



**NASKAH PUBLIKASI  
KARYA ILMIAH AKHIR**

**EFEKTIVITAS RELAKSASI PIJAT PUNGGUNG PADA *UNSTABLE* ANGINA  
PECTORIS DENGAN GANGGUAN POLA DAN KUALITAS TIDUR:  
CASE REPORT**

**DISUSUN OLEH:  
HESTI CAHYANINGTYAS  
NIM: 2204077**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BETHESDA  
YAKKUM YOGYAKARTA**

**2023**

EFEKTIVITAS RELAKSASI PIJAT PUNGGUNG PADA *UNSTABLE ANGINA*  
*PECTORIS* DENGAN GANGGUAN POLA DAN KUALITAS TIDUR:  
*CASE REPORT*

Naskah publikasi Karya Ilmiah Akhir

Diajukan dalam rangka memenuhi persyaratan memperoleh gelar Ners

Oleh:

Hesti Cahyaningtyas

NIM: 2204077

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BETHESDA  
YAKKUM YOGYAKARTA

2023

HALAMAN PENGESAHAN

NASKAH PUBLIKASI KARYA ILMIAH AKHIR

EFEKTIVITAS RELAKSASI PIJAT PUNGGUNG PADA *UNSTABLE ANGINA PECTORIS* DENGAN GANGGUAN POLA DAN KUALITAS TIDUR:  
*CASE REPORT*

Oleh:

Hesti Cahyaningtyas

NIM: 2204077

Karya Tulis Ilmiah ini telah diperiksa dan disetujui pada tanggal,  
18 Desember 2023

Mengetahui,

Ketua Prodi Pendidikan Profesi Ners

Dosen Pembimbing

Indah Prawesti, S.Kep., Ns., M.Kep

Christina Yen Kustanti, S.Kep., Ns.,  
M.Pall.C., Ph.D

**EFEKTIVITAS RELAKSASI PIJAT PUNGGUNG PADA *UNSTABLE ANGINA PECTORIS* DENGAN GANGGUAN POLA DAN KUALITAS TIDUR:  
CASE REPORT**

Hesti Cahyaningtyas<sup>1</sup> Christina Yeni Kustanti<sup>2</sup>

**ABSTRAK**

**Hesti Cahyaningtyas** “Efektivitas Terapi Relaksasi Pijat Punggung Pada *Unstable Angina Pectoris* Dengan Gangguan Pola Dan Kualitas Tidur Di Ruang ICCU Rumah Sakit Bethesda Yogyakarta Case Report”.

**Latar Belakang:** Salah satu penyakit kardiovaskuler yang dapat menyebabkan kematian adalah *Unstable Angina Pectoris* (UAP) yang merupakan ketidaknyamanan atau timbulnya nyeri dada yang disebabkan oleh aliran darah dan O<sub>2</sub> yang tidak mencukupi ke jantung. Tanda yang sering muncul pada pasien angina pektoris tidak stabil adalah nyeri dada kiri disaat sedang melakukan aktivitas. Salah satu pengobatan non-farmakologis yang dapat digunakan adalah pijat punggung. Pijat punggung merupakan salah satu tindakan alternatif dan terapi komplementer seperti terapi musik, relaksasi, *guided imagery*, *reflexiologi*, *herbal medicine*, terapi seruhan yang digunakan untuk mengurangi nyeri, cemas, takikardia, hipertensi, dan gangguan pola tidur akibat keluhan yang timbul.

**Gejala Utama:** Mual, ingin muntah, dan nyeri dada kiri hilang timbul.

**Hasil:** Implementasi dilakukan selama dua hari diberikan pijat punggung selama 10 menit setiap intervensi. Hasil menunjukkan bahwa pasien dapat tidur dengan nyaman dan tidak ada hambatan lingkungan.

**Kesimpulan:** Adanya perubahan pemberian pijat punggung untuk membantu meningkatkan kualitas tidur pasien *Unstable Angina Pectoris*.

**Kata Kunci:** Kualitas tidur, pijat punggung, *Unstable Angina Pectoris*.

<sup>1</sup>Mahasiswa STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta

<sup>2</sup>Dosen STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta

**THE EFFECTIVENESS OF RELAXATION THERAPY BACK MASSAGE IN  
UNSTABLE ANGINA PECTORIS WITH IMPAIRED SLEEP PATTERNS  
AND QUALITY: CASE REPORT**

Hesti Cahyaningtyas<sup>1</sup> Christina Yeni Kustanti<sup>2</sup>

**ABSTRACT**

**Hesti Cahyaningtyas** *"The Effectiveness of Back Massage Relaxation Therapy in Unstable Angina Pectoris with Impaired Sleep Patterns and Quality in the ICCU Room of Bethesda Hospital Yogyakarta Case Report"*.

**Background:** One of the cardiovascular diseases that can cause death is Unstable Angina Pectoris (UAP) which is an discomfort or onset of chest pain caused by insufficient blood flow and O<sub>2</sub> to the heart. A sign that often appears in patients with unstable angina pectoris is left chest pain while doing activities. One of the non-pharmacological treatments that can be used is back massage. Back massage is one of the alternative measures and complementary therapies such as music therapy, relaxation, guided imagery, reflexology, herbal medicine, harmony therapy used to reduce pain, anxiety, tachycardia, hypertension, and sleep pattern disorders due to complaints that arise.

**Symptoms:** Nausea, wanting to vomit, and left chest pain disappear. **Results:** Implementation was carried out for two days given back massage for 10 minutes each intervention. The results showed that the patient was able to sleep comfortably and there were no environmental barriers.

**Conclusion:** There are changes in the provision of back massage to help improve the quality of sleep of patients with Unstable Angina Pectoris.

**Keywords:** Sleep quality, back massage, Unstable Angina Pectoris.

<sup>1</sup>Student of Bethesda Institute for Health Science

<sup>2</sup>Lecturer at Bethesda Institute for Health Science

## **A. Latar Belakang**

Penyakit atreri koroner termasuk penyakit arteri koroner stabil asimtomatik, angina stabil, dan sindrom koroner akut. Penyakit atreri koroner stabil asimtomatik biasanya dapat terdeteksi dengan skrining, sedangkan angina stabil ditandai dengan nyeri dada pada saat melakukan aktivitas yang melebihi aktivitas sehari-hari. Salah satu dari penyakit kardiovaskuler yaitu angina pektoris, penyakit ini memiliki gejala klinis khas yaitu nyeri dada, dada terasa sesak seperti ditekan atau diperberat, dan sering menjalar ke lengan kiri. Nyeri dada ini biasanya terjadi pada saat melakukan aktivitas berlebih dan dapat mereda dengan istirahat<sup>[1]</sup>.

Penyakit kardiovaskuler menjadi permasalahan kesehatan global. Data yang diperoleh menyebutkan bahwa angka kematian pada kasus penyakit kardiovaskuler mencapai 17,7 juta orang setiap tahunnya dan 31% merupakan penyebab dari seluruh kematian global<sup>[2]</sup>. Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar tahun 2018 bahwa prevalensi penyakit jantung di Indonesia sebesar 1,5%. Prevalensi tertinggi yaitu sebesar 2,2% di provinsi Kalimantan Utara dan prevalensi terendah 0,7% di Provinsi Nusa Tenggara Timur, sedangkan di Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta sebesar 2% masuk dalam 3 besar provinsi dengan prevalensi penyakit jantung terbanyak di Indonesia<sup>[3]</sup>. Salah satu pengobatan non-farmakologis yang dapat digunakan adalah pijat punggung. Dilakukan pijat punggung dapat membantu mengendurkan otot, meningkatkan sirkulasi darah, mengurangi rasa nyeri, dan kecemasan serta dapat meningkatkan kualitas tidur dengan meningkatkan rasa nyaman.

## **B. Laporan Kasus Kelolaan**

Bapak R dengan usia 55thn, jenis kelamin laki-laki, beralamat di Bantul. Tanggal 20 November 2023 malam datang ke Instalasi Gawat Darurat RS Bethesda Yogyakarta pukul 20.00 WIB. Pasien mengatakan dua hari yang lalu diare kemudian demam, keringat dingin dan nyeri dada. Kemudian diperiksa, pasien mengeluh perut terasa begah, mual, ingin muntah, nyeri dada dan terasa panas. Kemudian pasien mendapat injeksi Ezomprazole 40mg/IV; Metoclopramid 1 amp; Novorapid 4 UI; dilakukan pemeriksaan laboratorium dan pasien dipasang infus ditangan kiri. dengan keluhan rasa mual ingin muntah, demam, dan nyeri dada yang hilang timbul. Pasien dilakukan

pemeriksaan tanda-tanda vital, dengan hasil, tekanan darah 112/70 mmHg; nadi 100x/mnt; suhu 37,9°C; respirasi 24x/mnt; SpO<sub>2</sub> 98% dan pemeriksaan darah. Kemudian pasien diobservasi di Instalasi Gawat Darurat, pukul 23.30 Bapak R dipindahkan ke ruang *Intensive Cardiology Care Unit*. Sesampainya di ruang *Intensive Cardiology Care Unit* pasien dipasang alat monitoring, tensi otomatis ditangan kanan dan infus sudah terpasang dari Instalasi Gawat Darurat di tangan kiri, lancar, dan O<sub>2</sub> nasal 3 l/mnt. Hasil observasi yang sudah dilakukan di Instalasi Gawat Darurat menunjukkan bahwa pasien terdiagnosa *Unstable Angina Pectoris (UAP)*.

### C. Pembahasan

Bapak R dirawat di ruang *Intensive Cardiology Care Unit* sudah satu hari, pasien mengatakan bisa istirahat, namun pada hari ke -dua tidur terganggu karena ada pasien baru yang teriak-teriak dan marah-marah. Ditambah keluhan mual dan dinginnya AC ruangan yang membuat pasien menjadi sulit untuk tidur. Penulis memberikan intervensi dengan pijat punggung. Intervensi dilakukan selama dua hari, setiap pemberian pijat punggung selama 10 menit. Hari pertama dilakukan intervensi oleh penulis, pasien mengatakan pijatan terasa nyaman dan tidak terlalu keras. Penulis melakukan pijat punggung kepada pasien selama 10 menit. Kemudian saat penulis hendak mengevaluasi setelah diberikan pijatan punggung, pasien masih tertidur. Setelah pasien terbangun untuk makan siang, penulis menanyakan bagaimana setelah diberikan pijat punggung?. Pasien mengatakan jika terbantu dengan dilakukan pijat punggung, pasien sampai ketiduran, pasien berharap nanti malam bisa tidur dengan nyenyak.

Hasil setelah diberikan pijat punggung dihari ke-dua pasien selama 10 menit. Didapatkan bahwa pasien mengatakan badan terasa nyaman, saat dilakukan pijat punggung pasien sampai tertidur, karena terasa nyaman dan membuat mengantuk. Semalam pasien juga dapat tidur dengan nyenyak. Pasien mengatakan sangat terbantu dengan diberikan pijat punggung. Hasil dari evaluasi yang sudah dilakukan penulis, setelah diberikan pijat punggung selama dua hari pasien mengatakan merasa terbantu karena sudah dapat beristirahat dan tidur. Badan juga terasa enak, karena dipijat tidak pegal-

pegal. Hal tersebut didukung oleh tempat tidur pasien digeser menjauh dari pasien yang teriak-teriak, kemudian saat malam pasien tidur dengan dua selimut, supaya tidak kedinginan. Sehingga pemberian terapi relaksasi pijat punggung ini efektif dan dapat melepaskan ketegangan otot (relaksasi), meningkatkan sirkulasi darah, meningkatkan kualitas tidur yang lebih nyenyak serta meningkatkan durasi tidur.

#### **D. Kesimpulan**

Keluhan utama dari hasil pengkajian yang dilakukan penulis adalah mual ingin muntah, dan keluhan tambahan yang dirasakan adalah nyeri dada hilang timbul dan kurang tidur. Penulis mendapatkan empat diagnosis keperawatan, dan penulis tertarik untuk mengambil masalah keperawatan gangguan pola tidur berhubungan dengan hambatan lingkungan dengan intervensi terapi relaksasi pijat punggung.

Penulis melakukan intervensi terapi relaksasi pijat punggung selama 2 hari dengan waktu 5-10 menit sekali pijat. Dilakukannya terapi relaksasi pijat punggung ini diharapkan dapat membantu pasien dengan kasus *Unstable Angina Pectoris* (UAP) di ruang *Intensive Cardiology Care Unit* dalam meningkatkan kualitas tidur, istirahat dan rasa nyaman karena keluhan yang dirasakan, seperti nyeri dada, sesak napas yang dapat mengganggu kualitas tidur.



## E. Informed Consent

1. Saya Rohadi  
Menyatakan bersedia untuk menjadi pasien laporan tugas akhir mahasiswa dengan  
judul Asuhan Keperawatan pada Risaen dengan Unstable Angina Pectoris (UAP) Di Ruang ICCU Rumah Sakit Bethesda Yakkum Yogyakarta Tahun 2023  
Saya menyatakan bahwa telah membaca dan memahami "Lembar Informasi Subyek" yang berisi informasi yang terkait dengan tugas akhir ini dan ketentuan-ketentuan dalam berpartisipasi sebagai partisipan.

2. Saya menyatakan bahwa peneliti telah memberikan penjelasan secara lisan untuk mempelajari hal-hal terkait dengan informasi tersebut diatas. Saya telah memahaminya dan telah diberi waktu untuk menanyakan hal-hal yang kurang jelas.

3. Saya menyadari bahwa mungkin saya tidak akan secara langsung menerima atau merasakan manfaat dari tugas akhir ini, namun telah disampaikan kepada saya bahwa hasil tugas akhir ini akan berguna untuk meningkatkan pelayanan kesehatan.

4. Saya telah diberi hak untuk menolak memberikan informasi jika saya berkeberatan untuk menyampaikannya.

5. Saya juga diberi hak untuk dapat mengundurkan diri sebagai partisipan pada tugas akhir ini sewaktu-waktu tanpa ada konsekuensi apapun.


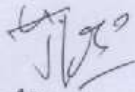
6. Saya mengerti dan saya telah diberitahu bahwa semua informasi yang akan saya berikan akan sepenuhnya digunakan untuk kepentingan studi kasus.

7. Saya juga telah diberi informasi bahwa identitas pribadi saya akan dijamin kerahasiaannya, baik dalam laporan maupun publikasi hasil penelitian. Saya telah menjelaskan kepada Bpk/Ibu Rohadi hal-hal mendasar tentang penelitian ini. Menurut saya, Bpk/Ibu/Sdr tersebut telah memahami penjelasan tersebut.

Nama: Hesti Cahyaningtyas

Status dalam studi kasus ini :

Yogyakarta, 22 November 2023

Tanda Tangan	Tanda Tangan
 (Hesti Cahyaningtyas...)	 (.....Rohadi.....)

## DAFTAR PUSTAKA

- [1] Rosidawati and Aryani, "Gambaran Tingkat Risiko Penyakit Kardiovaskuler Berdasarkan Skor Kardiovaskuler," *Healthc. Nurs. J.*, 2022.
- [2] WHO, "Cardiovascular Diseases.," *World Health Organization*, 2019.  
<https://www.who.int/health-topics/cardiovascular-diseases/>
- [3] RisKesDas, "Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI tahun 2019," *Riset Kesehatan Dasar*, 2019.  
[http://www.depkes.go.id/resources/download/infoterkini/materi\\_rakorpop\\_2018/Hasil Riskesdas 2018.pdf](http://www.depkes.go.id/resources/download/infoterkini/materi_rakorpop_2018/Hasil Riskesdas 2018.pdf)

STIKES BETHESDA YAKKUM