untuk menurunkan nyeri pada pasien kanker serviks.

METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan dalam karya ilmiah ini adalah studi kasus (*case study*) dengan pendekatan asuhan keperawatan dan penerapan *evidence based practice* (EBP). Intervensi yang dilakukan adalah terapi *Slow Stroke Back Massage* (SSBM) yang diterapkan selama tiga hari berturut - turut. Asuhan keperawatan ini dilakukan pada satu orang pasien kanker serviks yang mengalami masalah nyeri di RSUD Arifin Achmad Pekanbaru. Instrumen yang digunakan untuk mengevaluasi nyeri adalah skala *Numeric Rating Scale* (NRS). Nyeri dievaluasi sebelum dan sesudah dilakukan intervensi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Evaluasi Skala Nyeri Sebelum dan Sesudah Intervensi *Slow Stroke Back Massage* (SSBM)

| Klien | Hari/Tanggal | Skala Nyeri (0-10) | |
|----------|--------------|------------------------------|------------------------------|
| | | Sebelum dilakukan Intervensi | Sesudah dilakukan Intervensi |
| Ny. M | 1 Juli 2025 | 4 | 3 |
| | 2 Juli 2025 | 3 | 3 |
| | 3 Juli 2025 | 4 | 2 |

Tabel 1 menunjukkan hasil evaluasi skala nyeri sebelum dan setelah intervensi SSBM pada Ny. M selama 3 hari berturut-turut yakni hari pertama terjadi penurunan skala nyeri dari 4 menjadi 3 setelah dilakukan intervensi SSBM. Hari kedua skala nyeri sebelum intervensi dan sesudah intervensi tetap 3. Hari ketiga terjadi penurunan skala nyeri setelah intervensi SSBM dari 4 menjadi 2.

Pembahasan

Asuhan keperawatan ini dilakukan pada Ny M usia 53 tahun dengan diagnosa medis kanker serviks. Berdasarkan pengkajian yang dilakukan didapatkan data pasien mengeluh nyeri pada panggul yang menjalar ke punggung bawah dan sendi, dengan karakter berdenyut dan rasa pegal-pegal yang menetap. Skala nyeri diukur dengan NRS dan didapatkan skala 4, nyeri dirasakan sejak Januari 2025. Nyeri dirasakan semakin meningkat saat pasien melakukan aktivitas seperti berjalan jauh, duduk lama, atau berdiri dalam jangka waktu tertentu. Pasien mengatakan sering terbangun pada malam hari akibat nyeri yang dirasakannya.

Riwayat kesehatan dan reproduksi pasien menunjukkan adanya faktor risiko yang berhubungan dengan terjadinya kanker serviks. Pasien menikah pada usia muda dan merupakan multipara, keduanya merupakan faktor risiko yang telah dijelaskan dalam literatur karena paparan serviks terhadap trauma fisik dan perubahan hormonal jangka panjang dapat mempercepat terjadinya transformasi sel abnormal. Pasien juga memiliki riwayat perdarahan banyak diluar siklus menstruasi dan keputihan abnormal sebelum masuk rumah sakit, yang merupakan salah satu gejala umum pada kanker serviks stadium lanjut. Kondisi ini didukung oleh penelitian Bathla, et.al 2019 (Bhatla et al., 2021) yang mengatakan bahwa pasien kanker serviks stadium III-IV umumnya mengalami perdarahan abnormal dan nyeri pelvis intens akibat invasi tumor yang meluas ke jaringan parametrium dan panggul.

Nyeri pada pasien dapat dijelaskan melalui mekanisme patofisiologis kanker serviks stadium lanjut. Pada stadium III B, tumor telah menginvasi parametrium hingga dinding panggul, yang menyebabkan tekanan langsung pada saraf pelvis, jaringan ikat, dan struktur muskuloskeletal. Tekanan inilah yang memicu nyeri menjalar ke punggung bawah dan persendian. Selain akibat invasi tumor, pasien juga menjalani terapi kemoterapi, yang diketahui dapat menyebabkan reaksi inflamasi, kerusakan serabut saraf perifer, dan neuropati, sehingga memperberat sensasi nyeri yang dialami pasien. Penelitian Pratitis, et.al 2022 (Pratitis & Adhistry, 2022) menjelaskan bahwa kemoterapi dapat memicu inflamasi jaringan dan gangguan transmisi nyeri. Dengan demikian, kombinasi antara infiltrasi tumor dan efek samping kemoterapi menyebabkan nyeri kronis yang signifikan serta gangguan tidur pada pasien.

Masalah keperawatan utama yang diangkat adalah nyeri kronis berhubungan dengan infiltrasi tumor dan efek samping kemoterapi. Pengkajian dilakukan secara komprehensif meliputi karakteristik nyeri, faktor pemicu, respons nyeri, kualitas tidur, serta kemampuan pasien dalam mengelola nyeri. Pada pasien, nyeri berdampak pada kemampuan aktivitas sehari-hari dan menyebabkan tidur tidak efektif, sehingga diperlukan tindakan nonfarmakologis yang aman, efektif, dan dapat meningkatkan kenyamanan.

Implementasi utama yang dilakukan untuk mengatasi nyeri adalah *Slow Stroke Back Massage* (SSBM), yaitu teknik pijat lembut pada area punggung selama 10 menit, dilakukan selama tiga hari berturut-turut. Terapi dilakukan menggunakan minyak

aromaterapi lavender yang membantu meningkatkan relaksasi. Selain SSBM, penulis juga memberikan tindakan pendukung seperti edukasi pernapasan relaksasi, serta edukasi keluarga untuk memberikan dukungan emosional dan membantu pasien dalam aktivitas harian.

Selama intervensi, pasien menunjukkan respons positif berupa tubuh terasa lebih ringan, otot punggung tidak terlalu tegang, dan kualitas tidur lebih baik. Penurunan intensitas nyeri dilaporkan setiap hari setelah tindakan diberikan. Hal ini menunjukkan bahwa kombinasi manipulasi relaksasi otot dan stimulasi sensorik pada punggung mampu mengaktifkan sistem analgesik tubuh melalui pelepasan endorfin. Sejalan dengan penelitian Setyowati, et.al 2019 (Setyowati et al., 2019), SSBM merupakan teknik efektif yang memengaruhi sistem saraf otonom dan menurunkan ketegangan otot, sehingga membantu menurunkan nyeri pada pasien kanker serviks.

Penerapan intervensi SSBM pada pasien menunjukkan adanya penurunan skala nyeri yang signifikan. Pada hari pertama pelaksanaan, intensitas nyeri menurun dari skala 4 menjadi 3. Pada hari ketiga, nyeri turun menjadi skala 2. Selain penurunan nyeri, pasien juga melaporkan peningkatan relaksasi tubuh, penurunan rasa pegal, dan kemampuan tidur lebih nyenyak dibandingkan sebelum intervensi. Hal ini menunjukkan bahwa SSBM merupakan teknik yang efektif diterapkan pada pasien kanker serviks dengan nyeri kronis. Hal ini didukung oleh penelitian Setyowati (2019) yang menyatakan bahwa SSBM dengan aromaterapi mampu menurunkan intensitas nyeri pada pasien kanker serviks dari skala 5 menjadi 4 setelah tiga kali terapi. Penelitian Apriana et al. (2024), memperkuat bahwa SSBM secara signifikan menurunkan nyeri kronis pada pasien kanker karena mekanisme stimulasi taktil yang memengaruhi *gate control theory*, menghambat transmisi impuls nyeri, serta meningkatkan pelepasan endorfin (Apriana, 2024). Penelitian Rini et al. (2023), pada pasien kanker payudara menunjukkan penurunan nyeri dari skala 4,62 menjadi 3,10 setelah intervensi massage punggung (Rini et al., 2025). Penelitian Rasinah et al. (2021), menunjukkan bahwa SSBM efektif menurunkan nyeri pada pasien post-laparotomi dengan penurunan skala nyeri yang signifikan setelah intervensi. Hal ini memperkuat bahwa pijat punggung lembut mampu menurunkan persepsi nyeri pada berbagai kondisi, termasuk kanker (Rasinah, 2021).

Secara keseluruhan, hasil studi kasus ini memperkuat bahwa SSBM merupakan terapi nonfarmakologis yang aman, murah, mudah dilakukan, dan efektif sebagai pendamping terapi farmakologis dalam manajemen nyeri pasien kanker serviks. Intervensi ini tidak hanya menurunkan nyeri, tetapi juga memberikan efek relaksasi, meningkatkan kenyamanan, serta memperbaiki kualitas tidur, sehingga dapat diintegrasikan ke dalam standar asuhan keperawatan pasien kanker dengan nyeri kronis.

KESIMPULAN

Slow Stroke Back Massage (SSBM) merupakan salah satu intervensi nonfarmakologi yang dapat diterapkan pada pasien kanker serviks dengan masalah keperawatan nyeri

kronik. Terapi SSBM dapat menurunkan skala nyeri pada pasien kanker serviks. Efektivitas SSBM terlihat dari respons fisiologis pasien berupa tubuh yang lebih rileks, berkurangnya ketegangan otot, serta membaiknya pola istirahat malam. Terapi ini juga dapat diterapkan bersamaan dengan manajemen farmakologis tanpa mengganggu efektivitas pengobatan yang sedang dijalani pasien. Hasil ini menegaskan bahwa SSBM merupakan intervensi komplementer yang aman, mudah serta dapat dilakukan oleh pasien dan keluarga.

DAFTAR PUSTAKA

- Aguiar-Rosas, S., Plancarte-Sanchez, R., Hernandez-Porras, B. C., García-Andreu, J., Lezcano-Velazquez, B. O., Reyes-Torres, I., & Alarcón-Barrios, S. (2024). Pain management in cervical cancer. In *Frontiers in Oncology* (Vol. 14). Frontiers Media SA. <https://doi.org/10.3389/fonc.2024.1371779>
- Apriana, H. (2024). *Pengaruh Kombinasi Terapi Slow Stroke Back Massage (SSBM) Dengan Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Pada Penderita Kanker Serviks*.
- Bhatla, N., Aoki, D., Sharma, D. N., & Sankaranarayanan, R. (2021). Cancer of the cervix uteri: 2021 update. *International Journal of Gynecology and Obstetrics*, 155(S1), 28–44. <https://doi.org/10.1002/ijgo.13865>
- ICCC. (2021). *Bulan Kesadaran Kanker Serviks.(Online)*. <https://lccc.id/Cervical-Cancer-Month-Ccm>.
- Janna, M., Fadhilah Gani, N., & Abstrak, N. (2023). Intervensi Slow Strok Back Massage dengan Minyak Aromaterapi Lavender di Ruang Pinang di RSUP dr. Wahidin Sudirohusodo Makassar: Laporan Kasus Slow Stroke Back Massage Intervention with Lavender Aromatherapy Oil in Pinang Room at dr. Wahidin Sudirohusodo Makassar: Case Report. *JURNAL MIDWIFERY*, 5(2). <https://doi.org/10.24252/jmw.v5i2.40202>
- Loprinzi, C. L., Lacchetti, C., Bleeker, J., Cavaletti, G., Chauhan, C., Hertz, D. L., Kelley, M. R., Lavino, A., Pharm, B., Lustberg, M. B., Paice, J. A., Schneider, B. P., Lavoie Smith, E. M., Lou Smith, M., Smith, T. J., Wagner Johnston, N., & Hershman, D. L. (2020). Prevention and Management of Chemotherapy-Induced Peripheral Neuropathy in Survivors of Adult Cancers: ASCO Guideline Update. In *J Clin Oncol* (Vol. 38). www.asco.org/survivorship-guidelines.
- Nurmalisa, B. (2020). *Literature Review: Managemen Nyeri pada Pasien Kanker Literature Review: Pain Managements in Cancer Patients*. <http://jurnal.poltekkespalu.ac.id/index.php/LNJ>
- Pratitis, I. A., & Adhistry, K. (2022). Review Literatur : Penurunan Intensitas Nyeri Pada Pasien Kanker Serviks. *Jurnal Kesehatan Mahardika*, 9(1), 46–54. <https://doi.org/10.54867/jkm.v9i1.102>
- Putri, P., Muliyadi, & Juliansyah, R. A. (2022). Self-Management Nyeri Pasien Kanker Dengan Metode Non-Farmakologi (Cancer Patient Pain's Self-Management With Method Non-Pharmacology. *Jurnal Adbikesmas*, Vol. 4 Nomor 2.

- Rasinah, R. (2021). Analisis Asuhan Keperawatan Dengan Penerapan Tindakan “Slow Stroke Back Massage” Pada Pasien Kanker Serviks Dengan Masalah Keperawatan Utama Nyeri Pinggang Di Ruang Teratai Rumah Sakit Prof. Dr. Margono Soekarjo Purwokerto. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Keperawatan*, 17(1), 95. <https://doi.org/10.26753/jikk.v17i1.540>
- Rini, Silalahi, D., Azila, N., & Akbar, A. (2025). Pengaruh Slow Stroke Back Massage Dan Lilin Aromaterapi Terhadap Penurunan Nyeri Pada Pasien Kanker Payudara Di Rumah Sakit Umum Sembiring Deli Tua Tahun 2025. In *Jurnal Penelitian Keperawatan Medik* (Vol. 7, Issue 2). <http://ejournal.delihusada.ac.id/index.php/JPMPH>
- Sartiningsih, R., & Maryati, S. (2024). Implementation Of Slow Stroke Back Massage Therapy With Lavender Oil In Patients With Cervical Cancer Pain. In *Global Health Science Group* (Vol. 5). <http://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/PICNHS>
- Setyowati, S., Rakhmawati, A., Sumarsih, & Wigatiningsih, M. I. (2019). Efektifitas Slow Stroke Back Massage Dengan Minyak Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Nyeri Penderita Kanker Serviks. *Journal Of Clinical Medicine*, 6 (1), 35–39.
- Shelia Fitriani, D., Winarti, R., & Prasetyorini, H. (2023). Penerapan Slow Stroke Back Massage dan Aroma Terapi Lavender untuk Menurunkan Nyeri Kronis Pada Pasien Kanker Servik Application Of Slow Stroke Back Massage And Aroma Therapy Lavender To Reduce Chronic Pain In Cervical Cancer Patients. In *Tahun* (Vol. 5, Issue 1).
- Sri Wahyuningsih, I., & Nur Ikhsan, K. (2018). *Buku Proceeding Unissula Nursing Conference Tema : “Nurse Roles in Providing Spiritual Care in Hospital, Academic and Community” Nyeri Pada Pasien Kanker Yang Menjalani Kemoterapi Pain in cancer patients undergoing chemotherapy.*