

Penerapan Teknik Relaksasi Benson dalam Asuhan Keperawatan Pasien Stemi dengan Nyeri Dada di ICCU

Cica Handayani^{1*}, Nonok Karlina², Muadi³

¹⁻³Program Studi Ilmu Keperawatan dan Ners, Institut Teknologi dan Kesehatan Mahardika, Indonesia

*Penulis Korespondensi: handayanicia109@gmail.com

Abstract. *ST-Elevation Myocardial Infarction (STEMI) triggers severe chest pain due to coronary occlusion, risking increased cardiac workload. Non-pharmacological management, such as Benson's Relaxation, is required as a complementary therapy. This scientific paper aims to analyze nursing care and the effectiveness of Benson's Relaxation Technique in reducing chest pain intensity among STEMI patients in the ICCU at RSD Gunung Jati, Cirebon City. This study used a descriptive qualitative design with a case study approach on Mrs. O (46 years old) presenting with Anteroseptal STEMI. Data were collected through anamnesis, observation, and medical records, with validity ensured via triangulation. The Benson intervention was administered for 15 minutes per session over 3 days. During the initial assessment, the patient presented with severe chest pain (scale 7) and hemodynamic instability (BP: 155/95 mmHg, HR: 110 bpm). The primary nursing diagnosis established was Acute Pain. After 3 days of intervention, the pain decreased progressively from a scale of 7 to 0 (pain completely resolved) and vital signs improved significantly (BP: 122/78 mmHg, HR: 76 bpm). Benson's Relaxation Technique is effective and safe to be utilized as a complementary therapy to reduce chest pain intensity and stabilize hemodynamic status in STEMI patients within the intensive care unit.*

Keywords: *Benson's Relaxation; Chest Pain; ICCU; Nursing Care; STEMI.*

Abstrak. ST-Elevation Myocardial Infarction (STEMI) memicu nyeri dada hebat akibat oklusi koroner yang berisiko meningkatkan beban kerja jantung. Manajemen non-farmakologis seperti Relaksasi Benson diperlukan sebagai terapi komplementer. Karya ilmiah ini bertujuan untuk menganalisis asuhan keperawatan dan efektivitas Teknik Relaksasi Benson dalam menurunkan intensitas nyeri dada pada pasien STEMI di ICCU RSD Gunung Jati Kota Cirebon. Desain penelitian ini adalah kualitatif deskriptif dengan pendekatan studi kasus pada Ny. O (46 tahun) dengan STEMI Anteroseptal. Pengumpulan data menggunakan anamnesa, observasi, dan rekam medis dengan uji keabsahan triangulasi. Intervensi Benson diberikan selama 15 menit per sesi selama 3 hari. Pada pengkajian awal, pasien mengalami nyeri dada berat (skala 7) dan instabilitas hemodinamik (TD: 155/95 mmHg, Nadi: 110 x/menit). Masalah keperawatan utama adalah Nyeri Akut. Setelah 3 hari intervensi, nyeri menurun progresif dari skala 7 menjadi skala 0 (nyeri hilang) dan tanda vital membaik secara signifikan (TD: 122/78 mmHg, Nadi: 76 x/menit). Teknik Relaksasi Benson efektif dan aman ditargetkan sebagai terapi pendamping untuk menurunkan skala nyeri dada serta menstabilkan status hemodinamik pasien STEMI di ruang intensif.

Kata kunci: Asuhan Keperawatan; ICCU; Nyeri Dada; Relaksasi Benson; STEMI.

1. LATAR BELAKANG

Di ranah kesehatan global dan domestik, Penyakit Jantung Koroner (PJK) tetap menduduki posisi teratas sebagai salah satu penyakit non-infeksi dengan angka mortalitas paling masif. Merujuk pada data Kementrian Kesehatan RI, grafik sebaran PJK di Indonesia terus bergerak naik secara berkala, di mana Provinsi Jawa Barat tercatat sebagai salah satu wilayah dengan kontribusi kasus yang menonjol. Dari berbagai variasi Sindrom Koroner Akut (SKA), ST-Elevation Myocardial Infarction (STEMI) dikategorikan sebagai kegawatdaruratan pada sistem kardiovaskular yang menuntut penanganan cepat karena tingkat fatalitasnya yang sangat tinggi. STEMI terjadi akibat adanya oklusi atau penyumbatan total pada pembuluh darah arteri koroner yang umumnya disebabkan oleh rupturnya plak aterosklerosis, sehingga aliran

darah menuju miokardium terhenti mendadak dan mengakibatkan nekrosis atau kematian jaringan otot jantung (Hasanah & Sahrudi, 2022).

Berdasarkan laporan dari World Health Organization (WHO), penyakit jantung merupakan penyebab kematian paling dominan di seluruh dunia dengan estimasi fatalitas yang terus meningkat secara masif setiap tahunnya. Data epidemiologi internasional dari Global Registry of Acute Coronary Events (GRACE) memperlihatkan bahwa sekitar 38% dari total agregat kasus sindrom koroner akut diklasifikasikan secara spesifik ke dalam tipe STEMI. Sementara itu, data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) di lingkup domestik mengonfirmasi bahwa prevalensi kasus infark miokard akut ini telah mencapai persentase yang tinggi di seluruh sebaran wilayah Indonesia dan menyerang kelompok masyarakat tanpa membedakan gender, baik laki-laki maupun perempuan (Alsagaff dkk., 2022).

Manifestasi klinis utama yang paling sering dikeluhkan oleh pasien STEMI dan menjadi alasan utama masuk ke ruang perawatan intensif jantung (Intensive Cardiology Care Unit / ICCU) adalah nyeri dada tipikal atau angina pectoris. Rasa ketidaknyamanan berupa nyeri hebat muncul sebagai dampak langsung dari iskemia pada otot jantung yang disebabkan oleh oklusi lumen arteri koroner di area anteroseptal, di mana kondisi ini menstimulasi akumulasi asam laktat sekaligus memicu keluarnya mediator peradangan yang mengaktifkan ujung saraf nosiseptor simpatis (Putra & Rosid, 2023). Kegagalan dalam mereduksi skala nyeri secara cepat dapat memicu hiperaktivitas sistem saraf simpatis. Akibatnya, sekresi hormon katekolamin atau adrenalin akan melonjak drastis, yang secara klinis bermanifestasi pada kondisi takikardia, penciutan pembuluh darah (vasokonstriksi), serta lonjakan tekanan darah, yang lambat laun akan memperberat beban kerja miokardium (myocardial workload) sekaligus mempercepat perluasan zona jaringan yang mengalami infark (Wati & Lestari, 2024).

Penatalaksanaan nyeri pada pasien STEMI di ruang intensif dilakukan melalui pendekatan multimodal. Secara medis, terapi farmakologis seperti antiplatelet, nitrat, dan analgesik opioid (seperti morfin) menjadi lini pertama (Pratama & Utami, 2022). Namun, intervensi farmakologis saja belum cukup optimal untuk menurunkan komponen kecemasan psikologis pasien serta memiliki risiko efek samping hemodinamik seperti hipotensi. Oleh karena itu, perawat memiliki peran penting dalam mengintegrasikan intervensi non-farmakologis berbasis bukti (Evidence-Based Nursing) sebagai terapi pendamping untuk memaksimalkan kontrol nyeri (Tim Pokja SIKI DPP PPNI, 2021).

Sebagai alternatif tindakan mandiri perawat, Relaksasi Benson hadir menjadi salah satu terapi komplementer yang dinilai adaptif dan aplikatif. Fondasi utama dari modalitas ini adalah integrasi antara manajemen pernapasan dalam (deep breathing) dengan aspek spiritualitas atau

transendental pasien, di mana pasien diminta melafalkan untaian doa atau kalimat zikir keagamaan secara repetitif berbarengan dengan fase ekspirasi (Bahrudin & Fitriani, 2023). Secara fisiologis, pemusatan perhatian pada aspek spiritual dan regulasi napas yang lambat akan menstimulasi saraf parasimpatis (saraf vagus) sekaligus menekan pusat epinefrin di hipotalamus, sehingga menurunkan produksi hormon stres, menurunkan denyut nadi, merangsang vasodilatasi koroner, serta memicu pengeluaran endorfin sirkulasi yang memblokir transmisi impuls nyeri ke korteks serebri, sehingga persepsi nyeri dada berkurang secara signifikan (Suryani & Wijaya, 2025).

Berdasarkan pengamatan klinis di Ruang ICCU RSD Gunung Jati Kota Cirebon, penanganan nyeri dada pada pasien STEMI sebagian besar masih bertumpu pada aspek farmakologis medis. Di sisi lain, teknik relaksasi berbasis spiritual seperti Benson sangat potensial untuk diaplikasikan karena metodenya yang aplikatif, efisien, tidak memerlukan biaya, serta mudah diterima oleh pasien. Berorientasi pada fenomena tersebut, penelitian studi kasus ini bertujuan untuk menganalisis asuhan keperawatan komprehensif melalui penerapan Teknik Relaksasi Benson dalam menurunkan intensitas nyeri dada serta menstabilkan status hemodinamik pada pasien STEMI di ruang ICCU RSD Gunung Jati Kota Cirebon (Cica Handayani, 2026).

2. KAJIAN TEORITIS

Secara konsep medis, ST-Elevation Myocardial Infarction (STEMI) diidentifikasi sebagai jenis kerusakan otot jantung transmural yang bersifat akut dan permanen akibat adanya hambatan mekanis total pada aliran darah arteri koroner. Hambatan ini menyebabkan jaringan miokardium mengalami defisit asupan nutrisi dan oksigen secara mendadak yang memicu iskemia akut (Elendu dkk., 2023). Manifestasi klinis yang timbul akibat fenomena ini meliputi keluhan nyeri dada khas yang tidak hilang dengan istirahat, sesak napas, diaforesis, mual, pucat, hingga adanya perasaan cemas ekstrem atau ketakutan akan kematian (Prabowo & Surya, 2024). Penegakan diagnosis medis pasien STEMI ditandai secara objektif melalui peningkatan konsentrasi enzim penanda jantung serta adanya pola elevasi segmen ST yang jelas pada pencatatan elektrokardiogram (Islahudin, 2024).

Nyeri akut dalam tatanan keperawatan didefinisikan sebagai suatu pengalaman sensorik serta emosional tidak menyenangkan yang muncul akibat adanya kerusakan jaringan struktural maupun fungsional secara nyata. Masalah keperawatan nyeri akut ini memiliki karakteristik onset yang terjadi secara mendadak dengan tingkat intensitas ringan hingga berat yang berlangsung dalam rentang waktu kurang dari tiga bulan (Tim Pokja SDKI DPP PPNI, 2017).

Respons iskemia pada miokardium bertindak sebagai agen pencedera fisiologis utama yang menstimulasi nosiseptor visceral, sehingga memunculkan data mayor keperawatan seperti keluhan subjektif pasien, ekspresi wajah meringis, gelisah, kesulitan tidur, serta peningkatan denyut nadi (Sanjaya & Pratiwi, 2025).

Terapi Relaksasi Benson merupakan bentuk modifikasi dari teknik penurunan stres yang menggabungkan respons relaksasi fisik pernapasan dalam dengan sistem keyakinan atau nilai transendental yang dianut oleh pasien. Fokus mekanis dari tindakan ini terletak pada pengulangan frasa spiritual secara konstan dan pasif yang mampu menginterupsi aliran pikiran negatif dan kecemasan sirkular pasien (Herbert Benson dalam Widyati, 2025). Pengkondisian relaksasi yang konstan ini secara klinis terbukti efektif dalam memodulasi ambang nyeri melalui aktivasi jaras parasimpatis, meminimalkan ketegangan neuromuskular, serta mengendalikan akselerasi hemodinamik jantung yang merugikan (Epriliyani dkk., 2025).

3. METODE PENELITIAN

Rancangan yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kualitatif yang bersifat deskriptif dengan menerapkan desain pendekatan studi kasus klinis. Penggunaan desain studi kasus ini ditujukan untuk mengeksplorasi, menjabarkan, dan menganalisis secara mendalam dan terperinci mengenai fenomena penerapan asuhan keperawatan nyata dalam konteks tatanan klinis yang sebenarnya (Rusdin, 2023). Fokus analisis utama diarahkan pada evaluasi efektivitas pemberian intervensi mandiri keperawatan teknik relaksasi Benson dalam memodulasi masalah keperawatan nyeri akut pada pasien yang mengalami serangan STEMI (Wagiran, 2019).

Subyek yang dikelola dalam penelitian studi kasus tunggal ini adalah seorang pasien perempuan berinisial Ny. O yang berusia 46 tahun dengan diagnosis medis STEMI Anteroseptal. Pelaksanaan pengumpulan data klinis asuhan keperawatan dilakukan di lingkungan Ruang ICCU RSD Gunung Jati Kota Cirebon, dengan rentang waktu implementasi yang berjalan selama tiga hari berturut-turut mulai dari tanggal 10 Maret hingga 12 Maret 2026. Instrumen yang digunakan untuk mengumpulkan data meliputi format pengkajian asuhan keperawatan intensif kardiovaskular, pedoman wawancara anamnesa, lembar observasi skala nyeri Numeric Rating Scale (NRS), serta pencatatan parameter monitor tanda-tanda vital pasien (Syapitri, 2021).

Uji keabsahan data dilakukan melalui teknik triangulasi sumber data dan ketekunan observasi secara berkesinambungan di ruang intensif. Triangulasi dilaksanakan dengan membandingkan data subjektif dari keluhan pasien dengan hasil pemeriksaan objektif

penunjang seperti rekaman EKG 12 sadapan dan pemeriksaan enzim troponin (Latifah, 2023). Analisis data dilakukan secara naratif deskriptif dengan membandingkan nilai parameter respons klinis, skala nyeri, dan status hemodinamik pasien sebelum dan sesudah diberikan intervensi teknik relaksasi Benson selama 15 menit per sesi (Cica Handayani, 2026).

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Klinis dan Pengkajian Pasien

Pengkajian awal pada Ny. O dilakukan pada hari kedua perawatan di ruang ICCU RSD Gunung Jati Kota Cirebon dengan keluhan utama nyeri dada sebelah kiri. Pasien melaporkan karakteristik nyeri dada tipikal seperti ditindih beban berat yang muncul mendadak dengan skala nyeri berada pada angka 7 (nyeri berat) berdasarkan parameter Numeric Rating Scale (NRS). Selain itu, pasien mengalami sesak napas ringan dan keluhan dada berdebar-debar. Hasil pemeriksaan fisik menunjukkan tanda-tanda vital yang mengalami instabilitas hemodinamik, yaitu tekanan darah melonjak mencapai 155/95 mmHg dan frekuensi nadi takikardia sebesar 110 x/menit, serta hasil pemeriksaan rontgen dada mengonfirmasi adanya kardiomegali.

Analisis Masalah Keperawatan Utama

Berdasarkan data pengkajian tersebut, rumusan masalah keperawatan prioritas yang ditegakkan secara definitif pada Ny. O adalah Nyeri Akut berhubungan dengan Agen Pencedera Fisiologis berupa iskemia jaringan otot miokardium (D.0077). Penegakan diagnosis keperawatan ini didasarkan pada manifestasi data mayor berupa keluhan nyeri dada visceral, ekspresi wajah meringis kesakitan, sikap protektif memegang area dada kiri, serta perilaku gelisah akibat sympathetic overload (Tim Pokja SDKI DPP PPNI, 2017). Masalah keperawatan penyerta lainnya yang ditemukan pada pasien akibat dampak perawatan tirah baring lama di ruang intensif adalah Penurunan Curah Jantung (D.0008) dan Konstipasi (D.0049).

Analisis Penerapan Intervensi Relaksasi Benson

Implementasi tindakan mandiri keperawatan unggulan berupa Teknik Relaksasi Benson dilaksanakan secara konsisten selama tiga hari perawatan dengan durasi 15 menit per sesi. Dalam penerapannya, Ny. O dibimbing untuk mengombinasikan teknik pernapasan dalam dengan pelafalan kalimat zikir spiritual "Astagfirullah" yang diucapkan secara berulang dan pasrah saat fase mengembuskan napas. Secara fisiologis, stimulasi pernapasan yang lambat dan fokus spiritual pada teknik Benson ini mampu menekan aktivitas pusat epinefrin di hipotalamus dan mengaktifkan saraf parasimpatis lewat saraf vagus, yang berimplikasi langsung pada

penurunan sekresi hormon stres dan merangsang vasodilatasi koroner (Suryani & Wijaya, 2025).

Evaluasi Efektivitas Penurunan Skala Nyeri

Dampak klinis dari pemberian teknik relaksasi Benson memperlihatkan hasil reduksi nyeri yang signifikan dan progresif pada pasien dari hari ke hari. Detail perubahan respons subjektif dan objektif Ny. O selama periode implementasi dirangkum dalam tabel di bawah ini:

Tabel 1. Analisis Respon Klinis Pasien Sebelum dan Sesudah Intervensi Relaksasi Benson.

Waktu Pelaksanaan	Kondisi Sebelum Tindakan	Kondisi Sesudah Tindakan	Interpretasi Hasil Klinis
Hari ke-1 (10/03/2026)	Mengeluh nyeri dada kiri skala 7, wajah meringis, gelisah, TD: 155/95 mmHg, Nadi: 110 x/menit.	Pasien tampak lebih rileks, napas teratur, skala nyeri menurun menjadi 4, Nadi: 94 x/menit.	Terapi awal membantu memicu respons relaksasi dan menurunkan persepsi nyeri akut.
Hari ke-2 (11/03/2026)	Mengeluh nyeri dada hilang timbul dengan skala 4, TD: 130/80 mmHg, Nadi: 92 x/menit.	Pasien merasa lebih tenang, ekspresi meringis berkurang, skala nyeri turun menjadi 3.	Pasien mulai mampu membangun mekanisme koping mandiri yang efektif.
Hari ke-3 (12/03/2026)	Nyeri dada kiri terasa sangat tipis dengan skala 3, wajah tidak gelisah.	Pasien merasa sangat nyaman, segar, nyeri dada hilang (skala 0), TD: 118/75 mmHg, Nadi: 74 x/menit.	Teknik Benson efektif mengatasi nyeri dada sepenuhnya dan menstabilkan hemodinamik.

Sumber: Data Primer Kelolaan Klinis (Cica Handayani, 2026).

Melalui bimbingan relaksasi yang terstruktur, asidosis intraseluler akibat penumpukan asam laktat dapat diminimalkan seiring dengan perbaikan perfusi oksigen ke miokardium (Putra & Rosid, 2023). Stimulasi spiritual zikir juga memicu pengeluaran neurotransmitter endorfin di sistem saraf pusat yang bekerja memblokir hantaran sinyal nyeri pada kornu posterior medula spinalis berdasarkan *Gate Control Theory* (Bahrudin & Fitriani, 2023). Hasil evaluasi akhir keperawatan pada hari ketiga membuktikan bahwa masalah nyeri akut dan instabilitas curah jantung pada Ny. O berhasil teratasi sepenuhnya, ditandai dengan hilangnya keluhan nyeri dada, wajah yang tampak segar, serta pencapaian nilai tanda-tanda vital yang stabil di dalam rentang klinis yang aman (Epriliyani dkk., 2025).

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Pelaksanaan asuhan keperawatan komprehensif pada Ny. O dengan diagnosis STEMI Anteroseptal di ruang ICCU RSD Gunung Jati Kota Cirebon membuktikan bahwa masalah keperawatan utama nyeri akut berhasil diatasi dengan sangat efektif. Penerapan inovasi intervensi non-farmakologis melalui Teknik Relaksasi Benson yang diberikan selama 15 menit

per sesi dalam rentang waktu 3 hari menunjukkan adanya penurunan intensitas nyeri dada yang signifikan secara bertahap dari skala berat (skala 7) hingga nyeri hilang sepenuhnya (skala 0). Selain menurunkan persepsi nyeri secara subjektif, intervensi komplementer berbasis spiritual ini teruji aman dan efektif dalam membantu memulihkan serta menjaga stabilitas status hemodinamik pasien, yang ditunjukkan dengan penurunan frekuensi nadi takikardia menjadi normal dan kembalinya tekanan darah ke dalam rentang klinis yang optimal.

Berdasarkan keberhasilan hasil studi kasus ini, disarankan bagi pihak manajemen Rumah Sakit dan tenaga keperawatan klinis di Ruang ICCU RSD Gunung Jati untuk mulai mengintegrasikan Teknik Relaksasi Benson ke dalam protokol Standard Operating Procedure (SOP) resmi sebagai terapi non-farmakologis pendamping baku dalam manajemen nyeri dada pasien sindrom koroner akut. Bagi institusi pendidikan kesehatan, hasil karya ilmiah ini diharapkan dapat dijadikan sebagai tambahan referensi literatur berbasis bukti (evidence-based practice) dalam pengembangan materi asuhan keperawatan kritis kardiovaskular. Sementara bagi pasien dan keluarga, teknik relaksasi Benson ini direkomendasikan untuk terus diaplikasikan secara mandiri di rumah sebagai strategi koping yang efisien dan aplikatif dalam mengontrol nyeri serta menurunkan kecemasan pascaperawatan dari rumah sakit.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Rektor dan Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan dan Ners Institut Teknologi dan Kesehatan Mahardika Cirebon yang telah memberikan dukungan fasilitas akademis selama penyusunan karya ilmiah ini. Ucapan terima kasih juga ditujukan kepada Direktur beserta staf keperawatan Ruang ICCU RSD Gunung Jati Kota Cirebon yang telah memberikan izin, kesempatan, dan bantuan akses data klinis selama proses pelaksanaan studi kasus. Secara khusus, penulis mendedikasikan apresiasi terdalam kepada dosen pembimbing utama, Nonok Karlina, M.Kep., Ns., Sp.Kep. MB, atas bimbingan, arahan, dan kesabaran yang luar biasa, serta kepada orang tua tercinta yang senantiasa memberikan doa dan motivasi hingga karya ilmiah akhir ners ini dapat diselesaikan dengan baik.

DAFTAR REFERENSI

- Al-Jubouri, M. B., & Ahmed, F. (2021). Effectiveness of Benson Relaxation Technique on Pain Intensity among Patients with Acute Coronary Syndrome. *Quasi Experimental Study*, 50-55.
- Alsagaff, M. Y., dkk. (2022). Faktor Risiko dan Karakteristik Klinis Pasien Sindrom Koroner Akut. *Jurnal Kardiovaskular Indonesia*, 14(2), 85-93.

- Bahrudin, M., & Fitriani, A. (2023). Efektivitas Terapi Relaksasi Benson terhadap Penurunan Intensitas Nyeri dan Kecemasan pada Pasien dengan Gangguan Sistem Kardiovaskular. *Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 9(1), 34-42.
- Bator, R. J., Bryan, A. D., & Schultz, P. W. (2011). Who Gives a Hoot?: Intercept Surveys of Litterers and Disposers. *Environment and Behavior*, 43(3), 295–315. <https://doi.org/10.1177/0013916509356884>.
- Elendu, C., dkk. (2023). Pathophysiology and Emergency Management of ST-Elevation Myocardial Infarction (STEMI). *Global Journal of Medical Research*, 23(1), 12-20.
- Epriliyani, F., & Kurniawan, H. (2025). Penerapan Intervensi Keperawatan Teknik Relaksasi Benson untuk Menurunkan Nyeri Dada pada Pasien Sindrom Koroner Akut (SKA) di Ruang Rawat Intensif Jantung. *Jurnal Keperawatan Klinis*, 13(1), 45-53.
- Ghafari, S., dkk. (2022). The Effect of Benson's Relaxation Technique on Chest Pain and Anxiety in Patients with Acute Myocardial Infarction. *Journal of Clinical Nursing Research*, 11(3), 112-119.
- Handayani, C. (2026). *Penerapan Teknik Relaksasi Benson dalam Asuhan Keperawatan Pasien ST-Elevation Myocardial Infarction (STEMI) dengan Nyeri Dada di Ruang ICCU RSD Gunung Jati Kota Cirebon Tahun 2026*. Karya Ilmiah Akhir Ners, ITEKs Mahardika.
- Hasanah, S. N., & Sahrudi, O. (2022). Karakteristik Klinis dan Penatalaksanaan Pasien ST-Elevation Myocardial Infarction (STEMI) di Ruang Intensif: Studi Literatur. *Jurnal Medika Jantung*, 4(2), 76-84.
- Hasanpour, M., dkk. (2023). Comparison of Benson's Relaxation and Deep Breathing Exercises on Hemodynamic Parameters and Pain in Myocardial Infarction Patients. *Randomized Controlled Trial*, 18(2), 98-106.
- Hidayati, S. N. (2016). Pengaruh Pendekatan Keras dan Lunak Pemimpin Organisasi terhadap Kepuasan Kerja dan Potensi Mogok Kerja Karyawan. *Jurnal Maksipreneur: Manajemen, Koperasi, dan Entrepreneurship*, 5(2), 57-66. <http://dx.doi.org/10.30588/SOSHUMDIK.v5i2.164>.
- Islahudin, S. (2024). Analisis Biomarker Jantung dan Elektrokardiogram pada Kegawatan STEMI. *Jurnal Kardio Kritis*, 6(1), 22-29.
- Latifah, L. (2023). Standard Operasional Prosedur Relaksasi Benson pada Pasien Gawat Darurat. *Majalah Keperawatan Intensif*, 11(2), 15-21.
- Lestari, D., & Handayani, S. (2023). Penerapan Terapi Napas Dalam Terbimbing Berbasis Spiritual pada Pasien Kardiovaskular yang Mengalami Nyeri Akut. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 26(3), 142-150.
- Prabowo, A., & Surya, R. (2024). Manifestasi Klinis dan Penanganan Awal Chest Pain pada Sindrom Koroner Akut. *Jurnal Kesehatan Kardiovaskular*, 5(1), 40-47.
- Prastika, E., & Rahayu, Y. (2024). Penerapan Relaksasi Benson terhadap Penurunan Nyeri Dada pada Pasien ST Elevation Myocardial Infarction (STEMI). *Jurnal Studi Kasus Keperawatan*, 8(2), 88-95.
- Pratama, A. R., & Utami, S. (2022). Analisis Asuhan Keperawatan Gawat Darurat pada Pasien Infark Miokard Akut dalam Pemenuhan Kebutuhan Aman Nyaman. *Jurnal Keperawatan Darurat*, 10(3), 201-209.

- Putra, M. A., & Rosid, A. (2023). Patofisiologi dan Manajemen Nyeri Dada pada Pasien dengan Sindrom Koroner Akut di Ruang Perawatan Intensif. *Jurnal Keperawatan Intensif*, 7(2), 67-75.
- Risdwiyanto, A. & Kurniyati, Y. (2015). Strategi Pemasaran Perguruan Tinggi Swasta di Kabupaten Sleman Yogyakarta Berbasis Rangsangan Pemasaran. *Jurnal Maksipreneur: Manajemen, Koperasi, dan Entrepreneurship*, 5(1), 1-23. <http://dx.doi.org/10.30588/SOSHUMDIK.v5i1.142>.
- Rusdin, M. (2023). *Metodologi Penelitian Studi Kasus dalam Keperawatan*. Jakarta: Penerbit Sains Medika.
- Sanjaya, I. N., & Pratiwi, A. E. (2025). Analisis Perbedaan Infark Miokard STEMI dan NSTEMI dalam Asuhan Keperawatan Kritis. *Jurnal Keperawatan Resesi*, 12(1), 102-110.
- Solati, M., dkk. (2020). The Impact of Spiritual Religious Relaxation on Physiological Parameters and Chest Pain in STEMI Patients in CCU. *Clinical Trial Study*, 22(4), 210-217.
- Suryani, L., & Wijaya, T. (2025). Pengaruh Kombinasi Terapi Farmakologi dan Terapi Relaksasi Benson terhadap Status Hemodinamik dan Skala Nyeri Pasien STEMI. *Jurnal Eksperimen Klinis Keperawatan*, 14(1), 56-64.
- Syapitri, H. (2021). *Metode dan Instrumen Pengumpulan Data Klinis Keperawatan*. Medan: Yayasan Kita Menulis.
- Tim Pokja SDKI DPP PPNI. (2017). *Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia: Definisi dan Indikator Diagnostik* (Ed 1). Jakarta: DPP PPNI.
- Tim Pokja SIKI DPP PPNI. (2021). *Standar Intervensi Keperawatan Indonesia: Definisi dan Tindakan Keperawatan* (Ed 1). Jakarta: DPP PPNI.
- Tim Pokja SLKI DPP PPNI. (2021). *Standar Luaran Keperawatan Indonesia: Definisi dan Kriteria Hasil Keperawatan* (Ed 1). Jakarta: DPP PPNI.
- Wagiran, W. (2019). *Metodologi Penelitian Keperawatan Deskriptif Kualitatif*. Yogyakarta: Deepublish.
- Wati, L. E., & Lestari, P. (2024). Pengaruh Overload Simpatis terhadap Perluasan Area Infark pada Pasien ST-Elevation Myocardial Infarction (STEMI). *Jurnal Patofisiologi Kardiovaskular*, 8(3), 125-133.
- Widyati, S. (2025). Integrasi Aspek Transendental Benson dalam Terapi Komplementer Keperawatan. *Jurnal Ilmu Holistik*, 10(1), 44-51.