

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Acute Coronary Syndrome (ACS) merupakan bentuk manifestasi dari penyakit jantung iskemik yang muncul akibat terganggunya aliran darah menuju jantung, sehingga menyebabkan kekurangan suplai oksigen pada jaringan jantung. Kondisi ini termasuk dalam kategori Penyakit Tidak Menular (PTM) yang prevalensinya terus meningkat setiap tahun, baik di negara maju maupun di negara berkembang. Secara global, pada tahun 2022 penyakit jantung iskemik diperkirakan memengaruhi sekitar 315,3 juta orang di seluruh dunia dan menyebabkan sekitar 9,2 juta kematian. Wilayah dengan prevalensi tertinggi tercatat di Asia Timur, dengan sekitar 68,7 juta penderita dan angka kematian mencapai 2 juta jiwa. (Mensah et al., 2023).

Menurut laporan *The Global Burden of Diseases, Injuries, and Risk Factors* (GBD) tahun 2023, penyakit kardiovaskular (*cardiovascular disease/CVD*) masih merupakan penyebab utama kematian di seluruh dunia. Pada tahun 2023, tercatat sekitar 19,2 juta kematian akibat CVD secara global, meningkat dari 13,1 juta pada tahun 1990. Selain itu, total beban penyakit yang diukur menggunakan *Disability-Adjusted Life Years* (DALYs) dilaporkan mencapai sekitar 437 juta, dengan rentang ketidakpastian 95% antara 401 hingga 465 juta. Laporan ini juga menunjukkan bahwa penyakit jantung iskemik dan stroke merupakan kontributor terbesar terhadap kematian dan hilangnya tahun kehidupan akibat disabilitas. Secara umum, penyakit kardiovaskular (CVD) masih menyumbang sekitar sepertiga dari total kematian global, dengan beban

tertinggi terjadi di negara-negara berpendapatan menengah seperti Tiongkok, India, dan Indonesia (*GBD 2023; Global, Regional, and National Burden of Cardiovascular Diseases and Risk Factors in 204 Countries and Territories, 1990–2023; GBD 2023 Diseases and Injuries Collaborators, 2025*).

Data Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2024 menunjukkan bahwa terdapat delapan penyakit katastrofik dalam pembiayaan BPJS Kesehatan. Biaya terbesar adalah penyakit jantung, yang membutuhkan Rp19,250 Triliun untuk pembiayaan sebanyak 22.550.047 kasus (Indonesia, 2024). Berdasarkan data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023, prevalensi penyakit jantung pada penduduk Indonesia dari seluruh kelompok umur yang telah didiagnosis oleh dokter tercatat sebesar 0,85% dari total populasi. Angka tersebut menunjukkan bahwa sekitar 8,5 dari setiap 1.000 penduduk di Indonesia menderita penyakit jantung. Prevalensi penyakit jantung berdasarkan diagnosis dokter, terbanyak jenis kelamin perempuan, yakni 0,91% sedangkan laki-laki sebanyak 0,80%. Prevalensi penyakit jantung berdasarkan kelompok usia menunjukkan peningkatan seiring bertambahnya umur, yakni sebesar 1,34% pada usia 45–54 tahun, 2,65% pada usia 55–64 tahun, 4,05% pada usia 65–74 tahun, dan mencapai 4,60% pada kelompok usia 75 tahun ke atas. Sedangkan penyakit jantung untuk semua umur menurut Provinsi, prevalensi tertinggi adalah DI Yogyakarta, yakni sebesar 1,67% (Indonesia, 2023).

Salah satu tanda klinis penting dari penyakit jantung koroner (PJK) adalah Acute Coronary Syndrome (ACS). Acute coronary syndrome (ACS) adalah kondisi yang ditandai dengan perubahan patologis pada dinding arteri koroner, sehingga menyebabkan iskemik miokardium. Istilah ACS ditetapkan pada

spektrum klinis yang meliputi Unstable Angina Pectoris (UAP), non-ST elevasi myocardial infarction (NSTEMI), dan ST-elevasi myocardial infarction (STEMI). Halimuddin, 2016 dalam Lita, (2021). Pasien dengan ACS umumnya mengalami nyeri dada berat sebagai gejala utama, yang seringkali menimbulkan perasaan cemas, stres, dan Meningkatkan aktivitas sistem saraf simpatik, sehingga dapat memperburuk kondisi kardiovaskular pasien (Prasetyo, et al., 2024). Penanganan nyeri pada pasien ACS tidak hanya berpusat pada terapi farmakologis seperti pemberian analgesik opioid atau nitrat, tetapi juga dapat didukung oleh terapi nonfarmakologis untuk membantu menurunkan persepsi nyeri dan kecemasan (Kurniawan & Sari, 2022). Teknik relaksasi terdiri dari berbagai metode yang bertujuan untuk menurunkan ketegangan fisik maupun mental, sehingga dapat membantu mengurangi persepsi terhadap nyeri (Gao et al., 2022).

Metode seperti pernapasan dalam, meditasi, relaksasi otot secara bertahap, dan visualisasi telah terbukti membantu mengurangi stres dan meningkatkan kontrol nyeri. Relaksasi yang mendalam membantu mengurangi aktivitas sistem saraf simpatik, yang berperan dalam respons nyeri, sehingga pasien merasa lebih tenang dan tidak nyeri (Potter & Perry, 2010 dalam Kurniawan & Sari, 20). Salah satu metode nonfarmakologis yang dapat digunakan adalah teknik relaksasi *Five Finger Hypnosis*, yaitu bentuk hipnosis sederhana yang mengombinasikan konsentrasi, sugesti positif, serta stimulasi sensorik melalui sentuhan pada lima jari tangan. Teknik ini bertujuan untuk menciptakan relaksasi mental dan fisik, menurunkan ketegangan otot, serta mengalihkan fokus pasien dari rasa nyeri (Asmara et al., 2024).

ACS tetap menjadi masalah utama kardiovaskular karena meningkatnya angka rawat inap di rumah sakit maupun meningkatnya angka kematian. Penyebab utama terjadinya *Acute Coronary Syndrome* (ACS) adalah aterosklerosis, yaitu penumpukan plak pada pembuluh darah arteri koroner yang menghambat aliran darah menuju miokardium. Kondisi ini dapat menimbulkan iskemia dan infark miokard, yang secara klinis mencakup *Unstable Angina Pectoris* (UAP), *ST-Elevation Myocardial Infarction* (STEMI), serta *Non-ST-Elevation Myocardial Infarction* (NSTEMI) (Maulidah et al., 2022).

Salah satu tempat pelayanan kesehatan di Yogyakarta yang memiliki ruangan *intensif critical care* terkait ACS yaitu ruang ICCU (*intensive coronary care unit*) ialah di Rumah Sakit Bethesda Yogyakarta dimana terdapat pasien-pasien yang mengalami penyakit ACS. Di ruang ICU, sebagian besar pasien merupakan penderita *Acute Coronary Syndrome* (ACS). Untuk mencegah komplikasi berupa nyeri akut yang berkaitan dengan agen pencedera fisik (*iskemia miokard*), mahasiswa Ners perlu melakukan tindakan keperawatan secara dini, dengan pendekatan yang efektif, ekonomis, noninvasif, dan nonfarmakologis sesuai Standar Operasional Prosedur (SOP) yang berlaku. Salah satu intervensi yang dapat diterapkan guna menurunkan intensitas nyeri adalah teknik relaksasi Five-Finger Hypnosis.

Relaksasi *five finger hypnosis* adalah teknik nonfarmakologis yang dikembangkan untuk membantu pasien mencapai kondisi rileks melalui sugesti dan konsentrasi dengan bantuan gerakan jari. Prinsip utama dari pengobatan ini dipercaya dapat memicu otak untuk menghasilkan zat kimia seperti endorfin

dan GABA, yang berfungsi sebagai Pereda rasa sakit alami dalam tubuh. Dengan menciptakan suasana yang nyaman, dan tenang, terapi ini mampu menurunkan persepsi nyeri dan kecemasan pasien. Dalam konteks keperawatan, hipnosis 5 jari dianggap sebagai pendekatan tambahan yang mudah diterapkan, tidak memerlukan alat khusus, dan memiliki efek samping yang sangat kecil (Harisandy et al., 2023).

Terapi hipnosis lima jari memiliki hubungan langsung dengan penurunan nyeri pada pasien ACS karena mampu mengalihkan fokus pasien dari rasa sakit menuju kondisi relaksasi yang lebih positif. Sugesti yang diberikan selama hipnosis memperkuat pikiran bawah sadar pasien untuk mengontrol persepsi nyeri, sehingga intensitas rasa sakit yang dirasakan menjadi lebih ringan. Beberapa penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa metode ini efektif dalam menurunkan skala nyeri pada pasien pascaoperasi maupun pada nyeri akut. Penerapan teknik hipnosis lima jari dapat menjadi alternatif manajemen nyeri yang berfungsi sebagai terapi pendukung terhadap penggunaan obat-obatan di rumah sakit (Syafitri et al., 2025).

Relaksasi *Five Finger Hypnosis*, di dalam bidang keperawatan, tergolong ke dalam intervensi tambahan perawatan yang tidak memerlukan peralatan khusus, mudah dipahami, aman, dan minim efek samping. Dengan demikian, penerapan teknik ini memiliki potensi sebagai metode alternatif yang efektif dalam mengurangi intensitas nyeri pada pasien, khususnya bagi mereka yang mengalami kondisi akut seperti *Acute Coronary Syndrome* (ACS) di ruang perawatan intensif seperti ICCU Rumah Sakit Bethesda Yogyakarta (Harisandy, et al., 2023).

Studi awal yang dilakukan peneliti pada tanggal 20 oktober – 06 november 2025 di ruang ICCU Rumah Sakit Bethesda Yogyakarta didapatkan data bahwa pasien yang mengalami ACS sebanyak kurang lebih 20 an. Berdasarkan latar belakang diatas peneliti tertarik mengambil judul Laporan Karya Ilmiah Akhir “Penerapan *relaksasi five-finger hypnosis* terhadap intensitas nyeri pada pasien ACS di ruang ICCU Rumah Sakit Bethesda Yogyakarta 2025”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, diketahui bahwa pasien dengan *Acute Coronary Syndrome (ACS)* sering mengalami nyeri dada akut yang memerlukan penatalaksanaan yang efektif, baik secara farmakologis maupun nonfarmakologis. Salah satu metode nonfarmakologis yang berpotensi membantu menurunkan intensitas nyeri adalah relaksasi *Five Finger Hypnosis*. Berdasarkan hal tersebut, maka dapat dirumuskan masalah keperawatan sebagai berikut:

“Bagaimana penerapan relaksasi *Five Finger Hypnosis* terhadap penurunan intensitas nyeri pada pasien ACS di Ruang ICCU Rumah Sakit Bethesda Yogyakarta tahun 2025?”

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk memberikan gambaran mengenai penerapan teknik relaksasi *Five-Finger Hypnosis* terhadap penurunan intensitas nyeri pada pasien dengan Acute Coronary Syndrome (ACS) di Ruang ICCU Rumah Sakit Bethesda Yogyakarta tahun 2025.

2. Tujuan Khusus

- a. Mampu meningkatkan kemampuan mahasiswa dalam melakukan pengkajian keperawatan pada pasien *Acute Coronary Syndrome* (ACS) dengan nyeri akut di Ruang ICCU Rumah Sakit Bethesda Yogyakarta.
- b. Mampu meningkatkan kemampuan mahasiswa dalam menentukan diagnosa keperawatan pada pasien ACS di Ruang ICCU Rumah Sakit Bethesda Yogyakarta.
- c. Mampu menyusun perencanaan keperawatan yang sesuai dengan kondisi pasien ACS di Ruang ICCU Rumah Sakit Bethesda Yogyakarta.
- d. Mampu melaksanakan implementasi keperawatan secara tepat pada pasien ACS di Ruang ICCU Rumah Sakit Bethesda Yogyakarta.
- e. Mampu meningkatkan kemampuan mahasiswa dalam melakukan evaluasi keperawatan terhadap pasien ACS di Ruang ICCU Rumah Sakit Bethesda Yogyakarta.
- f. Mampu melakukan pendokumentasian keperawatan secara menyeluruh dan sistematis pada pasien ACS di Ruang ICCU.

D. Manfaat Karya Ilmiah

Manfaat karya ilmiah akhir dengan judul “penerapan relaksasi *five finger hypnosis* terhadap intensitas nyeri pada pasien ACS di ruang IMC Rumah Sakit Bethesda Yogyakarta tahun 2025” adalah:

1. STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta.

Sebagai sumber informasi terkait dengan penerapan relaksasi *five finger hypnosis* terhadap intensitas penurunan skala nyeri pada pasien ACS

2. Bagi Pasien.

Mendapatkan relaksasi *five finger hypnosis* sebagai terapi non- farmakologi dalam penurunan intensitas nyeri.

3. Perawat di Ruang ICCU/IMC Rumah Sakit Bethesda.

Karya ilmiah ini dapat dijadikan sebagai referensi tambahan bagi perawat dalam mengembangkan pengetahuan dan keterampilan terkait pemberian intervensi keperawatan secara mandiri, khususnya dalam penerapan teknik relaksasi *Five Finger Hypnosis* sebagai upaya untuk menurunkan intensitas nyeri pada pasien

4. Rumah Sakit Bethesda Yogyakarta. Sebagai referensi untuk menunjang SOP yang ada dan evaluasi yang diperlukan dalam pelaksanaan asuhan keperawatan secara komprehensif khususnya dalam tindakan keperawatan relaksasi *five finger hypnosis*

5. Peneliti Selanjutnya.

Karya ilmiah ini dapat menjadi referensi dan sumber informasi bagi peneliti berikutnya dalam mengembangkan intervensi keperawatan yang ditujukan untuk menangani pasien dengan intensitas nyeri tinggi, khususnya pada pasien *Acute Coronary Syndrome* (ACS) di Ruang ICCU .