

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Sindrom koroner akut (SKA) merupakan suatu masalah kardiovaskular yang utama karena menyebabkan angka perawatan dan angka kematian yang tinggi (PERKI, 2018). Menurut *World Health Organization* tahun 2023, penyakit kardiovaskular adalah penyebab utama kematian secara global yang dilaporkan dapat menyebabkan 17,5 juta kematian atau sekitar 31% dari seluruh kematian yang terjadi secara global terutama yang disebabkan karena sindrom koroner akut sebesar 7,4 juta. Sindrom koroner akut diperkirakan bisa mencapai angka kematian 23,3 juta pada tahun 2030 (Maulidah, 2022). Prevalensi penyakit jantung berdasarkan diagnosis dokter sebesar 1,5 % di Indonesia, sementara prevalensi penderita penyakit jantung di Sumatera Barat yaitu 1,6% penduduk (Riskesdas, 2018).

Sindrom koroner akut dapat menyebabkan terhambatnya suplai nutrisi seperti oksigen karena penumpukan plak, sehingga jantung akan terus memompa darah ke seluruh tubuh tanpa henti. Selain itu, asupan nutrisi dan oksigen darah juga harus tetap spontan untuk kerja jantung. Karena, jika pembuluh darah koroner menyempit atau tersumbat maka aliran darah ke jantung juga akan berkurang (Tamarah, 2023). Gejala yang dapat muncul pada

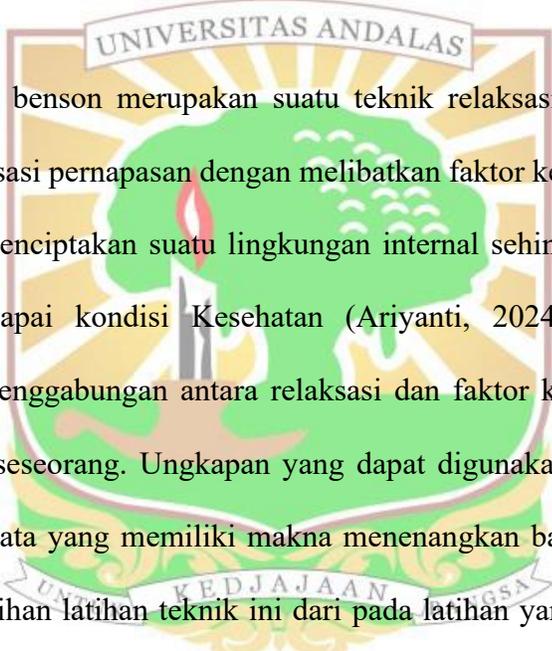
penderita sindrom koroner akut yang paling umum adalah nyeri dada. Nyeri dada biasanya dirasakan di bawah dada, nyeri berat dan biasanya terlokalisir. Namun, nyeri terkadang juga dapat menyebar ke bagian leher, rahang, bahu, dan tungkai atas (Tamarah, 2023). Nyeri dada yang tidak terkontrol akan membuat penderita merasakan ketidaknyamanan (Hapsari, 2022). Prevalensi nyeri pada pasien dengan sindrom koroner akut menurut Riskesdas 2018 yaitu 76,92 % mengalami nyeri sedang dan 3,85% mengalami nyeri ringan (Ariyanti, 2024).

Penanganan nyeri sampai saat ini dibedakan menjadi dua yaitu secara farmakologis dan non farmakologis. Penanganan nyeri secara farmakologis yaitu pemberian morphine dengan dosis 5 mg/iv (Ariyanti, 2024). Teknik farmakologis lain yaitu pemberian obat opioid narkotik, non-opioid/NSAID (Nonsteroid Anti Inflammatory Drugs) (Rahman, 2023). Penanganan nyeri dengan teknik non farmakologi yang sering diterapkan untuk mengatasi nyeri akut adalah teknik relaksasi seperti aromaterapi, latihan nafas dalam, dan imajinasi terbimbing. Relaksasi merupakan sebuah keadaan dimana seseorang merasa terbebas dari tekanan dan kecemasan (Ariyanti, 2024). Beberapa teknik non farmakologi lain yang sering digunakan pada pasien sindrom koroner akut adalah teknik relaksasi, posisi nyaman, dan *guide imagery* (Damanik, 2019). *Guided imagery* yaitu membayangkan hal-hal positif untuk mempengaruhi aktivitas motorik dan membuat otot – otot lebih rileks (Harliani, 2022).

Nyeri yang dialami pasien dengan sindrom koroner akut dapat menimbulkan ketidaknyamanan seperti terganggunya aktivitas sehari-hari, istirahat pasien, dan mengalami gangguan tidur (Kasrin, 2024). Seseorang dengan keluhan nyeri akan sering terbangun saat tidur karena nyeri yang dirasakannya, sehingga tidur pasien akan menjadi terganggu dan dapat memperburuk kondisinya jika mengalami gangguan tidur. Tidur merupakan salah satu kebutuhan dasar individu untuk mengembalikan keseimbangan fungsi tubuh secara normal, merilekskan otak, dan sebagai cadangan energi normal (Budiyanto, 2022). Akibat gangguan tidur yang dialami pasien juga akan berakibat buruk terhadap aktivitas perawatan diri pasien, sehingga perlu juga untuk meningkatkan kualitas tidur (Hosseini, 2024). Menurut Getahun (2021), tidur merupakan aspek penting dalam menjaga ritme sirkadian tubuh. Tidur yang tidak memadai akan berkontribusi kepada memburuknya masalah jantung pasien, diabetes, gangguan kognitif, dan kualitas hidup.

Beberapa upaya yang dapat dilakukan pada pasien dengan sindrom koroner akut yang mengalami gangguan tidur dibedakan menjadi teknik farmakologi dan non farmakologi. Salah satu contoh intervensi farmakologis yang dapat diberikan adalah pemberian obat tidur, namun hanya di rekomendasikan untuk penggunaan jangka pendek saja (Wang, et al., 2021). Teknik non farmakologis yang dapat dilakukan untuk mengatasi gangguan tidur seperti aromaterapi, relaksasi, *sleep hygiene*, dan rendam air hangat pada kaki,

yoga, akupresur (Oktaviani, 2023). Namun, dari beberapa teknik non farmakologis yang sudah diterapkan untuk mengatasi nyeri dan gangguan tidur masih belum optimal sepenuhnya, sehingga diperlukan terapi komplementer yang lain yang juga efektif, efisien, dan mudah dilakukan pasien. Terapi komplementer lain yang dapat diterapkan untuk mengatasi nyeri adalah relaksasi benson dan untuk mengatasi gangguan tidur adalah terapi musik klasik.



Relaksasi benson merupakan suatu teknik relaksasi pengembangan dari metode relaksasi pernapasan dengan melibatkan faktor keyakinan pasien, yang juga dapat menciptakan suatu lingkungan internal sehingga dapat membantu pasien mencapai kondisi Kesehatan (Ariyanti, 2024). Relaksasi benson merupakan penggabungan antara relaksasi dan faktor keyakinan dari agama yang dianut seseorang. Ungkapan yang dapat digunakan berupa nama-nama Tuhan atau kata yang memiliki makna menenangkan bagi pasien (Chaniago, 2024). Kelebihan latihan teknik ini dari pada latihan yang lain adalah latihan relaksasi lebih mudah dilakukan dalam kondisi apapun serta tidak memiliki efek samping. Selain itu, kelebihan teknik relaksasi benson juga akan lebih mudah dilaksanakan oleh pasien, tidak mengeluarkan biaya, dan dapat digunakan untuk mencegah terjadinya stress (Sagala, 2018).

Beberapa penelitian telah menunjukkan bahwa relaksasi benson berpengaruh terhadap skala nyeri, diantaranya pada penelitian yang dilakukan

oleh Ariyanti, *et al.*, 2024 yang dilakukan pada 30 pasien dengan *Unstable Angina Pectoris* dengan nilai  $p$  value = 0,001. Penelitian lain adalah penelitian yang dilakukan Cahyati *et al.*, tahun 2022 yang dilakukan pada 30 pasien penyakit jantung koroner juga menyatakan bahwa terdapat perbedaan tingkat nyeri antara sebelum dan sesudah dilakukan relaksasi benson dengan nilai  $p=0,02$ . Penelitian yang dilakukan oleh Chaniago *et al.*, tahun 2024 juga mendapatkan hasil relaksasi benson efektif dalam mengurangi rasa nyeri pada pasien jantung koroner di rumah sakit Jenderal Ahmad Yani Metro.

Penerapan terapi relaksasi benson ini dapat dilakukan pada pasien sindrom koroner akut yang mengalami nyeri dada sedang hingga ringan dan telah diberikan terapi farmakologi (Usfidalia, 2024). Nitroglyserin merupakan salah satu obat yang diberikan untuk pasien yang mengalami nyeri dada (Kim, *et al.*, 2020). Hal ini disebabkan karena penerapan terapi relaksasi benson harus dilakukan dengan memfokuskan pikiran dan merilekskan seluruh tubuhnya agar efektif dalam menurunkan tingkat nyeri (Usfidalia, 2024). Menurut Ali *et al.*, tahun 2024 yang menjelaskan bahwa nyeri dada berat dan tidak terkontrol yang dirasakan pasien sindrom koroner akut akan memicu hiperaktivasi saraf simpatis yang dapat meningkatkan tekanan darah, takikardi, vasokonstriksi. Selain itu, jika saraf simpatis aktif akan membuat kewaspadaan dan rasa panik pasien meningkat terhadap nyeri sehingga membuat pasien sulit untuk berkonsentrasi. Oleh karena itu, terapi relaksasi benson juga tidak akan efektif

jika diterapkan dalam keadaan nyeri berat karena penerapan relaksasi benson perlu konsentrasi yang baik.

Terapi relaksasi benson ini bekerja dengan cara menurunkan aktivitas sistem saraf simpatis yang muncul karena nyeri sehingga dapat melancarkan peredaran darah dan mengaktifkan sistem parasimpatis yang dapat membuat tubuh menjadi merasa rileks dan tenang (Ali, *et al.*, 2024). Relaksasi benson juga bekerja dengan cara mengalihkan perhatian pasien terhadap relaksasi sehingga kesadaran terhadap nyeri berkurang. Selain itu, relaksasi benson juga mampu membuat tubuh menghasilkan hormon endorphine yaitu hormon yang diproduksi secara alami oleh tubuh untuk menghilangkan rasa sakit (Devi, R.N., *et al.*, 2022). Sehingga, terapi relaksasi benson ini efektif untuk diterapkan pada pasien yang mengalami nyeri.

Teknik non farmakologi yang dapat diterapkan untuk mengatasi gangguan tidur adalah terapi musik. Terapi musik merupakan suatu terapi rangsangan sensorik yang dapat meningkatkan relaksasi dan mengurangi stres (Imardiani, 2021). Terapi musik secara positif mempengaruhi fungsi kognitif dan emosi, serta memiliki potensi yang bermanfaat bagi manusia dalam berbagai aktivitas biologis (Jia, L.N., 2025). Terapi musik biasanya menggunakan jenis musik klasik dan instrumental. Terapi musik klasik dan instrumental selain dapat menurunkan tekanan darah dan denyut nadi juga berpengaruh pada sistem

kardiovaskuler lainnya seperti laju pernapasan, elektrokardiogram, fungsi endotel, dan lain-lain (Maghfirawati, 2024).

Berdasarkan *systematic review* yang dilakukan oleh Wang, et al., tahun 2021, didapatkan tiga studi menyatakan bahwa efek dari terapi musik sangat berpengaruh terhadap *sleep latency*, durasi tidur, dan persentase waktu yang digunakan untuk tidur. Penelitian yang dilakukan oleh Hosseini, et al., tahun 2024 yang dilakukan pada 76 responden (38 kelompok kontrol dan 38 kelompok intervensi) mendapatkan hasil terdapat perbedaan yang signifikan pada kualitas tidur sebelum dan sesudah dilakukan intervensi yaitu kualitas tidur meningkat pada kelompok intervensi ( $p < 0,05$ ). Dari beberapa penelitian tersebut, didapatkan bahwa terapi musik efektif dalam meningkatkan kualitas tidur.

Menurut penelitian yang dilakukan Rahman, H. *et al.*, tahun 2019, untuk meningkatkan kualitas tidur juga bisa ditingkatkan dengan terapi relaksasi benson karena dengan respon relaksasi yang melibatkan keyakinan yang dianut akan menimbulkan perasaan rileks. Namun, penerapan terapi relaksasi benson harus dilakukan secara fokus dengan memusatkan perhatian terhadap terapi tersebut atau pasien harus terlibat aktif dalam melakukannya. Sedangkan, dengan terapi musik pasien hanya cukup mendengarkan saja tanpa berperan aktif selama terapi dan membiarkan melodinya mengalir sampai menimbulkan efek terapeutik (Kamagi, 2021). Suara dalam musik dapat memberikan efek

terapeutik terhadap pikiran dan tubuh individu. Musik juga mempengaruhi fisiologi tubuh pada aktivasi korteks sensori dengan aktivasi pada neokorteks dan beruntun ke dalam sistem limbik, hipotalamus, dan sistem saraf otonom (Imardiani, 2021). Oleh karena itu, terapi musik dapat menjadi salah satu terapi non farmakologis yang dapat diterapkan pada pasien sindrom koroner akut yang mengalami gangguan tidur.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan di ruangan rawat inap jantung RSUP Dr. M. Djamil Padang, diperoleh data bahwa dalam satu bulan terakhir dari 27 Maret – 27 April 2025 terdapat 82 orang pasien dengan diagnosa sindrom koroner akut yang dirawat di ruang IPJT. Secara umum, pasien dengan sindrom koroner akut ini masuk ke rumah sakit dengan keluhan nyeri dada, sesak, dan mudah lelah. Selain itu, pasien dengan keluhan nyeri juga sering mengalami gangguan tidur. Pernyataan dari perawat ruangan, teknik yang biasanya dipakai untuk mengatasi nyeri pada pasien sindrom koroner akut adalah teknik farmakologis dan teknik non farmakologis yang paling sering diterapkan hanya relaksasi napas dalam. Di ruangan terapi non farmakologis tidak terlalu di terapkan, yang paling sering hanya terapi farmakologis. Untuk gangguan tidur yang dialami pasien sindrom koroner akut belum ada intervensi yang sering dilakukan untuk mengatasi gangguan tersebut. Sehingga perlu untuk menerapkan teknik non farmakologis lain untuk terapi pasien yang mengalami nyeri dan gangguan tidur. Terapi non farmakologis. Perawat

ruangan menyatakan bahwa untuk teknik relaksasi benson dna terapi musik belum pernah diterapkan ke pasien di ruangan.

Berdasarkan uraian masalah pada latar belakang di atas, maka penting kiranya untuk menerapkan teknik non farmakologis lain seperti teknik relaksasi benson dan terapi musik untuk mengatasi nyeri dan gangguan tidur pasien sindrom koroner akut sebagai terapi pendamping selain terapi farmakologis yang telah diberikan. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk memaparkan “Asuhan Keperawatan pada Pasien Sindrom Koroner Akut dengan Penerapan Terapi Relaksasi Benson dan Terapi Musik untuk Penurunan Intensitas Nyeri dan Meningkatkan Kualitas Tidur di Ruang Rawat Inap Jantung RSUP Dr. M. Djamil Padang”.

## **B. Tujuan**

### **1. Tujuan Umum**

Menganalisis Asuhan Keperawatan pada Pasien Sindrom Koroner Akut dengan Penerapan Terapi Relaksasi Benson dan Terapi Musik untuk Penurunan Intensitas Nyeri dan Meningkatkan Kualitas Tidur di Ruang Rawat Inap Jantung RSUP Dr. M. Djamil Padang.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Diidentifikasi pengkajian keperawatan yang komprehensif pada pasien sindrom koroner akut di ruang rawat inap jantung RSUP Dr. M. Djamil Padang

- b. Diidentifikasi diagnosa keperawatan pada pasien sindrom koroner akut di ruang rawat inap jantung RSUP Dr. M. Djamil Padang.
- c. Diidentifikasi perencanaan keperawatan pada pasien sindrom koroner akut di ruang rawat inap jantung RSUP Dr. M. Djamil Padang.
- d. Diidentifikasi implementasi keperawatan pada pasien sindrom koroner akut di ruang rawat inap jantung RSUP Dr. M. Djamil Padang
- e. Diidentifikasi evaluasi keperawatan pada pasien sindrom koroner akut di ruang rawat inap jantung RSUP Dr. M. Djamil Padang
- f. Dianalisis penerapan EBN (*Evidence Based Nursing*) mengenai teknik Relaksasi Benson dan Terapi Musik

### C. Manfaat

#### 1. Bagi Peneliti

Penelitian ini dapat meningkatkan pengetahuan peneliti terkait penyakit sindrom koroner akut khususnya tentang bagaimana penerapan teknik Relaksasi Benson dan Terapi Musik dalam menurunkan skala nyeri dan meningkatkan kualitas tidur pada pasien.

#### 2. Bagi Pengembangan Ilmu Keperawatan

Penelitian ini dapat menjadi salah satu dasar peneliti lain untuk meneliti permasalahan yang sama dan menjadi sumber referensi pendukung untuk menambah pengetahuan tentang sindrom koroner akut dengan penerapan

teknik Relaksasi Benson dan Terapi Musik untuk menurunkan skala nyeri dan meningkatkan kualitas tidur

### 3. Bagi Pasien Sindrom Koroner Akut

Penelitian ini dapat memberikan manfaat kepada pasien sindrom koroner akut yang mengalami nyeri dan gangguan tidur agar pasien dapat melakukan teknik relaksasi Benson dan terapi musik untuk menurunkan skala nyeri dan meningkatkan kualitas tidur pasien.

