

**PENGARUH RELAKSASI BENSON TERHADAP
SKALA NYERI DADA PASIEN *UNSTABLE*
ANGINA PECTORIS (UAP) DI RUANG HCU
RUMAH SAKIT UMUM BALI ROYAL**



SKRIPSI

Oleh :

KADEK JULI ARIYANTI

**PROGRAM STUDI SARJANA ILMU KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI
2022**

**PENGARUH RELAKSASI BENSON TERHADAP
SKALA NYERI DADA PASIEN *UNSTABLE*
ANGINA PECTORIS (UAP) DI RUANG HCU
RUMAH SAKIT UMUM BALI ROYAL**

**Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan
Pada Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Usada Bali**

Diajukan Oleh :

**KADEK JULI ARIYANTI
C2121053**

**PROGRAM STUDI SARJANA ILMU KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI
2022**

HALAMAN PERSETUJUAN

PENGARUH RELAKSASI BENSON TERHADAP SKALA NYERI DADA PASIEN *UNSTABLE* *ANGINA PECTORIS (UAP)* DI RUANG HCU RUMAH SAKIT UMUM BALI ROYAL

Diajukan Oleh :

KADEK JULI ARIYANTI
C2121053

Mangupura, 5 Desember 2022

Telah disetujui oleh Dosen Pembimbing

Pembimbing I



Ns. I.A. Agung Laksmi, S.Kep., M.Kep.
NIDN. 0801019002

Pembimbing II



A.A.Kompiang Ngurah Darmawan,SE.,MM
NIDN. 0807108001

Mengetahui
Program Studi Sarjana Ilmu Keperawatan
Ketua



Ns. I Putu Artha Wijaya, S.Kep., M.Kep.
NIDN. 0821058603

HALAMAN PENGESAHAN

**SKRIPSI INI TELAH DIPERTAHANKAN DAN DISAHKAN DI DEPAN
DEWAN PENGUJI PROGRAM STUDI SARJANA ILMU
KEPERAWATAN SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI**

Tanggal : 15 Desember 2022

Yang terdiri dari:

Ketua Penguji



Ns.Putu Wira Kusuma Putra,S.Kep.,M.Kep
NIDN:0807068702

Sekretaris Penguji



Ns. I.A. Agung Laksmi, S.Kep., M.Kep.
NIDN. 0801019002

Anggota Penguji



A.A. Kompiang Ngurah Darmawan,SE.,MM
NIDN. 0807108001

Mengetahui

Program Studi Sarjana Ilmu Keperawatan

Ketua



Ns. I Putu Artha Wijaya, S.Kep., M.Kep.
NIDN. 0821058603

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Kadek Juli Ariyanti
NIM : C2121053
Jurusan : S1 Keperawatan
Judul Skripsi : Pengaruh Relaksasi Benson Terhadap Skala Nyeri Dada Pasien *Unstable Angina Pectoris* (UAP) di Ruang HCU Rumah Sakit Umum Bali Royal

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa Tugas Akhir yang saya tulis benar-benar hasil karya sendiri, bukan merupakan pengambil alihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri. Apabila dikemudian hari dapat dibuktikan bahwa Tugas Akhir ini adalah hasil jiplakan maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Mangupura, 1 Desember 2022


Kadek Juli Ariyanti

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa, atas berkah dan karunia-NYA yang telah diberikan pada penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul " Pengaruh Relaksasi Benson Terhadap Skala Nyeri Dada Pasien *Unstable Angina Pectoris* (UAP) di Ruang HCU Rumah Sakit Umum Bali Royal” tepat pada waktunya. Dalam penyusunan skripsi ini, Penulis banyak mendapat bantuan dari beberapa pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini izinkan penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada :

1. Dr. Ir. I Putu Santika, MM., selaku Ketua STIKES Bina Usada Bali.
2. Ns. I Putu Artha Wijaya, S.Kep.,M.Kep., selaku Ka. Prodi S1 Keperawatan STIKES Bina Usada Bali
3. Ns. I.A. Agung Laksmi, S.Kep., M.Kep., selaku pembimbing I yang telah banyak membantu penulisan dalam penyusunan skripsi ini
4. A.A. KOMPIANG NGURAH DARMAWAN,SE.,MM., selaku pembimbing II yang telah banyak membantu penulisan dalam penyusunan skripsi ini
5. Seluruh Dosen dan Staff STIKES Bina Usada Bali.
6. Rekan-rakan mahasiswa Program Studi Sarjana Ilmu Keperawatan STIKES Bina Usada Bali yang telah banyak membantu dan memberikan dukungan kepada penulis dalam penyusunan skripsi ini.
7. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang telah membantu menyelesaikan skripsi ini.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa penulisan skripsi ini masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu, penulis dengan terbuka menerima segala kritik dan saran yang bersifat membangun dari semua pihak. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat dan menambah ilmu pengetahuan serta wawasan bagi penulis khususnya dari para pembaca umum.

Badung, 1 Desember 2022



Kadek Juli Ariyanti

**SEKOLAH TINGGI ILMU KEPERAWATAN
BINA USADA BALI PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN**

Skripsi, Desember 2022

Kadek Juli Ariyanti

Pengaruh Relaksasi Benson Terhadap Skala Nyeri Dada Pasien *Unstable Angina Pectoris* (UAP) di Ruang HCU Rumah Sakit Umum Bali Royal

(xiv + 76 halaman + 10 tabel + 3 gambar + 14 lampiran)

ABSTRAK

Unstable Angina Pectoris memiliki keluhan nyeri dada khas disebabkan terjadinya penyumbatan pembuluh darah koroner sehingga oksigen tidak dapat disuplai ke sel-sel miokardium mengakibatkan terjadi metabolisme anaerob menyebabkan terjadi penimbunan asam laktat yang menyebabkan nyeri dada. Salah satu terapi non farmakologi sebagai terapi suportif dapat membantu kinerja terapi *gold standar* untuk mengurangi nyeri yang dirasakan oleh pasien relaksasi benson. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui pengaruh relaksasi benson terhadap skala nyeri dada pasien *Unstable Angina Pectoris*.

Penelitian ini menggunakan desain *Quasy Experiment* dengan rancangan *pre-post test with control group design*. Penelitian ini melibatkan 30 responden yaitu 15 orang termasuk kelompok intervensi yang diberikan medikasi dan relaksasi benson dan 15 orang termasuk kelompok kontrol yang diberikan medikasi saja menggunakan teknik sampel *purposive sampling* dan alat ukur menggunakan *Visual Analogue Scale* sebelum dan setelah intervensi.

Hasil penelitian menunjukkan skala nyeri pada kelompok intervensi sebelum diberikan relaksasi benson sebagian besar nyeri sedang (60%), pada kelompok kontrol (73,3%) mengalami nyeri sedang. Skala nyeri pada kelompok intervensi setelah diberikan relaksasi benson sebagian besar nyeri ringan (93,3%), sedangkan pada kelompok kontrol (73,3%) mengalami nyeri sedang. Terdapat pengaruh relaksasi Benson terhadap skala nyeri dada pasien *Unstable Angina Pectoris* dengan nilai $p \text{ value} = 0,001 < 0,05$. Disarankan agar pemberian relaksasi benson di jadikan standar management nyeri nonfarmakologi untuk pasien dengan *Unstable Angina Pectoris*

Kata Kunci: Relaksasi, Nyeri Dada, *Unstable Angina Pectoris*

Sumber Pustaka: 42 (2014-2020)

**HEALTH INSTITUTION OF BINA USADA BALI
BACHELOR DEGREE OF NURSING PROGRAM**

Undergraduate Thesis, Desember 2022

Kadek Juli Ariyanti

The Effect of Benson Relaxation on the Chest Pain Scale of Unstable Angina Pectoris (UAP) Patients in the HCU Ward of Bali Royal General Hospital

(xiv + 76 pages + 10 tables + 3 figures + 14 appendixes)

ABSTRACT

Unstable angina pectoris has a typical chest pain complaint caused by a blockage of the coronary arteries which cause oxygen cannot be supplied to the myocardial cells resulting in anaerobic metabolism causing an accumulation of lactic acid which causes chest pain. One of the non-pharmacological therapies as supportive therapy can help the performance of gold standard therapy to reduce pain felt by Benson relaxation patients. The purpose of this study was to determine the effect of benson relaxation on the chest pain scale of unstable angina pectoris patients.

This study used a quasy experimental design with a pre-post test design with control group design. This study involved 30 respondents, namely 15 respondents in the intervention group who were given Benson medication and relaxation and 15 respondents in the control group who were given medication only using a purposive sampling technique and measuring instruments used the Visual Analogue Scale before and after the intervention.

The results showed that the pain scale in the intervention group before being given Benson relaxation was mostly moderate pain (60%), in the control group (73.3%) experienced moderate pain. The pain scale in the intervention group after being given Benson relaxation was mostly mild pain (93.3%), whereas in the control group (73.3%) experienced moderate pain. There was an effect of Benson's relaxation on the chest pain scale of Unstable Angina Pectoris patients with a p value = 0.001 <0.05. It is recommended that giving Benson relaxation be used as a standard for non-pharmacological pain management for patients with unstable angina pectoris.

Keywords : relaxation, chest pain, unstable angina pectoris

Bibliography : 42 (2014-2020)

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	iv
KATA PENGANTAR	v
ABSTRAK.....	vii
ABSTRACT.....	viii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan Penelitian	5
D. Manfaat Penelitian	6
E. Keaslian Penelitian.....	7

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

A. Konsep <i>Unstable Angina Pectoris</i>	10
B. Konsep Nyeri	13
C. Relaksasi <i>Benson</i>	26
D. Pengaruh Relaksasi <i>Benson</i> Terhadap Skala Nyeri Dada Pasien <i>Unstable Angina Pectoris</i> (UAP).....	29
E. Kerangka Teori	32

BAB III KERANGKA KONSEP, HIPOTESIS DAN DEFINISI

OPERASIONAL

A. Kerangka Konsep	33
B. Hipotesis.....	34

C. Definisi Operasional	35
BAB IV METODE PENELITIAN	
A. Desain Penelitian.....	36
B. Populasi dan Sampel Penelitian	37
C. Tempat Penelitian	39
D. Waktu penelitian	39
E. Etika Penelitian	40
F. Alat Pengumpulan Data.....	42
G. Prosedur Pengumpulan Data	43
H. Pengolahan Data	46
G. Analisis data.....	48
BAB V HASIL PENELITIAN	
A. Kondisi Lokasi Penelitian.....	50
B. Karakteristik Subyek Penelitian.....	51
C. Hasil Analisis Univariat.....	53
D. Hasil Analisis Bivariat.....	54
BAB VI PEMBAHASAN	
A. Mengidentifikasi Karakteristik Pasien <i>Unstable Angina Pectoris</i>	57
B. Mengidentifikasi Skala Nyeri Dada Pasien <i>Unstable Angina Pectoris</i> pada Kelompok Intervensi Sebelum Diberikan Relaksasi Benson dan pada Kelompok Kontrol Sebelum Diberikan Perlakuan Kontrol.....	62
C. Mengidentifikasi Skala Nyeri Dada Pasien <i>Unstable Angina Pectoris</i> pada Kelompok Intervensi Setelah Diberikan Relaksasi Benson dan pada Kelompok Kontrol Setelah Diberikan Perlakuan Kontrol.....	64
D. Menganalisis Perbedaan Skala Nyeri Dada Sebelum Dan Setelah Intervensi pada Pasien <i>Unstable Angina Pectoris</i> (UAP) pada Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol Kontrol	67

E. Menganalisis Perbedaan Efektifitas Relaksasi Benson pada Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol	69
F. Keterbatasan Penelitian	72
G. Implikasi Penelitian.....	72

BAB VII SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan	74
B. Saran.....	75

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN-LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 3.1 Definisi Operasional Pengaruh Relaksasi Benson Terhadap Skala Nyeri Dada Pasien <i>Unstable Angina Pectoris</i> (UAP) di Ruang HCU Rumah Sakit Umum Bali Royal.....	35
Tabel 4.1 Desain Penelitian.....	36
Tabel 5.1 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Umur di Rumah Sakit Umum Bali Royal Tahun 2022.....	51
Tabel 5.2 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Jenis Kelamin di Rumah Sakit Umum Bali Royal Tahun 2022.....	51
Tabel 5.3 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Pendidikan di Rumah Sakit Umum Bali Royal Tahun 2022.....	52
Tabel 5.4 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Pekerjaan di Rumah Sakit Umum Bali Royal Tahun 2022.....	52
Tabel 5.5 Distribusi Frekuensi Skala Nyeri Dada Pasien <i>Unstable Angina Pectoris</i> Sebelum Diberikan Relaksasi Benson pada Kelompok Intervensi dan pada Kelompok Kontrol Sebelum Diberikan Perlakuan Kontrol di Rumah Sakit Umum Bali Royal Tahun 2022.....	53
Tabel 5.6 Distribusi Frekuensi Skala Nyeri Dada Pasien <i>Unstable Angina Pectoris</i> Setelah Diberikan Relaksasi Benson pada Kelompok Intervensi dan pada Kelompok Kontrol Setelah Diberikan Perlakuan Kontrol di Rumah Sakit Umum Bali Royal Tahun 2022...	54
Tabel 5.7 Hasil Analisis Perbedaan Skala Nyeri Dada Sebelum dan Setelah Intervensi pada Pasien <i>Unstable Angina Pectoris</i> (UAP) pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol di Rumah Sakit Umum Bali Royal Tahun 2022.....	55
Tabel 5.8 Hasil Analisis Perbedaan Efektifitas Relaksasi Benson Pada Kelompok Intervensi Dan Kelompok Kontrol di Rumah Sakit Umum Bali Royal Tahun 2022.....	56

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Visual Analog Scale (VAS)	25
Gambar 2.2 Kerangka Teori.....	32
Gambar 3.1 Kerangka Konsep	33

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1: Jadwal Pelaksanaan Penelitian
- Lampiran 2: Permohonan Studi Pendahuluan
- Lampiran 3: Surat Balasan Studi Pendahuluan
- Lampiran 4: Permohonan Menjadi Responden Penelitian
- Lampiran 5: Surat Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 6: Instrumen Penelitian
- Lampiran 7: Prosedur Pelaksanaan Relaksasi *Benson*
- Lampiran 8: Master Tabel
- Lampiran 9: Hasil Analisis
- Lampiran 10: Keterangan Lolos Kaji Etik
- Lampiran 11: Surat Permohonan Ijin Penelitian
- Lampiran 12: Surat Tanggapan Permohonan Ijin Penelitian
- Lampiran 13: Lembar Bimbingan Skripsi
- Lampiran 14:** Foto Dokumentasi

DAFTAR PUSTAKA

- Agustin, E. (2019). Penerapan Relaksasi Benson Terhadap Pengurangan Skala Nyeri Pada Pasien Dengan Kegawatan Acute Myocardial Infarct. Surakarta. Jurnal ITS PKU Muhammadiyah
- American Heart Association. (2020). *Risk factor and Coronary Heart Disease*, [http:// www.Americanheart.org](http://www.Americanheart.org), diunduh, tanggal 23 April 2022.
- Anwar, Basri, (2016). *Dislipidemia sebagai Faktor Risiko Jantung Koroner*. Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera Utara; Sumatera Utara
- Bahri. (2018). *Asuhan Keperawatan Pada Klien Dengan Gangguan System Kardiovaskuler*. Malang : UMM Press
- Candra, Siti. (2018). *Teori Dan Manajemen Stres*. Malang : Taroda
- Corwin. (2018). *Buku Saku Patofisiologi Edisi 5 Revisi 2*. Jakarta: EGC
- Dasna, Indra. (2020). Efektifitas Aroma Bunga Lavender (*Lavandula Angustifolia*) Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada Klien Infark Miokard. *Jurnal Keperawatan Vol 14 No.1*
- Datak, G. (2018). Efektifitas Relaksasi Benson Terhadap Nyeri Pasca Bedah pada Pasien Transurethral Resection of The Prostate di Rumah Sakit Umum Pusat Fatmawati. *Jurnal Health & Sport, Volume 5, Nomor 3*.
- Guyton & Hall. (2014).. *Buku Ajar Fisiologi Kedokteran*. Jakarta : EGC
- Hidayat. (2017). *Metode Penelitian dan Teknik Analisis Data*. Jakarta: Salemba Medika.
- Kabo & Karim. (2018). *Patofisiologi Buku I, Dasar – Dasar Keperawatan*. Jakarta : EGC
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). *Profil Kesehtan Republik Indonesia*. Jakarta : Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI
- Majid, R. (2018). *Hati-Hati dengan Nyeri Dada (Angina)*. Jakarta: Archan
- Mender, W (2017). *Dasar-Dasar Respon Relaksasi*. Bandung : Kaifa

- Miltenberger, R. (2018). *Behavior Modification, Principles And Procedures 3 Thed. Belmont CA* : Wadsworth Thompson Learning
- Mitchell M, M.D. (2018). *Heart and Soul Healing. European Heart Journal* (23/1)
- Myrtha, R. (2019). Patofisiologi Sindrom Koroner Akut. *CDK*, 39(4)
- Notoatmojo. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nursalam. (2020). *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan Edisi 3*. Jakarta: Salemba Medika.
- Pangestika, D. (2019). Hubungan Karakteristik Pasien Sindrom Koroner Akut Dengan Intensitas Nyeri Dada di RS Al Islam Bandung. *Jurnal Kesehatan Aeromedika Vol. 6 No. 2*
- Protter & Perry. (2016). *Buku Ajar Keperawatan Fundamental*. Buku Kedokteran. EGC. Jakarta
- Priharjo. (2018). *Perawatan Nyeri Pemenuhan Aktivitas Istirahat Pasien*. Penerbit Buku Kedokteran: EGC. Jakarta
- Purwanto, S. (2018). *Relaksasi Dzikir. Jurnal Psikologi Universitas Muhammadiyah Semarang. Vol. 18. No. 1*.
- Ridwan, M. (2020). Analisis Karakteristik Nyeri Dada Pada Pasien Sindroma Koroner Akut di Rumah Sakit Umum Daerah Dr. Zainoel Abidin Banda Aceh. *Journal of Medical Science Vol. 1 No. 1*
- Rustono, A (2018). Efektifitas Relaksasi Benson Terhadap Penurunan Skala Nyeri Dada Pada Pasien Sindroma Koroner Akut di Ruang Intermediate Medikal Rumah Sakit Jantung Dan Pembuluh Darah Harapan Kita Jakarta. *Jurnal Kesehatan Vol. 8. No.1*
- Sastroasmoro, S., & Ismael, S. (2018). *Dasar - Dasar Metodologi Penelitian Klinis*. Jakarta: Binarupa Aksara.
- Saryono, M.D. (2015). *Metodologi Penelitian Kualitatif dan Kuantitatif dalam bidang Kesehatan*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Smeltzer & Bare. (2016). *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah*. Jakarta : EGC
- Solehati, T & Kosasih CE. (2018). *Konsep dan Aplikasi Relaksasi dalam Keperawatan*. Bandung : PT Refika Aditama

- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, R&D*. Bandung: CV Alfabeta.
- Sunaryo, T. (2019). Pengaruh Relaksasi Benson Terhadap Penurunan Skala Nyeri Dada Kiri Pada Pasien *Acute Myocardial Infarc* di RS Dr Moewardi Surakarta. *Jurnal Terpadu Ilmu Kesehatan, Volume 4, No 2*
- Trianto. (2018). *Seri Buku Kecil Terapi Alternatif*. Yogyakarta : Yayasan Spiritia
- Ulfa, N.M. (2019). Pengaruh Terapi Relaksasi Benson Terhadap Skala Nyeri *Dismenore* Pada Mahasiswi Keperawatan Stikes St. Elisabeth Semarang. *Jurnal Ilmu Keperawatan Maternitas, Vol 4 No 1*.
- Wulansari, N. (2019). Efektifitas Teknik Relaksasi Benson Dan Nafas Dalam Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada Pasien Yang Dilakukan Perawatan Ulkus Diabetik di RSUD Tugurejo. *Jurnal Media Keperawatan Vol 8 No 1*
- Yusrizal, Santosa. (2017). *Stop Nyeri Sekarang Teknik dan Metode Psikologis Untuk Menangani Berbagai Nyeri Fisik*. Yogyakarta : Talenta Indonesia Mandiri