

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Nyeri dada sering kali dijumpai di Instalasi Gawat Darurat (IGD) rumah sakit dan merupakan gejala umum yang dapat menjadi tanda awal kondisi medis serius seperti infark miokard akut atau penyakit jantung koroner. Penyakit kardiovaskular merupakan penyebab utama kematian di dunia, yang mengakibatkan sekitar 17,9 juta kematian pada tahun 2019, World Health Organization, (2023). Dalam konteks Indonesia, penyakit jantung koroner telah menyumbang angka prevalensi sekitar 0,5% dari populasi, dengan kelompok usia tertentu yang lebih rentan. Mengingat dampak serius yang ditimbulkan, penanganan nyeri dada yang tepat dan cepat sangat diperlukan untuk mencegah komplikasi yang lebih lanjut.

Penyakit jantung koroner di Indonesia menjadi salah satu penyakit utama yang menambah beban sistem kesehatan. Data Kementerian Kesehatan RI, (2023), menunjukkan bahwa sekitar 0,5% dari populasi, atau sekitar 883.447 orang, terdiagnosis dengan penyakit jantung koroner. Di Sulawesi Selatan, prevalensi ini bahkan mencapai 1,46%, dengan kelompok usia 65–74 tahun mencatatkan angka prevalensi tertinggi, yaitu 3,57%. Penyempitan arteri koroner yang menyebabkan ketidakseimbangan antara suplai oksigen dan kebutuhan pada otot jantung, seringkali mengakibatkan nyeri dada yang khas, yang dapat berisiko menjadi lebih berat jika tidak segera ditangani. Hal ini dapat menyebabkan kondisi yang lebih serius seperti angina pectoris atau infark miokard akut (Hollander, J. E., & Than, 2020).

Risiko komplikasi akibat nyeri dada sangat signifikan, terutama bila kondisi ini tidak segera ditangani. Dalam jangka pendek, nyeri dada dapat menjadi indikator adanya potensi serangan jantung yang

berbahaya bagi kesehatan pasien, mengakibatkan kerusakan permanen pada otot jantung dan meningkatkan risiko gangguan irama jantung (aritmia) serta gagal jantung akut Schmitz et al., (2024). Dalam jangka panjang, nyeri dada yang berulang atau tidak segera ditangani dapat meningkatkan risiko kejadian kardiovaskular yang lebih serius, seperti serangan jantung atau fibrilasi atrium, yang dapat mengancam kelangsungan hidup pasien (Ejiri et al., 2024).

Penanganan nyeri dada umumnya mengandalkan terapi farmakologis, seperti pemberian analgesik dan nitrat. Meskipun terapi ini dapat memberikan bantuan untuk meredakan nyeri, namun efektivitasnya tidak selalu optimal, dan terdapat potensi risiko efek samping jangka panjang. Oleh karena itu, pendekatan non-farmakologis seperti terapi relaksasi benson mulai digunakan sebagai alternatif untuk mengurangi nyeri dada. Terapi ini menggabungkan teknik pernapasan yang dalam dan meditasi untuk menurunkan aktivitas sistem saraf simpatik, meningkatkan aktivitas parasimpatis, dan merangsang pelepasan endorfin yang dapat membantu mengurangi persepsi nyeri (Chaniago et al., 2024).

Berdasarkan berbagai penelitian, terapi relaksasi Benson telah terbukti efektif dalam mengurangi nyeri dada, menurunkan tekanan darah, menstabilkan denyut jantung, serta meningkatkan variabilitas denyut jantung. Penelitian oleh Rafika Nur Siregar, (2025) mengungkapkan bahwa terapi ini memberikan kontribusi signifikan dalam meningkatkan kesejahteraan pasien secara keseluruhan. Selain itu, Ali & Soesanto, (2024) dalam penelitiannya mengonfirmasi bahwa penggunaan terapi relaksasi Benson pada pasien dengan infark miokard akut dapat secara signifikan mengurangi skala nyeri dalam waktu dua hari setelah intervensi. Di IGD RS Ibnu Sina Makassar, belum ada penerapan teknik relaksasi Benson untuk pasien yang mengalami

nyeri dada akut. Oleh karena itu, dibutuhkan pendekatan komplementer yang tidak hanya efektif, tetapi juga aman dan mudah diterapkan, seperti terapi relaksasi benson, penulis tertarik untuk mengkaji lebih lanjut mengenai efektivitas terapi relaksasi Benson dalam mengurangi nyeri dada pada pasien chest pain di ruang IGD RS Ibnu Sina YW UMI Makassar.

B. Rumusan Masalah

Dalam penulisan Karya Tulis Ilmiah ini penulis membatasi permasalahan hanya pada bagaimana Efektivitas Terapi Relaksasi Benson Dalam Mengurangi Nyeri Dada Pada Pasien *Chest Pain* Di Ruang IGD RS Ibnu Sina YW UMI Makassar

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui penerapan terapi relaksasi benson dalam menurunkan nyeri dada pada Tn.M dengan masalah *Chest Pain*

2. Tujuan Khusus

- a. Penulis mampu melakukan pengkajian terhadap klien dengan *Chest Pain* Di IGD RS Ibnu Sina Makassar
- b. Penulis mampu menegakkan diagnosa keperawatan pada klien dengan *Chest Pain* Di IGD RS Ibnu Sina Makassar
- c. Penulis mampu merencanakan intervensi keperawatan pada klien dengan *Chest Pain* Di IGD RS Ibnu Sina Makassar
- d. Penulis mampu mengaplikasiakn implementasi pada klien dengan *Chest Pain* Di IGD RS Ibnu Sina Makassar
- e. Penulis mampu mengevaluasi dari pelaksanaan tindakan keperawatan penerapan teknik relaksasi benson terhadap penurunan nyeri yang telah dilakukan pada klien dengan *Chest Pain* Di IGD RS Ibnu Sina Makassar

D. Manfaat

a. Manfaat bagi Penulis

Karya tulis ilmiah ini dapat bermanfaat bagi penulis untuk menambah wawasan dan pengetahuan dalam menerapkan Teknik relaksasi benson terhadap penurunan skala nyeri pada pasien *Chest Pain*

b. Manfaat bagi Institusi Pendidikan

Karya tulis ilmiah ini dapat dijadikan sebagai tambahan kepustakaan yang bermanfaat untuk perkembangan ilmu pengetahuan untuk mahasiswa Profesi Ners Universitas Muslim Indonesia Makassar dalam menyusun karya tulis ilmiah dalam penerapan teknik relaksasi benson terhadap penurunan skala nyeri pada pasien *Chest Pain*.

c. Manfaat bagi Pelayanan Kesehatan

Karya tulis ilmiah ini dapat memberikan pengembangan ilmu pengetahuan khususnya dibidang kesehatan dan untuk menambah kepustakaan tentang penerapan teknik relaksasi benson terhadap penurunan skala nyeri pada pasien *Chest Pain*.

d. Manfaat bagi Masyarakat

Karya tulis ilmiah diharapkan keluarga dapat memberikan sumbangan pikiran dalam pengetahuan terhadap penerapan teknik relaksasi benson terhadap penurunan skala nyeri pada pasien *Chest Pain*.

e. Manfaat bagi Keluarga dan Pasien

Karya tulis ilmiah diharapkan dapat membantu dalam proses penyembuhan, mampu memahami serta mengerti proses penyebab terjadi *Chest Pain* di keluarga dengan menerapkan pola hidup lebih sehat.