



**ASUHAN KEPERAWATAN DENGAN MASALAH NYERI AKUT
PADA PENYAKIT JANTUNG KORONER DENGAN PENERAPAN
RELAKSASI BENSON DAN RELAKSASI OTOT PROGRESIF
DI RSPPN PANGLIMA BESAR SOEDIRMAN**

KARYA TULIS ILMIAH

**GREGORIANA ALIMA JESIKA BHOKI
2210701037**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM DIPLOMA TIGA
2025**



**ASUHAN KEPERAWATAN DENGAN MASALAH NYERI AKUT
PADA PENYAKIT JANTUNG KORONER DENGAN PENERAPAN
RELAKSASI BENSON DAN RELAKSASI OTOT PROGRESIF
DI RSPPN PANGLIMA BESAR SOEDIRMAN**

KARYA TULIS ILMIAH

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh
Gelar Ahli Madya Keperawatan**

GREGORIANA ALIMA JESIKA BHOKI

2210701037

UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL "VETERAN" JAKARTA

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM DIPLOMA TIGA

2025

PERNYATAAN ORISINALITAS

Karya Tulis Ilmiah ini adalah hasil karya sendiri, dan semua sumber yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Gregoriana Alima Jesika Bhoki

NIM : 2210701037

Tanggal : Selasa, 15 April 2025

Bilamana dikemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan saya ini, maka saya bersedia bertanggung jawab dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Jakarta, 15 April 2025

Yang Menyatakan



(Gregoriana Alima Jesika Bhoki)

**PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA TULIS
ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai civitas akademik Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Gregoriana Alima Jesika Bhoki

NIM : 2210701037

Fakultas : Fakultas Ilmu Kesehatan

Program Studi : Keperawatan Program Diploma III

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta Hak Bebas Royalti Non Eksklusif (Non-Exclusive Royalti Free Right) atas karya ilmiah saya yang berjudul: “Asuhan Keperawatan Dengan Masalah Nyeri Akut Pada Pasien Penyakit Jantung Koroner Melalui Penerapan Teknik Relaksasi Benson dan Relaksasi Otot Progresif Di RSPPN Panglima Besar Soedirman”.

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti ini Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat dan mempublikasikan KTI saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di: Jakarta

Pada Tanggal 15 April 2025

Yang Menyatakan



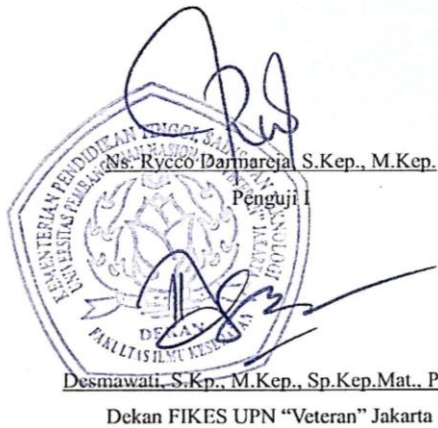
Gregoriana Alima Jesika Bhoki

PENGESAHAN

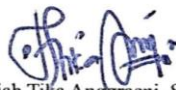
Karya Tulis Ilmiah diajukan oleh:

Nama : Gregoriana Alima Jesika Bhoki
NIM : 2210701037
Program Studi : Keperawatan Program Diploma Tiga
Judul : Asuhan Keperawatan dengan Masalah Nyeri Akut pada
Pasien Penyakit Jantung Koroner dengan Penerapan
Relaksasi Benson dan Relaksasi Otot Progresif di RSPPN
Panglima Besar Soedirman

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan pada Program Studi Keperawatan Program Diploma Tiga, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta.



Ns. Rycco Darmareja, S.Kep., M.Kep.
Penguji I
Desmawati, S.Kep., M.Kep., Sp.Kep.Mat., Ph.D.
Dekan FIKES UPN "Veteran" Jakarta



Ns. Diah Tika Anggraeni, S.Kep., M.Kep.
Penguji II (Pembimbing)



Ns. Diah Tika Anggraeni, S.Kep., M.Kep.
Koordinator Program Studi Keperawatan
Program Diploma Tiga

Ditetapkan di : Jakarta
Tanggal Sidang : 15 April 2025

**ASUHAN KEPERAWATAN DENGAN MASALAH NYERI AKUT
PADA PENYAKIT JANTUNG KORONER DENGAN PENERAPAN
RELAKSASI BENSON DAN RELAKSASI OTOT PROGRESIF
DI RSPPN PANGLIMA BESAR SOEDIRMAN**

Gregoriana Alima Jesika Bhoki

Abstrak

Latar Belakang: Penyakit Jantung Koroner (PJK) adalah gangguan aliran darah ke jantung yang menyebabkan nyeri dada dan sesak, dan dapat dibantu dengan teknik relaksasi seperti Benson dan relaksasi otot progresif untuk mengurangi nyeri. Teknik relaksasi Benson dan relaksasi otot progresif merupakan intervensi nonfarmakologis yang dapat membantu mengurangi intensitas nyeri dan meningkatkan kenyamanan pasien. **Tujuan:** Mengidentifikasi keberhasilan penerapan teknik relaksasi Benson dan relaksasi otot progresif dalam asuhan keperawatan pasien PJK dengan masalah nyeri akut. **Metode:** Studi kasus ini bersifat deskriptif dengan desain single case study pada pasien laki-laki dewasa di RSPPN Panglima Besar Soedirman yang dirawat selama tiga hari. Teknik pengumpulan data meliputi wawancara, observasi, pemeriksaan fisik, dan studi dokumentasi. Intervensi relaksasi dilakukan untuk mengatasi nyeri dada dan dievaluasi melalui respons subjektif pasien dan tanda vital. **Hasil:** Sebelum intervensi, pasien mengeluhkan nyeri dada hebat dengan skala nyeri 8. Setelah dilakukan kombinasi teknik relaksasi Benson dan relaksasi otot progresif selama tiga hari, skala nyeri menurun menjadi 0, disertai peningkatan kualitas tidur, kenyamanan, dan pernapasan. **Kesimpulan:** Teknik relaksasi Benson dan relaksasi otot progresif efektif dalam menurunkan nyeri akut pada pasien PJK.

Kata Kunci : Asuhan Keperawatan, Nyeri Akut, Penyakit Jantung Koroner, Relaksasi Benson, Relaksasi Otot Progresif.

**NURSING CARE FOR ACUTE PAIN IN CORONARY HEART DISEASE
PATIENTS THROUGH BENSON RELAXATION TECHNIQUE
AND PROGRESSIVE MUSCLE RELAXATION
AT RSPPN PANGLIMA BESAR SOEDIRMAN**

Gregoriana Alima Jesika Bhoki

Abstrack

Background: Coronary Artery Disease (CAD) is a condition characterized by impaired blood flow to the heart, leading to chest pain and shortness of breath. Non-pharmacological interventions such as Benson relaxation and progressive muscle relaxation techniques can help reduce pain intensity and improve patient comfort. **Objective:** To identify the effectiveness of Benson relaxation and progressive muscle relaxation techniques in nursing care for patients with CAD experiencing acute pain. **Methods:** This case study employed a descriptive approach using a single case study design involving an adult male patient treated at RSPPN Panglima Besar Soedirman for three days. Data collection techniques included interviews, observation, physical examination, and documentation review. The relaxation interventions were implemented to relieve chest pain and were evaluated based on the patient's subjective responses and vital signs. **Results:** Prior to the intervention, the patient reported severe chest pain with a pain scale of 8. After three consecutive days of combined Benson relaxation and progressive muscle relaxation techniques, the pain scale decreased to 0, accompanied by improvements in sleep quality, comfort, and breathing. **Conclusion:** Benson relaxation and progressive muscle relaxation techniques are effective in reducing acute pain in patients with Coronary Artery Disease.

Keywords: Acute Pain, Benson Relaxation, Coronary Heart Disease, Nursing Care, Progressive Muscle Relaxation.

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa atas rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah yang berjudul “Asuhan Keperawatan dengan Masalah Nyeri Akut pada Pasien Penyakit Jantung Koroner melalui Penerapan Teknik Relaksasi Benson dan Relaksasi Otot Progresif di RSPPN Panglima Besar Soedirman.” Penulis ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Dr. Anter Venus, MA.Comm., Ibu Desmawati, SKP, M.Kep, Sp. Kep, Mat., PhD., Ibu Ns. Cut Sarida Pompey, S.Kep, MNS atas dukungan dan arahan yang diberikan selama proses pembelajaran. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada Kaprogi D3 Keperawatan Ibu Ns. Diah Tika Anggraeni, S.Kep., M.Kep., para dosen FIKES UPNVJ, serta para penguji Ns. Rycco Darmareja, S.Kep., M.Kep. dan Ibu Diah Tika Anggraeni atas masukan dan bimbingannya. Terima kasih yang tulus juga penulis sampaikan kepada kedua orang tua tercinta, Bapak Piter dan Ibu Mertin, keluarga, serta sahabat-sahabat yang senantiasa memberikan doa dan dukungan. Terima kasih kepada diri sendiri yang telah bertahan, terus berjuang meski sering ragu, dan tetap melangkah di tengah kesulitan. Tetaplah berusaha, bahagia, dan terus maju apa pun yang terjadi.

Penulis menyadari bahwasannya masih terdapat kekurangan baik dalam hal pustaka dan penyajiannya. Oleh karena itu, kritik dan saran sangat penulis harapkan sebagai bentuk penyempurnaan Karya Tulis Ilmiah ini.

Jakarta, 20 Maret 2025

Penulis

Gregoriana Alima Jesika Bhoki

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN ORISINALITAS	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KTI.....	iii
PENGESAHAN	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT.....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR BAGAN	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
I.1 Latar Belakang.....	1
I.2 Rumusan Masalah.....	4
I.3 Tujuan	5
I.4 Manfaat	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	8
II.1 Landasan Teori	8
II.2 Konsep Nyeri Akut	37
II.3 Konsep Relaksasi Benson	40
II.4 Konsep Relaksasi Otot Progresif.....	43
II.5 Konsep Asuhan Keperawatan Pasien dengan Penyakit Jantung Koroner	47
II.6 Kerangka Teori	61
II.7 Tabel Penelitian Terdahulu	62

BAB III METODE PENELITIAN	67
III.1 Design Penelitian	67
III.2 Lokasi Dan Waktu penelitian	67
III.3 Instrumen Penelitian	67
III.4 Metode Pengumpulan Data.....	69
 BAB IV PEMBAHASAN	 71
IV.1 Hasil Pengkajian.....	71
IV.2 Pembahasan.....	107
 BAB V PENUTUP	 122
V.1 Kesimpulan	122
V.2 Saran	123
DAFTAR PUSTAKA.....	125
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Intervensi Keperawatan	52
Tabel 2	Penelitian Terdahulu.....	62
Tabel 3	Hasil Laboratorium.....	78
Tabel 4	Hasil Rontgen Thorax	80
Tabel 5	Hasil Echokardiografi.....	80
Tabel 6	Hasil Elektrokardiografi	81
Tabel 7	Daftar Terapi Obat.....	82
Tabel 8	Data Fokus.....	84
Tabel 9	Analisa Data	86
Tabel 10	Intervensi Keperawatan	90
Tabel 11	Hasil Tindakan.....	120

DAFTAR BAGAN

Bagan 1	Pathway Penyakit Jantung Koroner	27
Bagan 2	Kerangka Teori.....	61
Bagan 3	Genogram	73

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	Anterior Jantung	8
Gambar 2	Perikardium	9
Gambar 3	Struktur Jantung.....	11
Gambar 4	Katup Jantung	12

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Penjelasan Penelitian
Lampiran 2	<i>Inform Consent</i>
Lampiran 3	Standar Prosedur Operasional
Lampiran 4	Lembar Observasi
Lampiran 5	Lembar Persetujuan Judul
Lampiran 6	Lembar Pendaftaran Sidang
Lampiran 7	Lembar Kartu Monitoring
Lampiran 8	Dokumentasi Tindakan
Lampiran 9	Hasil Plagiarisme
Lampiran 10	Media Edukasi
Lampiran 10	Surat Pernyataan Bebas Plagiarisme