

**NASKAH PUBLIKASI (MANUSKRIP)**

**ANALISA PRAKTIK KLINIK KEPERAWATAN DENGAN INTERVENSI INOVASI  
RELAKSASI BENSON KOMBINASI *FOOT HAND MASSAGE* DENGAN MINYAK  
SEREH TERHADAP INTENSITAS NYERI DADA PADA PASIEN NSTEMI DI  
RUANG INTENSIVE CARDIAC CARE UNIT (ICCU) RSUD AJI MUHAMMAD  
PARIKESIT TENGGARONG**

***ANALYSIS OF NURSING CLINICAL PRACTICE USING THE BENSON  
RELAXATION, INNOVATION, INTERVENTION, AND COMBINATION OF FOOT  
HAND MASSAGE WITH CITRONELLA OIL ON CHEST PAIN INTENSITY IN  
NSTEMI PATIENTS IN THE INTENSIVE CARDIAC CARE UNIT (ICCU) AJI  
MUHAMMAD PARIKESIT TENGGARONG HOSPITAL***



**DISUSUN OLEH**

**AQILAH RIZKIA, S.Kep**

**2311102412004**

**PROGRAM STUDI PROFESI NERS**

**FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN**

**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH KALIMANTAN TIMUR**

**2024**

**Naskah Publikasi (Manuskrip)**

**Analisa Praktik Klinik Keperawatan dengan Intervensi Inovasi Relaksasi Benson  
Kombinasi *Foot Hand Massage* dengan Minyak Sereh Terhadap Intensitas Nyeri Dada  
pada Pasien Nstemi di Ruang *Intensive Cardiac Care Unit (ICCU)* RSUD Aji  
Muhammad Parikesit Tenggara**

*Analysis of Nursing Clinical Practice Using The Benson Relaxation, Innovation,  
Intervention, and Combination of Foot Hand Massage with Citronella Oil on Chest Pain  
Intensity in Nstemi Patients in The Intensive Cardiac Care Unit (ICCU) Aji Muhammad  
Parikesit Tenggara Hospital*



**Disusun Oleh**

**Aqilah Rizkia, S.Kep**

**2311102412004**

**PROGRAM STUDI PROFESI NERS  
FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH KALIMANTAN TIMUR  
2024**

**PERSETUJUAN NASKAH PUBLIKASI**

Kami dengan ini mengajukan surat persetujuan publikasi dengan

Judul :

**ANALISA PRAKTIK KLINIK KEPERAWATAN DENGAN INTERVENSI INOVASI  
RELAKSASI BENSON KOMBINASI *FOOT HAND MASSAGE* DENGAN MINYAK  
SERAH TERHADAP INTENSITAS NYERI DADA PADA PASIEN NSTEMI DI  
RUANG INTENSIVE CARDIAC CARE UNIT (ICCU) RSUD AJI MUHAMMAD  
PARIKESIT TENGGARONG**

Bersama dengan surat persetujuan ini kami lampirkan naskah publikasi

**Pembimbing**



**Ns. Taufik Septiawan, M. Kep**  
NIDN. 111908802

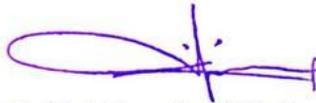
**Peneliti**



**Aqilah Rizkia, S. Kep**  
2311102412004

**Mengetahui,**

**Koordinator Mata Kuliah Elektif**



**Ns. Enok Sureskiarti, M. Kep**  
NIDN. 1119018202

**LEMBAR PENGESAHAN**

**ANALISA PRAKTIK KLINIK KEPERAWATAN DENGAN INTERVENSI INOVASI  
RELAKSASI BENSON KOMBINASI *FOOT HAND MASSAGE* DENGAN MINYAK SEREH  
TERHADAP INTENSITAS NYERI DADA PADA PASIEN NSTEMI DI RUANG  
INTENSIVE CARDIAC CARE UNIT (ICCU) RSUD AJI MUHAMMAD PARIKESIT  
TENGGARONG**

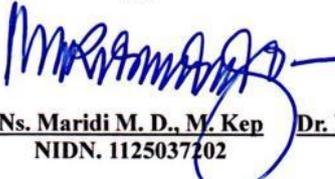
**NASKAH PUBLIKASI**

**DISUSUN OLEH :**

**AQILAH RIZKIA., S. Kep  
2311102412004**

**Diseminarkan dan diujikan  
Pada tanggal, 12 Januari 2024**

**Penguji I**

  
**Ns. Maridi M. D., M. Kep  
NIDN. 1125037202**

**Penguji II**

  
**Dr. Hj. Nunung Herlina., S. Kep., M. Pd  
NIDK. 8830940017**

**Penguji III**

  
**Ns. Taufik Septiawan., M. Kep  
NIDN. 111908802**

**Mengetahui,  
Ketua Program Studi Profesi Ners**

  
**Ns. Enok Sureskiarti., M. Kep  
NIDN. 1119018202**



# ANALISIS KEPERAWATAN INTERVENSI INOVASI RELAKSASI BENSON KOMBINASI FOOT HAND MASSAGE DENGAN MINYAK SEREH TERHADAP INTENSITAS NYERI DADA PADA PASIEN NSTEMI

## NURSING ANALYSIS OF THE BENSON RELAXATION INNOVATION INTERVENTION COMBINATION OF FOOT HAND MASSAGE WITH CITRONELLA OIL ON CHEST PAIN INTENSITY IN NSTEMI PATIENTS

Aqilah Rizkia<sup>1</sup>, Taufik Septiawan<sup>2</sup>, Maridi M Dirdjo<sup>2</sup>, Nunung Herlina<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Mahasiswa Profesi Ners, Program Studi Profesi Ners, Fakultas Ilmu Keperawatan, Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur, Samarinda

<sup>2</sup>Dosen Ilmu Keperawatan, Program Studi Profesi Ners, Fakultas Ilmu Keperawatan, Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur, Samarinda

\*Corresponding Author: rizkiaaqilah@gmail.com

### ABSTRAK

#### Article History:

Submitted:  
Received in  
Revised:  
Accepted:

**Pendahuluan:** Pasien dengan penyakit kardiovaskuler cenderung memiliki gejala nyeri dada. Manajemen nyeri dada dapat dilakukan salah satunya dengan cara non farmakologi, yaitu dengan pemberian terapi relaksasi Benson yang dikombinasi *Foot Hand Massage* dengan minyak Sereh. Tujuan penelitian ini untuk mengurangi intensitas nyeri dada yang dirasakan pasien NSTEMI.

**Metode:** Metode penelitian ini menggunakan desain studi kasus dengan pendekatan proses keperawatan. Subjek pada penelitian ini adalah seorang pasien di ruang ICCU RSUD A.M Parikesit Tenggarong dengan diagnosa Non ST Elevasi Miokard Infark. Teknik pengumpulan data diperoleh dari wawancara dan observasi untuk mengetahui intensitas nyeri dada pada pasien sebelum dilakukan intervensi dan sesudah dilakukan intervensi selama 3 kali dalam 3 hari dengan durasi 15 menit setiap pemberian intervensi.

**Hasil:** Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa setelah diberikan intervensi inovasi relaksasi Benson kombinasi *Foot Hand Massage* dengan Minyak sereh didapatkan hasil pada Ibu L mengalami penurunan intensitas nyeri dada dari skala 4 pada hari pertama menjadi skala 1 atau nyeri dada tidak lagi timbul pada hari ketiga.

**Kesimpulan:** Penelitian ini menunjukkan bahwa setelah diberikan intervensi inovasi relaksasi Benson kombinasi *Foot Hand Massage* dengan Minyak sereh berpengaruh dalam mengurangi intensitas nyeri dada pada pasien NSTEMI di ruang ICCU.

**Kata kunci:** Relaksasi Benson; *Foot Hand Massage*; Minyak Sereh; Nyeri dada; ICCU

### ABSTRACT

**Introduction:** Patients with cardiovascular disease tend to have symptoms of chest pain. Chest pain management can be done in a non-pharmacological way, namely by administering Benson relaxation therapy combined with foot and hand massage with lemongrass oil. The aim of this research is to reduce the intensity of chest pain felt by NSTEMI patients. Patients with cardiovascular disease tend to have symptoms of chest pain. Chest pain management can be done in a non-pharmacological way, namely by administering Benson



---

*relaxation therapy combined with foot and hand massage with lemongrass oil. The aim of this research is to reduce the intensity of chest pain felt by NSTEMI patients. Patients with cardiovascular disease tend to have symptoms of chest pain. Chest pain management can be done in a non-pharmacological way, namely by administering Benson relaxation therapy combined with foot and hand massage with lemongrass oil. The aim of this research is to reduce the intensity of chest pain felt by NSTEMI patients.*

**Methods:** *This research method uses a case study design with a nursing process approach. The subject in this study was a patient in the ICCU room at A.M. Parikesit Tenggarong Regional Hospital with a diagnosis of non-ST elevation myocardial infarction. Data collection techniques were obtained from interviews and observations to determine the intensity of chest pain in patients before and after the intervention, which was carried out three times in three days with a duration of 15 minutes for each intervention.*

**Result:** *The results of this study showed that after being given the Benson relaxation innovation intervention combined with foot and hand massage with lemongrass oil, Mrs. L experienced a decrease in the intensity of chest pain from scale 4 on the first day to scale 1, or chest pain no longer occurred on the third day.*

**Conclusion:** *This research shows that after being given the Benson relaxation innovation intervention, the combination of foot and hand massage with lemongrass oil has an effect on reducing the intensity of chest pain in NSTEMI patients in the ICCU room.*

**Keywords:** *Benson Relaxation; Foot and Hand Massage; Lemongrass Oil; Chest Pain; ICCU*



## PENDAHULUAN

Penyakit Kardiovaskular merupakan kondisi dimana terjadi penumpukan timbunan lemak dalam arteri atau aterosklerosis dan peningkatan risiko penggumpalan darah (Pranawa & Presley, 2022). Penyakit kardiovaskular merupakan gangguan pada jantung dan pembuluh darah yang meliputi, Penyakit Jantung Koroner, Penyakit Arteri Perifer, Penyakit Jantung Rematik, Penyakit Jantung Bawaan, Trombosis vena dan emboli paru (WHO, 2021).

Menurut WHO (2021) Penyakit kardiovaskular adalah penyebab utama kematian secara global. Diperkirakan 17,9 juta orang meninggal karena penyakit kardiovaskular pada tahun 2019, mewakili 32% dari seluruh kematian global. Dari kematian tersebut, 85% disebabkan oleh serangan jantung dan stroke. Di Indonesia sendiri, prevalensi penyakit jantung berdasarkan Provinsi banyak terjadi di Kalimantan Utara dengan persentase 2,2%, dengan karakteristik usia 65-74 tahun 4,6% dan lebih dari 75 tahun sebanyak 4,7%, dengan kejadian terjadi dominan pada Perempuan sebesar 1,6% dibanding laki laki sebesar 1,3% (Risksdas, 2018).

Salah satu penyakit jantung yang sering terjadi di Indonesia adalah ACS atau *Acute Coronary Syndrome*. ACS sendiri merupakan bagian dari penyakit jantung koroner (PJK) dimana yang termasuk ke dalam ACS adalah angina pectoris tidak stabil (*Unstable Pectoris/UAP*), infark miokard dengan ST Elevasi (ST Elevation Myocard Infarct (STEMI)), dan infark miokard tanpa ST Elevasi ( Non ST Elevation Myocard Infarct (NSTEMI) (Myrtha & Risalina, 2012). Gejala penyakit jantung sebenarnya bervariasi tetapi yang paling sering terjadi adalah nyeri dada (Agustini, 2016).

Keluhan pasien dengan iskemia miokard dapat berupa nyeri dada yang tipikal (angina tipikal) atau atipikal (angina ekuivalen). Keluhan anginatipikal berupa rasa tertekan atau berat daerah restrosternal, menjalar ke lengan kiri, leher, rahang, area interskapular, bahu, atau epigastrium dapat berlangsung intermiten (beberapa menit) atau persisten (>20 menit). Persentasi angina atipikal sering dijumpai antara lain nyeri didaerah penjalaran angina tipikal, gangguan pencernaan (indigesti), sesak nafas yang tidak dapat diterangkan, atau rasa lemah mendadak yang sulit diuraikan (PERKI, 2018). Nyeri dapat diatasi dengan penatalaksanaan nyeri yang bertujuan untuk meringankan atau mengurangi rasa nyeri sampai tingkat kenyamanan yang dirasakan oleh pasien (Agustin et al., 2019).

Perawat memiliki peran dalam pengelolaan nyeri dada pada pasien. Intervensi keperawatan meliputi intervensi mandiri maupun kolaboratif. Salah satu intervensi keperawatan yang digunakan untuk mengurangi nyeri adalah relaksasi Benson (Agustin et al., 2019). Teknik Relaksasi Benson (RB) merupakan gabungan dari keyakinan seseorang (*faith factor*) dengan respon relaksasi (Titi et al., 2021). Relaksasi Benson dapat mengurangi tingkat stress, kecemasan, rasa tidak nyaman, dan juga dapat menurunkan metabolisme, kontraksi jantung, tekanan darah, serta melepas hormon yang berpengaruh terhadap penurunan intensitas nyeri (Morita et al., 2020).

Selain relaksasi Benson, terdapat teknik lain untuk mengurangi rasa nyeri, salah satunya adalah dengan *massage*. *Massage* telah ditemukan untuk menghasilkan respon relaksasi dan *massage* berdampak positif sering dijelaskan pada teori kontrol gerbang, dengan pijatan merangsang serabut saraf berdiameter besar yang memiliki input penghambat pada sel T Ebner (1962). *Massage* atau pijat dapat menurunkan nyeri punggung pada pasien infark miokard akut (Huang and Cheng, 2010) dan didukung penelitian lain tentang efektifitas *foot hand massage* untuk menurunkan nyeri dan tekanan darah (Abbaspoor et al., 2014). Berdasarkan penelitian Hariyanto et al., (2015), tentang *Hand and Foot Massage* terhadap penurunan tingkat nyeri pada pasien Infark Miokard Akut (IMA) di RSUD dr. Iskak Tulungagung, terdapat pengaruh yang signifikan pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol.

Aroma yang menyenangkan akan menstimulasi thalamus untuk mengeluarkan enkefalin yang berfungsi sebagai penghilang rasa sakit alami dan menghasilkan perasaan sejahtera (Solehati et al., 2015). Aromaterapi merupakan salah satu terapi non farmakologi dengan menggunakan *essential oil* atau sari minyak murni untuk menjaga atau memperbaiki kesehatan, membangkitkan semangat, merangsang proses penyembuhan menyegarkan, dan menenangkan jiwa (Anwar et al., 2018). Penggunaan aromaterapi yang diberikan secara langsung yaitu melalui hidung (inhalasi) merupakan cara yang jauh lebih cepat dibandingkan dengan cara lain. Minyak yang dihirup secara langsung akan merangsang bulbus olfaktorik yang merupakan saraf terpenting dalam indra penciuman bereaksi sehingga minyak yang memiliki manfaat tertentu itu akan mempengaruhi sistem limbik tempat pusat memori, intelektualitas benda, dan suasana hati manusia (Jaelani, 2012).

Menurut Dr. Alan Huck (2010), hidung memiliki kemampuan untuk membedakan lebih dari 100.000 bau yang berbeda yang sangat berpengaruh pada otak yang berkaitan dengan suasana hati, emosi, ingatan, dan pembelajaran. Selain lavender terdapat pula tanaman yaitu sereh



*Cymbopogon citratus* (*lemongrass*) yang dapat digunakan untuk minyak aromaterapi, sereh berfungsi sebagai antidepresan, yaitu menekan dan menghilangkan depresi atau stress sehingga mampu menimbulkan rasa rileks baik badan maupun pikiran (Sumiarta, 2012). Sereh dipercaya memiliki kandungan bahan aktif yang dapat berfungsi sebagai analgetika, antipiretika, anti inflamasi, antioksidan, dan antidepresan (Putri et al., 2019). Penggunaan Minyak sereh dalam penulisan ini adalah sebagai pelumas dalam melakukan pemijatan, selain itu juga sebagai aromaterapi yang membantu memberikan efek rileks kepada pasien saat diberikan terapi pijat.

## METODE PENELITIAN

Metode penelitian menggunakan desain penelitian studi kasus atau asuhan keperawatan. Penelitian dilakukan di RSUD A.M Parikesit Tenggarong selama 3 hari dengan populasi penelitian 1 orang pasien dengan teknik pengambilan sampel menggunakan teknik purposive sampling. Dalam menentukan sampel peneliti memiliki kriteria inklusi dan kriteria eksklusi, sebagai berikut :

- a. Kriteria inklusi
  - 1) Pasien bersedia menjadi responden
  - 2) Pasien dengan keluhan nyeri dada
  - 3) Pasien dengan diagnosa NSTEMI
- b. Kriteria eksklusi
  - 1) Pasien tidak bersedia untuk berkontribusi menjadi responden

Teknik pengumpulan data melalui wawancara, observasi, dan pemeriksaan fisik pada pasien. Instrumen yang digunakan adalah Standar Prosedur Operasional *Foot Hand Massage* dengan Minyak Sereh. Instrumen pengumpulan data sebagai berikut :

### 1. Pengumpulan data *pre-test*

Pengumpulan data *pre-test* dilakukan dengan mengkaji nyeri dan mengobservasi hemodinamik pasien melalui monitor pasien sebelum dilakukannya intervensi kepada responden. Pengumpulan data didampingi perawat ruangan agar dapat berjalan sesuai prosedur.

### 2. Intervensi

SOP *Foot Hand Massage* dengan minyak Sereh diberikan selama 3 hari pada pasien dengan nyeri dada dan diagnosa medis NSTEMI di RSUD A.M Parikesit Tenggarong bertujuan untuk menurunkan intensitas nyeri serta rasa nyaman pada pasien. Selanjutnya tindakan intervensi relaksasi Benson kombinasi *Foot Hand Massage* dengan minyak Sereh dilakukan secara bersamaan yang dilakukan dengan tahapan sebagai berikut :

- a) Menanyakan kesiapan pasien terlebih dahulu;
- b) Menanyakan apakah pasien menyukai aroma minyak yang digunakan
- c) Jika mendapat persetujuan dan kesediaan pasien maka selanjutnya memperhatikan apakah terdapat kontraindikasi seperti gangguan integritas kulit ataupun jaringan;
- d) Membantu pasien mengambil posisi senyaman mungkin, pada penerapannya pasien nyaman dengan posisi semi fowler 45 derajat;
- e) Sesi *massage* dimulai pada kaki terlebih dahulu, sambil memijat peneliti mengajarkan kepada pasien teknik relaksasi Benson;
- f) Menanyakan kepada pasien apakah pemijatan terlalu kencang atau tidak;
- g) Menganjurkan pasien menarik napas kemudian menahan selama 2 detik;
- h) Hembuskan dan menyebut nama "Allah" serta menyebutkan kalimat "Aku pasti sembuh";
- i) Anjurkan pasien mengulangi relaksasi Benson selama pemijatan diberikan;
- j) Kemudian dilanjutkan dengan memijat area telapak tangan pasien;
- k) *Massage* dilakukan selama 20 menit dengan masing-masing 10 menit pada area tangan dan kaki;
- l) Saat 20 menit, beritahu pasien tindakan sudah selesai;
- m) Selanjutnya tahap terminasi, menanyakan perasaan pasien, menanyakan apakah nyeri dada berkurang.

### 3. Pengumpulan *post-test*

Pengumpulan data *post-test* yaitu setelah diberikan perlakuan atau intervensi relaksasi Benson kombinasi *Foot Hand Massage* dengan minyak Sereh, peneliti mengkaji nyeri yang dirasakan pasien dan mengobservasi kembali hemodinamik pasien melalui monitor pasien dan melakukan pendokumentasian pada lembar catatan.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Pengkajian

Pengkajian merupakan langkah awal dan dasar dalam melakukan asuhan keperawatan. Pengkajian pada Ibu L dengan usia 60 tahun dilakukan pada tanggal 13 Desember 2023. Pasien dengan jenis kelamin perempuan, beragama Islam, pendidikan terakhir tidak tamat SD, dan pekerjaan sebagai petani. Pasien mengeluhkan nyeri dada sebelah kanan menjalar ke sebelah kiri dan tembus ke punggung belakang, terasa keram. Pada pengkajian nyeri OPQRSTUV didapatkan hasil:



- O : Nyeri terasa saat beraktivitas dan timbul secara bertahap  
P : Nyeri semakin terasa ketika beraktivitas dengan rasa hilang timbul  
Q : Nyeri terasa tertindih benda berat  
R : Dada kanan tembus ke punggung belakang  
S : Skala nyeri 4  
T : Nyeri mereda ketika beristirahat  
U : Pasien belum pernah merasakan nyeri seperti ini sebelumnya  
V : Pasien berharap nyeri tidak timbul lagi

Selain nyeri dada, pasien juga mengeluhkan mudah lelah saat beraktivitas, mual, jantung sering berdebar, dan tubuh terasa lemah. Kesadaran pasien saat pengkajian Composmentis, pasien mengatakan merasa sesak dan terlihat terpasang O2 *Simple Mask* 6 lpm. Pasien dirawat di ruang ICCU dengan alasan memerlukan observasi kardiovaskuler dengan gambaran Aritmia. Pasien memiliki riwayat Kolesterol tinggi dan riwayat keturunan hipotensi dari ibu pasien. Pasien mengatakan biasa mengkonsumsi obat simvastatin 10 gr yang didapat dari Puskesmas terdekat.

Keluhan yang disampaikan pasien sesuai dengan gejala dan tanda ACS menurut PERKI (2023) yaitu mudah lelah dan penurunan toleransi aktivitas. Selain itu menurut Kasron (2016), manifestasi gagal jantung NSTEMI yang dialami pasien adalah nyeri dada yang tidak hilang dengan istirahat, mual yang menyebabkan peningkatan aktivitas refleks vagal, serta palpitasi atau jantung berdebar.

Pada saat pengkajian pasien mengatakan memiliki riwayat kolesterol sejak lama dan rutin mengkonsumsi obat simvastatin 10 gr yang didapat dari puskesmas terdekat. Akan tetapi, pasien mengatakan sulit meninggalkan kebiasaan mengkonsumsi makanan tinggi garam. Setelah dilakukan pemeriksaan laboratorium pada tanggal 09 Desember 2023 didapatkan hasil pemeriksaan kolesterol total 217 mg/dl (Normal  $\leq 200$ ), HDL-C 37 mg/dl (Normal W  $>43$ ), dan LDL 152 mg/dl ( $<115$ ). Hal ini sejalan dengan teori *American Heart Association* (AHA), 2017 salah satu faktor risiko kardiovaskuler adalah Dislipidemia. Dislipidemia adalah meningkatnya kadar kolesterol dan bentuk ikatannya dengan protein seperti trigliserida dan LDL, tetapi sebaliknya kadar HDL menurun.

### Diagnosa Keperawatan

Diagnosa keperawatan merupakan proses penilaian yang dilakukan oleh perawat untuk menentukan masalah kesehatan utama yang dihadapi oleh klien (Tim Pokja SDKI DPP PPNI,

2018). Hasil pengkajian ditemukan masalah keperawatan Nyeri akut.

Didapatkan data subjektif: Ibu L mengeluh dada terasa sakit dan sering berdebar-debar, sedangkan pada pengkajian OPQRSTUV didapatkan hasil :

- O : Nyeri terasa saat beraktivitas dan timbul secara bertahap  
P : Nyeri semakin terasa ketika beraktivitas dengan rasa hilang timbul  
Q : Nyeri terasa tertindih benda berat  
R : Dada kanan tembus ke punggung belakang  
S : Skala nyeri 4  
T : Nyeri mereda ketika beristirahat  
U : Pasien belum pernah merasakan nyeri seperti ini sebelumnya  
V : Pasien berharap nyeri tidak timbul lagi

Pada data objektif: Pasien tampak meringis, tanda-tanda vital: tekanan darah: 155/80 mmHg, frekuensi nadi: 113x/menit, gambaran hasil EKG tampak ST Depresi pada LII, LIII, dan aVF. Hasil pemeriksaan lab Troponin I positif.

Berdasarkan teori menurut (Wijaya & Putra, 2013), diagnosa keperawatan pada pasien dengan Non ST Elevasi Miokard Infark (NSTEMI) antara lain, Penurunan curah jantung, Resiko perfusi miokard tidak efektif, Nyeri akut, Gangguan pertukaran gas, Penurunan toleransi aktivitas, dan Ansietas.

### Intervensi Keperawatan

Intervensi keperawatan adalah tindakan yang dilakukan oleh perawat berdasarkan pengetahuan, penilaian klinis, dan rencana perawatan yang telah dibuat untuk mencapai tujuan atau luaran yang diharapkan dalam perawatan klien (Tim Pokja SIKI DPP PPNI, 2022). Berdasarkan masalah keperawatan yang ditemukan dan diberikan intervensi yaitu pada masalah nyeri akut yang diberikan intervensi non farmakologi yaitu teknik relaksasi Benson kombinasi *Foot Hand Massage* dengan minyak sereh pada pasien dengan NSTEMI. Intervensi dilakukan dari tanggal 13 Desember 2023 sampai tanggal 15 Desember 2023 di RSUD A.M Parikesit.

Berdasarkan intervensi yang dilakukan peneliti selama 3 hari dengan menggunakan terapi non farmakologis yaitu relaksasi Benson dikombinasi *Foot Hand Massage* dengan minyak sereh sesuai SOP yang terlebih dahulu menanyakan kesiapan pasien terlebih dahulu, selain itu pasien juga ditanya apakah menyukai aroma minyak yang digunakan, jika sudah mendapat persetujuan dan kesediaan pasien maka selanjutnya memperhatikan apakah terdapat kontraindikasi seperti gangguan integritas kulit ataupun jaringan. Setelah itu, peneliti memposisikan pasien senyaman mungkin, pada penerapannya pasien nyaman dengan posisi semi



fowler 45 derajat. Setelah itu, sesi dimulai dengan melakukan *Massage* pada kaki terlebih dahulu, sambil memijat peneliti mengajarkan kepada pasien teknik relaksasi Benson, kemudian dilanjutkan dengan memijat area telapak tangan. Terapi dilakukan selama 20 menit untuk memberikan rasa rileks sehingga nyeri dada pada pasien berkurang. Tujuan dari penerapan relaksasi Benson kombinasi *Foot Hand Massage* dengan minyak sereh adalah selain sebagai bentuk respon relaksasi yang tergabung dengan keyakinan seseorang, *Massage* pada kaki dan tangan membantu menurunkan rasa nyeri dada pada pasien infark miokard akut. Penggunaan minyak sereh sebagai aromaterapi dan pelumas saat dilakukan pemijatan mampu memberikan rasa tenang, karena kandungan sereh sebagai antidepresan yang dapat menimbulkan rasa rileks dari badan maupun pikiran.

Berikut rencana keperawatan pada pasien NSTEMI dengan diagnosa keperawatan nyeri dada. Adapun luaran setelah dilakukan tindakan keperawatan selama 3 x 24 jam diharapkan tingkat nyeri menurun dengan kriteria hasil keluhan nyeri dan gelisah teratasi. Intervensi terapi pemijatan: Observasi: Mengidentifikasi kontraindikasi terapi pemijatan; Mengidentifikasi kesediaan dan penerimaan dilakukan pemijatan; Memonitor respons terhadap pemijatan. Terapeutik: Menetapkan jangka waktu untuk pemijatan; Memilih area tubuh yang akan dipijat; Membuka area yang akan dipijat; Menutup area yang tidak terpajan; Menggunakan lotion atau minyak untuk mengurangi gesekan; Melakukan pemijatan secara perlahan; Mengajarkan relaksasi Benson. Edukasi: Menganjurkan rileks selama pemijatan.

Pada pelaksanaan intervensi keperawatan dalam penelitian ini, peneliti menuliskan luaran dilakukan selama 3 hari, diharapkan keluhan nyeri dan gelisah teratasi. Dalam penelitian ini, peneliti melakukan intervensi non farmakologi yaitu inovasi relaksasi Benson kombinasi *Foot Hand Massage* dengan minyak sereh pada pasien NSTEMI. Menurut peneliti, rencana keperawatan disusun oleh perawat untuk merencanakan langkah-langkah perawatan yang diperlukan bagi seorang pasien seperti, mengidentifikasi masalah, menentukan prioritas, dan memberikan standar perawatan. Memberikan intervensi inovasi tidak hanya semata untuk memberikan rasa nyaman kepada pasien, tetapi juga turut mengajarkan kepada pasien untuk bisa melakukan terapi secara mandiri jika mengalami hal yang sama saat di luar rumah sakit.

### Implementasi Keperawatan

Implementasi keperawatan menurut Persatuan Perawat Nasional Indonesia (PPNI) 2018 adalah melibatkan penerapan intervensi keperawatan yang telah direncanakan untuk

memenuhi kebutuhan kesehatan klien. Implementasi ditetapkan setelah dilakukan pengkajian dan penetapan masalah prioritas.

Implementasi dilakukan kepada pasien dengan cara melakukan pengkajian seperti, mengkaji keadaan umum pasien, mengkaji tanda-tanda vital pasien, mengkaji skala nyeri, mengkaji kesiapan pasien, dan mengkaji kesiapan perawat. Kemudian pada tahap kerja menanyakan keluhan nyeri pada pasien, kemudian memposisikan pasien senyaman mungkin, lalu membaca Basmallah dan memulai tindakan. Tindakan pertama dengan *Hand Massage*, setelah memastikan posisi pasien berada pada posisi yang nyaman, menungkan minyak sereh ke atas tangan peneliti yang kemudian dioleskan secara lembut ke bagian telapak tangan pasien.

Teknik yang digunakan adalah merambatkan ibu jari untuk memijat dan memulai dari pangkal ibu jari, kemudian telunjuk, jari tengah, jari manis, dan kelingking. Lalu teknik berikutnya adalah menarik setiap jari tangan. Kemudian, memijat telapak tangan bagian atas yang kemudian dilanjutkan dengan merambatkan ibu jari dibagian telapak tangan yang membuat beberapa baris pijat. Pada *hand massage* dilakukan selama 10 menit, kemudian dilanjutkan ke area kaki. Pada *Foot Massage*, tuang kembali minyak sereh ke tangan peneliti, lalu oles secara lembut ke bagian atas atau pangkal ibu jari kaki, kemudian tekan menggunakan ibu jari dengan menggunakan teknik merambat, lakukan sampai kelima jari dipijat. Kemudian, lanjutkan dengan merambatkan ibu jari di bagian telapak kaki bawah membuat beberapa baris pijatan kearah telapak kaki, kemudian menerapkan teknik menarik jari-jari kaki dimulai dari ibu jari sampai seterusnya 5 jari kaki kiri dan kanan secara bergiliran. Bersihkan kaki pasien dari minyak menggunakan handuk atau tissue. Setelah 10 menit pada *foot massage*, berikan *reinforcement* positif dan lakukan kontrak waktu pertemuan selanjutnya. Setelah tindakan selesai, evaluasi hasil skala nyeri sebelum dan sesudah dilakukan tindakan dan dokumentasikan pada catatan dengan menyertakan waktu, tanggal, dan jam pelaksanaan. Serta mencatat hasil tanda-tanda vital sebelum dan sesudah tindakan.

### Evaluasi Keperawatan

Tanggal dan Jam sebelum intervensi inovasi	Sebelum Intervensi Inovasi	Tanggal dan Jam setelah intervensi inovasi	Setelah Intervensi Inovasi



13/12/2023 08.10	- TD : 155/81 mmHg  - HR : 113 x/menit  - RR : 25 x/menit  - Skala Nyeri : 4	13/12/2023 08.30	- TD : 133/74 mmHg  - HR : 102 x/menit  - RR : 22 x/menit  - Skala Nyeri : 3
14/12/2023 15.15	- TD : 134/82 mmHg  - HR : 111 x/menit  - RR : 21 x/menit  - Skala Nyeri : 3	14/12/2023 15.35	- TD : 123/81 mmHg  - HR : 102 x/menit  - RR : 20 x/menit  - Skala Nyeri : 2
15/12/2023 15.20	- TD : 122/72 mmHg  - HR : 66 x/menit  - RR : 19 x/menit  - Skala Nyeri : 2	15/12/2023 15.40	- TD : 116/73 mmHg  - HR : 62 x/menit  - RR : 18 x/menit  - Skala Nyeri : 1

Berdasarkan tabel 1, intensitas nyeri dada pada pasien sebelum diberikan intervensi relaksasi Benson dikombinasi *Foot Hand Massage* dengan minyak Sereh pada skala 4 atau nyeri sedang dan pasien mengeluhkan terasa nyeri, dan setelah diberikan intervensi inovasi keluhan nyeri berkurang menjadi skala 3. Pada hari kedua, sebelum dilakukan intervensi skala nyeri 3 kemudian keluhan menurun menjadi skala 2, dan pada hari ketiga sebelum dilakukan intervensi skala nyeri 2 kemudian keluhan nyeri menurun pada skala 1 atau nyeri tidak timbul lagi.

Evaluasi yang dilakukan pada pasien berdasarkan masalah keperawatan prioritas adalah nyeri akut. Evaluasi dilakukan setiap hari setelah pemberian intervensi inovasi kepada pasien. Adapun keluhan nyeri dan gelisah teratasi pada tanggal 15 Desember 2023, sehingga intervensi dihentikan dan pasien pindah ke ruang perawatan. Evaluasi dari pasien dengan diagnosa medis NSTEMI dan diagnosa keperawatan Nyeri akut, pasien mengatakan nyeri sudah tidak timbul

lagi dan pasien mampu melakukan intervensi inovasi secara mandiri.

### KESIMPULAN

Berdasarkan uraian di atas, teknik relaksasi Benson dan *Foot Hand Massage* dengan minyak Sereh terbukti efektif dalam menurunkan intensitas nyeri dada yang dibuktikan dengan penurunan skala nyeri serta mempengaruhi tanda-tanda vital pada pasien yang awalnya meningkat sebelum dilakukan intervensi dan menurun setelah diberikan intervensi. Hal ini merupakan upaya mendukung dan mengkombinasi tindakan keperawatan secara mandiri. Sehingga pasien tidak selalu fokus pada pengobatan farmakologi untuk mengurangi rasa nyeri.

### SARAN

Diharapkan bagi pasien dan keluarga ataupun pembaca mampu menerapkan teknik relaksasi Benson yang dikombinasi *Foot Hand Massage* dengan minyak Sereh untuk mengatasi rasa nyeri dada yang dirasakan ketika suatu saat nyeri timbul.

### DAFTAR PUSTAKA

- (AHA), A. H. A. (2017). *Cardiovascular Disease and Diabetes*. <http://www.org/HEARTORG/Conditions/Diabetes/whyDiabetesMatters/Car%0Adivascular-Disease-Diabetes>
- Abbaspoor, Z., Akbari, M., & Najari, S. (2014). Effect of foot and hand massage in post-cesarean section pain control: a randomized control trial. *Pain Management Nursing: Official Journal of the American Society of Pain Management Nurses*, 15(1), 132–136. <https://doi.org/10.1016/j.pmn.2012.07.008>
- Agustin, A. E., Nabhani, & Mujiono, N. S. (2019). Penerapan Relaksasi Benson Terhadap Pengurangan Skala Nyeri Pada Pasien Dengan Kegawatan Acute Myocardial Infarct.
- Agustini, M. (2016). Self-Efficacy dan Makna Hidup Pada Penderita Penyakit Jantung Koroner. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 4(1), 40–47. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v4i1.3930>
- Anwar, M., Astuti, T., & Bangsawan, M. (2018). Pengaruh Aromaterapi Lavender terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Pasien Paska Operasi Sectio Caesarea. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik*, 14, 84. <https://doi.org/10.26630/jkep.v14i1.1013>
- Hariyanto, A., Hadisaputro, & Supriyadi. (2015). Efektifitas Foot Hand Massage Terhadap Respon Fisiologis dan Intensitas Nyeri pada Pasien Infark Miokard Akut: Studi di Ruang



- ICCU RSUD dr. Iskak Tulungagung. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan (JIKK)*, II, 113–122.
- Jaelani. (2009). *Aroma Terapi* (I, p. 114). Pustaka Populer Obor.
- Kasron. (2016). *Buku Ajar Keperawatan Sistem Kardiovaskuler*. Trans Info Medi (TIM).
- Morita, K. M., Amelia, R., & Putri, D. (2020). Pengaruh Teknik Relaksasi Benson Terhadap Penurunan Nyeri Pada Pasien Post Operasi Sectio Caesarea di RSUD Dr. Achmad Mochtar Bukittinggi. *Jurnal Riset Hesti Medan Akper Kesdam I/BB Medan*, 5(2), 106.  
<https://doi.org/10.34008/jurhesti.v5i2.197>
- Myrtha, & Risalina. (2012). Patofisiologi Sindrom Koroner Akut. In *Cermin Dunia Kedokteran* (Vol.39).  
<https://lib.fkm.ui.ac.id/detail?id=90166&lokasi=lokal>
- PERKI. (2018). Pedoman Tata Laksana Sindrom Koroner Akut. In *Indonesian Heart Association* (p. 76).  
<https://doi.org/10.5694/j.1326-5377.2007.tb01292.x>
- PERKI. (2023). Pedoman Tatalaksana Gagal Jantung. *4th IEEE International Conference on Nano/Micro Engineered and Molecular Systems, NEMS 2009*, 848–853.
- PPNI. (2018). *Standar Intervensi Keperawatan Indonesia* (Set. II). Dewan Pengurus Pusat Perasatuan Perawat Nasional Indonesia.
- Pranawa, & Presley, B. (2022). Penyakit Kardiovaskular. In *NHS*.  
<https://www.nhs.uk/conditions/cardiovascular-disease/>
- Putri, M. T., Aditama, D. S., & Diyanty, D. (2019). Efektivitas aromaterapi sereh (*Cymbopogon citratus*) dengan teknik relaksasi genggam jari terhadap penurunan nyeri pasca sectio caesarea. *Wellness and Healthy Magazine*, 1(2), 187–192.  
<https://wellness.journalpress.id/wellness>
- Riskesdas. (2018). Laporan Riskesdas 2018 Nasional.pdf. In *Lembaga Penerbit Balitbangkes*.
- Solehati, T., Kosasih, C. E., & Anna. (2015). *Konsep dan Aplikasi Relaksasi Dalam Keperawatan Maternitas* (1st ed.). Refikas Aditama.
- Sumiarta, K. (2012). Modul Pelatihan Budidaya dan Pasca Panen Tanaman Sereh (*Cymbopogon Citratus* DC). In *Pusat Studi Ketahanan Pangan Universitas Udayana*.
- Tim Pokja SDKI DPP PPNI. (2018). *Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia Definisi dan Indikator Diagnostik* (1st ed.).
- Tim Pokja SIKI DPP PPNI. (2022). *Standar Intervensi*.
- Titi, H. S. S., Untar, R., & Daryani. (2021). Benson Relaxation Relieve a Pain in Coronary Syndrome Patients. *Proceedings of the 1st Paris Van Java International Seminar on Health, Economics, Social Science and Humanities*, 535, 639–642.  
<https://doi.org/10.2991/aasehr.k.210304.144>
- WHO. (2021). Penyakit kardiovaskular (CVD). In *World Health Organization* (Issue Cvd).
- Wijaya, A. S., & Putra, Y. M. (2013). *KMB 2 Keperawatan Medikal Bedah: Keperawatan Dewasa Teori Dan Contoh Askep* (1st ed.). Nuha Medika.