

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Penyakit kardiovaskular khususnya Sindrom Koroner Akut (SKA) merupakan salah satu penyebab kematian terbesar di dunia. *Acute coronary syndrome* (ACS) merupakan suatu kegawatdaruratan jantung dengan morbiditas dan mortalitas komplikasi yang masih tinggi, sehingga dapat menyebabkan kematian mendadak bila tidak ditangani secara cepat dan tepat. Sindrom Koroner Akut (SKA) sendiri merupakan bagian dari penyakit jantung koroner (PJK). Menurut *Internatinal Classification of Diseases 10th Revision Clinical Modification/ICD-10CM* disebutkan bentuk-bentuk umum dari penyakit *Acute Coronary Syndrom* (ACS), yakni : angina pectoris tidak stabil (UAP), infark miokard akut dengan ST elevasi (STEMI) dan infark miokard akut non ST Elevasi (NSTEMI) (Smeltzer & Bare, 2014 ; Aziz et al., 2019).

Infark miokardium mengacu pada proses rusaknya jaringan jantung akibat suplai darah yang tidak adekuat sehingga aliran darah koroner berkurang. Salah satu bentuk dari penyakit ACS yang meningkat adalah NSTEMI. Non-ST Elevation Myocardial Infarction (NSTEMI) merupakan salah satu bentuk Sindrom Koroner Akut yang memiliki karakteristik nyeri dada akut dengan elevasi biomarker jantung tanpa disertai dengan elevasi segmen ST pada elektrokardiogram (EKG) (Ali & Soesanto, 2024).

NSTEMI merupakan sindroma klinis akibat adanya penyumbatan pembuluh darah koroner, baik bersifat intermitten maupun menetap akibat rupturnya plak aterosklerosis. NSTEMI biasanya disebabkan oleh penyempitan arteri koroner yang berat dan sumbatan arteri koroner (Nugraha, Trihartanto 2021 disitasi oleh Intan, 2023). NSTEMI disebabkan oleh penurunan suplai oksigen dan peningkatan kebutuhan oksigen miokard yang diperberat oleh obstruksi koroner.

Penderita Non ST Elevation Miocardial Infarction (NSTEMI) juga dapat mengalami beberapa komplikasi diantaranya aritmia, gagal jantung, edema paru, syok, rupture miokard dan henti jantung napas (Cardio Pulmonary Arrest). Fase akut komplikasi yang sering terjadi adalah aritmia dengan gangguan hemodinamik yang dapat menjadi predisposisi untuk terjadinya aritmia yang lebih gawat seperti bradikardia, AV block, takikardia, fibrilasi ventrikel dan asistol.

Data dari World Health Assosiation (2021) penyakit kardiovaskuler masih menjadi penyebab utama kematian secara global, dimana sekitar 17,9 juta orang meninggal akibat penyakit kardiovaskuler pada tahun 2019. Hal tersebut mewakili 32% dari semua kematian global. Coronary Artery Disease (CAD) sangat umum terjadi di negara maju dan berkembang, demikian juga di Indonesia angka kematian yang disebabkan oleh penyakit jantung koroner cukup tinggi yaitu mencapai 1,25 juta jiwa jika populasi penduduk Indonesia 250 juta jiwa (Kemenkes, 2020). Sedangkan untuk provinsi di Jawa Tengah. Berdasarkan diagnosis dokter prevalensi penyakit CAD adalah sekitar 1,5% atau 29.550 orang. Sedangkan menurut diagnosis atau gejala, estimasi jumlah penderita CAD 0,4% atau sekitar 29.880 orang (RISKESDAS, 2020).

Gejala khas yang sering dirasakan NSTEMI yaitu rasa nyeri terutama di area dada secara tiba-tiba dan berlangsung terus menerus. Penyebab utama dari nyeri dada yaitu aterosklerosis yang merupakan penumpukan plak pada pembuluh darah sehingga menyebabkan suplai darah ke jantung menjadi berkurang (PERKI, 2024). Nyeri dada pada NSTEMI biasanya akan menjalar ke punggung, leher, bahu dan epigastrium, dimana kualitas nyeri ini seperti ditusuk-tusuk, diremas-remas, ditekan atau bahkan sampai seperti ditindih. Nyeri ini disertai sesak napas dan pucat, keringat dingin, pusing kepala dan mual serta muntah (Ali & Soesanto, 2024). Nyeri dada yang timbul tidak hanya berdampak secara fisiologis, tetapi juga psikologis karena berhubungan erat dengan peningkatan kecemasan, ketegangan, dan stres emosional yang pada akhirnya dapat memperparah kondisi pasien. Nyeri yang tidak tertahankan akan berdampak pada aktivitas sehari-hari. Penderita akan terganggu dalam pemenuhan kebutuhan istirahat dan tidurnya, pemenuhan individual dan juga aspek interaksi sosialnya. Jika nyeri intensitasnya tidak berkurang atau dibiarkan tanpa penanganan pada akhirnya akan menimbulkan syok neurologik yang dapat mengancam jiwa penderita penyakit jantung.

Manajemen nyeri dada yang tepat pada pasien dengan NSTEMI sangat menentukan prognosis penyakit. Penatalaksanaan nyeri pada NSTEMI dapat dilakukan melalui terapi farmakologis dan non farmakologis. Beberapa terapi farmakologis adalah golongan nitrat (NTG, isosorbide nitrat, isosorbide mononitrate) yang merupakan terapi utama untuk meringankan nyeri dada, antagonis kalsium (penghambat kanal kalsium), beta bloker untuk mengurangi frekuensi terjadinya nyeri dada dan meningkatkan toleransi kerja jantung. Namun pemberian terapi farmakologis secara tunggal dan berkelanjutan memiliki keterbatasan, terutama terkait dengan efek samping seperti hipotensi, gangguan pernapasan, konstipasi, mual, muntah dan dalam jangka panjang dapat menimbulkan

ketergantungan, terutama pada opioid. Oleh karena itu, selain menggunakan terapi farmakologis juga dibutuhkan terapi non farmakologis yang dapat digunakan untuk mengurangi nyeri dada dan mempercepat proses penyembuhan pada pasien (Intan, 2023).

Terapi non farmakologis biasanya memberikan risiko yang lebih rendah kepada pasien walaupun teknik non farmakologis bukanlah pengganti obat-obatan namun tindakan tersebut dapat dilakukan untuk mengurangi episode nyeri terutama nyeri dada yang terkadang hanya muncul beberapa menit atau detik (Intan, 2023). Terapi non farmakologis yang diberikan kepada pasien dengan nyeri dada yaitu intervensi perilaku kognitif dan terapi agen fisik. Salah satu terapi yang dapat diberikan kepada pasien dengan nyeri menurut Tim Pokja SIKI DPP PPNI (2018) yaitu dengan teknik relaksasi. Pasien dengan NSTEMI disarankan untuk istirahat agar penggunaan energi seminimal mungkin sehingga oksigen dapat secara maksimal dipakai oleh jantung dalam memompa darah. Teknik relaksasi dinilai akurat karena pasien tidak harus menggunakan energi yang maksimal, namun pasien diharap dapat menurunkan nyerinya. Salah satu metode non farmakologi yang terbukti efektif dan mudah diterapkan adalah terapi relaksasi Benson.

Relaksasi benson dikembangkan oleh Dr. Herbert Benson merupakan pengembangan respons relaksasi yang melibatkan keyakinan pasien. Terapi ini merupakan bentuk intervensi yang memadukan pernapasan dalam, pengulangan kata-kata atau frasa positif serta penanaman sikap pasrah dan tenang (Muliantino et al., 2020). Teknik ini menciptakan lingkungan yang tenang bagi pasien sehingga pasien mampu mencapai kondisi kesehatan yang lebih maksimal. Relaksasi benson dalam hal ini berfungsi untuk menurunkan intensitas persepsi nyeri dengan bekerja mengalihkan fokus seseorang terhadap nyeri dengan menciptakan suasana yang nyaman dan tubuh yang rileks, sehingga tubuh akan meningkatkan proses produksi hormone endorphen yang berfungsi sebagai analgesik alami tubuh, hal ini diperkuat dengan adanya kalimat yang memiliki efek menenangkan yang dapat mempengaruhi korteks serebral karena teknik relaksasi benson mengekspresikan unsur religious di dalamnya. Terapi ini bekerja dengan menurunkan aktivitas sistem saraf simpatis dan meningkatkan aktivitas sistem saraf parasimpatis, sehingga menghasilkan efek fisiologis berupa penurunan denyut jantung, tekanan darah, laju pernapasan, serta menurunkan ketegangan otot dan persepsi nyeri. Kelebihan dari teknik relaksasi benson dari terapi lain yaitu teknik ini tidak memberikan efek samping apapun kepada pasien, relaksasi benson sangat mudah diterapkan, tidak membutuhkan banyak biaya, sederhana dan tidak ada efek samping.

Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa penerapan terapi relaksasi Benson dapat menurunkan intensitas nyeri secara signifikan pada berbagai kondisi, seperti pasien pascaoperasi, pasien dengan angina pektoris, hingga pasien dengan infark miokard. Bahkan, beberapa studi menyimpulkan bahwa kolaborasi antara terapi farmakologi dan terapi relaksasi lebih efektif dibandingkan terapi farmakologi saja, karena melibatkan aspek fisiologis dan psikologis pasien secara bersamaan. Terapi relaksasi Benson juga dinilai aman, tidak invasif, tidak menimbulkan efek samping, serta dapat dilakukan secara mandiri oleh pasien setelah diberikan pelatihan oleh tenaga kesehatan. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ali & Soesanto (2024) yang berjudul “Penerapan Teknik Relaksasi Benson Untuk Mengurangi Nyeri Pada Pasien Infark Miokard Acut” menyimpulkan bahwa kombinasi terapi farmakologi dengan relaksasi benson efektif terhadap penurunan skala nyeri pada pasien IMA, di dapatkan adanya penurunan nyeri 3 skala NRS (skala 5 turun menjadi skala 2) pada pasien 1 dan 4 skala NRS (skala 5 turun menjadi skala 1) pada pasien 2.

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti diketahui bahwa jumlah pasien NSTEMI selama periode bulan Januari sampai bulan Maret 2025 terdapat 72 pasien, NSTEMI merupakan penyakit yang masuk kedalam 10 besar morbiditas penyakit di RSU PKU Muhammadiyah Delanggu. Prevalensi yang terjadi cukup tinggi dan mengindikasikan NSTEMI masih menjadi masalah klinis yang sering ditemui di ICU. NSTEMI merupakan salah satu bentuk sindrom koroner akut yang sering terjadi, namun seringkali tidak terdeteksi secara dini seperti STEMI. Berdasarkan observasi di lapangan, pasien NSTEMI di ICU RSU PKU Muhammadiyah Delanggu hanya mendapatkan manajemen nyeri secara farmakologi tanpa pendekatan terapi non farmakologi, salah satunya terapi Relaksasi Benson. Padahal kolaborasi antara terapi farmakologi dengan terapi Relaksasi Benson dapat memberikan hasil yang baik secara holistik.

Berdasarkan uraian di atas, maka penulis tertarik untuk melakukan studi kasus dengan judul “Penerapan Terapi Relaksasi Benson Terhadap Penurunan Nyeri Pada Pasien NSTEMI (Non ST Elevation Myocardial Infarction) Di RSU PKU Muhammadiyah Delanggu”.

B. Rumusan Masalah

Penyakit kardiovaskular khususnya Sindrom Koroner Akut (SKA) merupakan salah satu penyebab kematian terbesar di dunia. *Acute coronary syndrome* (ACS) merupakan suatu kegawatdaruratan jantung dengan morbiditas dan mortalitas komplikasi yang masih tinggi. Salah satu bentuk dari penyakit ACS yang meningkat adalah NSTEMI. NSTEMI merupakan salah satu bentuk Sindrom Koroner Akut yang memiliki karakteristik nyeri dada akut dengan elevasi biomarker jantung tanpa disertai dengan elevasi segmen ST pada elektrokardiogram. Berdasarkan masalah di atas, maka penulis merumuskan masalah “ Bagaimana Efektivitas Terapi Relaksasi Benson Terhadap Penurunan Nyeri Pada Pasien NSTEMI (*Non St Elevation Myocardial Infarction*) Di RSU PKU Muhammadiyah Delanggu”.

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Studi kasus ini dilakukan untuk mengetahui efektivitas terapi relaksasi benson terhadap penurunan nyeri pada pasien NSTEMI (*non st elevation myocardial infarction*) di RSU PKU Muhammadiyah Delanggu.

2. Tujuan Khusus

- a. Mendeskripsikan gambaran pengkajian pada pasien NSTEMI dengan masalah nyeri melalui terapi relaksasi benson
- b. Mengetahui hasil diagnosa keperawatan pada pasien NSTEMI dengan masalah nyeri melalui terapi relaksasi benson
- c. Mengetahui hasil intervensi pada pasien NSTEMI dengan masalah nyeri melalui terapi relaksasi benson
- d. Menganalisis hasil implementasi pada pasien NSTEMI dengan masalah nyeri melalui terapi relaksasi benson
- e. Menganalisis hasil evaluasi pada pasien NSTEMI dengan masalah nyeri melalui terapi relaksasi benson

D. Manfaat

1. Manfaat Teoritis

Hasil penulisan diharapkan dapat bermanfaat bagi bidang Pendidikan keperawatan, khususnya keperawatan gawat darurat dan kritis. Laporan ini dapat dijadikan sebagai data dasar untuk pengembangan ilmu mengenai intervensi keperawatan pada pasien NSTEMI dengan masalah nyeri.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Pasien

Pasien mampu menerapkan terapi relaksasi benson secara mandiri dalam mengurangi nyeri.

b. Bagi Perawat

Hasil studi kasus ini dapat menjadi masukan bagi pelayanan di Rumah Sakit pada implementasi asuhan keperawatan untuk mengurangi nyeri pada pasien NSTEMI

c. Bagi Rumah Sakit

Memberikan pengetahuan yang telah ada sebelumnya, guna menambah keterampilan, kualitas dan mutu kerja tenaga kerja dalam mengatasi masalah nyeri pada pasien NSTEMI

d. Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan hasil studi ini dapat menjadi sumber bacaan dan pengetahuan mengenai terapi relaksasi benson terhadap penurunan nyeri pasien NSTEMI

e. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil studi kasus ini diharapkan dapat digunakan sebagai dasar untuk melakukan asuhan keperawatan lebih lanjut dan implementasi yang lebih bervariasi untuk mengurangi nyeri pada pasien NSTEMI.