

COMPLEMENTARY THERAPY TO REDUCE CHEST PAIN AND ANXIETY IN CORONARY HEARTH DISEASE

Dadik Dwi Fata Suparda¹, Ninuk Dian Kurniawati², Andri Setiya Wahyudi²

Correspondensi e-mail: ninuk.dk@fkip.unair.ac.id

¹Master of Nursing Programme, Faculty of Nursing, Airlangga University, Indonesia

²Lecturer Faculty of Nursing, Airlangga University, Indonesia

ABSTRACT

Introduction: Coronary heart disease is a health problem that can attack the physical and psychological condition of the patient. Chest pain and anxiety are complaints that are often felt by patients with coronary heart disease. This study aims to review various complementary therapies that can be used to reduce complaints of chest pain and anxiety of coronary heart disease. Methods: a literature review was conducted through four databases (Science direct, Pubmed, ProQuest and Google Scholar) in english language and limited published in the last five years. The keywords used are complementary, anxiety, chest pain, coronary heart disease, ischemia using boolean AND and OR. This Review analysis using the prisma guideline. Results: The results of the study obtained 15 articles of complementary therapy to reduce complaints of chest pain and anxiety of coronary heart disease patients. Conclusion: Complementary therapies to reduce chest pain complaints in patients with coronary heart disease are left sole massage, foot reflexology, Benson relaxation, and dhikr therapy. Complementary therapies to reduce anxiety in patients with coronary heart disease are using aromatherapy, instrumental music, holly Quran, acupressure, hand reflexology, foot reflexology, Benson relaxation, prayer therapy, and dhikr.

ARTICLE INFO

Keywords:

Anxiety; Chest pain;
Complementary; Coronary heart
disease; Therapy

TERAPI KOMPLEMENTER UNTUK MENGURANGI NYERI DADA DAN KECEMASAN PADA PENYAKIT JANTUNG KORONER

ABSTRAK

Pendahuluan: Penyakit jantung koroner merupakan masalah kesehatan yang dapat menyerang kondisi fisik dan psikologis pasien. Nyeri dada dan kecemasan merupakan keluhan yang sering dirasakan oleh pasien penyakit jantung koroner. Penelitian ini bertujuan untuk mereview berbagai terapi komplementer yang dapat digunakan untuk mengurangi keluhan nyeri dada dan kecemasan pasien penyakit jantung koroner. Metode: Tinjauan literatur ditelusuri melalui empat database (Science direct, Pubmed, ProQuest dan Google Scholar) yang menggunakan bahasa inggris dan dipublikasikan dalam lima tahun terakhir. Kata kunci yang digunakan adalah komplementer, kecemasan, nyeri dada, penyakit jantung koroner, iskemia menggunakan boolean AND dan OR. Analisis review ini menggunakan pedoman prisma. Hasil: Hasil penelitian didapatkan 15 artikel terapi komplementer untuk mengurangi keluhan nyeri dada dan kecemasan pasien penyakit jantung koroner. Kesimpulan: terapi komplementer untuk mengurangi keluhan nyeri dada pasien penyakit jantung koroner yaitu pijat telapak kaki kiri, refleksiologi kaki, relaksasi Benson dan terapi dhikir. Terapi komplementer untuk mengurangi kecemasan pasien penyakit jantung koroner yaitu menggunakan aromaterapi, mendengarkan musik instrumental, mendengarkan lantunan Al-Quran, akupresur, refleksiologi tangan, refleksiologi kaki, relaksasi Benson, terapi doa dan dhikir.

DOI:

[10.24252/kesehatan.v17i2.35181](https://doi.org/10.24252/kesehatan.v17i2.35181)

Kata kunci:

Kecemasan; Nyeri Dada;
Komplementer; Penyakit Jantung
Koronar; Terapi

Pendahuluan

Penyakit jantung koroner (PJK) merupakan penyakit yang dapat menyerang kondisi fisik dan psikologis pasien. Nyeri dada, sesak nafas, perubahan tekanan darah dan nadi merupakan contoh keluhan utama yang menyerang kondisi fisik (Chang et al., 2018; Mirwanti & Nuraeni, 2016) sedangkan kecemasan dan depresi merupakan contoh masalah psikologis yang sering dirasakan oleh pasien jantung (Paparrigopoulos et al., 2006). Nyeri dada merupakan keluhan utama pada pasien jantung koroner yaitu seperti diremas, ditekan, ditusuk-tusuk, panas dan juga ada yang seperti tertindih benda berat. Rasa sakit ini biasanya menjalar ke lengan kiri, bahu, leher, rahang dan terkadang tembus sampai kebelakang punggung atau nyeri pada ulu hati. Nyeri pada pasien jantung bisa juga disertai dengan keluhan mual, muntah, sesak, keringat dingin, palpitasi bahkan sinkop (Pranata, 2017). Prognosis, kondisi penyakit dan pengobatan yang pasien terima dapat menyebabkan kecemasan (Saleh et al., 2018). Insomnia, kelelahan, sulit berkonsentrasi, mudah marah, otot tegang merupakan beberapa gejala dari kecemasan (American Psychological Association, 2020). Kecemasan mempunyai dampak yang buruk terhadap perkembangan penyakit, menurunnya kualitas hidup dan berulang kali masuk ke rumah sakit sehingga dapat meningkatkan kejadian kematian (Budiman et al., 2015).

Penyakit jantung merupakan penyumbang kematian didunia sebanyak 31% terutama pada negara yang mempunyai penghasilan rendah dan menengah (WHO, 2015). Penyakit jantung koroner banyak diderita oleh pasien kelompok umur 45-54 tahun, 55-64 tahun, dan 65-74 tahun. Berdasarkan Riskesdas, tahun 2018, prevalensi PJK naik menjadi 1,5%. Kemenkes RI (2017) menyebutkan pada kelompok umur, kasus penyakit jantung paling banyak di rumah sakit dengan kelompok umur 45-64 tahun sejumlah 29.974 kasus dan Jawa timur menjadi urutan ke empat penderita PJK terbanyak di Indonesia. Jenis kelamin yang paling banyak menderita PJK adalah laki-laki (Riskesdas, 2013). Kecemasan pada pasien jantung juga cukup tinggi, pada tingkat kecemasan ringan sampai sedang sebanyak 37% dan kecemasan berat sebanyak 63% (Mirwanti & Nuraeni, 2016).

Nyeri yang dirasakan oleh pasien jantung disebabkan oleh penurunan aliran darah koroner secara tiba-tiba, hal tersebut terjadi dikarenakan sumbatan plak aterosklerosis (Christian W. Hamm et al., 2017). Keluhan nyeri yang dirasakan oleh pasien jantung dapat membuat pasien cemas yaitu mempunyai perasaan takut atau khawatir tentang keadaan hidupnya. Manajemen nyeri dan kecemasan harus segera diberikan untuk mencegah terjadinya aktivasi syaraf simpatis yang dapat menyebabkan takikardi, palpitasi, vasokonstriksi dan peningkatan tekanan darah karena dapat mengganggu pasokan oksigen pada miokard yang mengakibatkan kerusakan pada miokard menjadi lebih luas (Christian W. Hamm et al., 2017; Darmayanti et al., 2022).

Manajemen nyeri dan mengatasi kecemasan secara umum dapat dilakukan secara farmakologi dan non farmakologi (Dadang, 2016; Keihani et al., 2019). Pemberian secara farmakologi pada beberapa pasien dapat menimbulkan efek samping sehingga penggunaan terapi komplementer yang merupakan terapi alternatif yang populer dalam bidang keperawatan (Taghizadeh et al., 2013) direkomendasikan untuk mengurangi kecemasan dan nyeri pada pasien (Adib-Hajbaghery et al., 2015; Cronfalk et al., 2009). Manajemen nyeri secara farmakologi dapat menggunakan obat golongan narkotik opioid, non opioid/NSAID (*Nonsteroid Anti-Inflammatory Drugs*) (Brunner & Suddarth, 2013). Sedangkan untuk terapi non farmakologis untuk mengatasi nyeri secara umum diantaranya dengan teknik pernafasan, audioanalgesia, akupunktur, aromaterapi, kompres panas dingin, *transcutaneous electric nerve stimulations* (TENS), pijat, dan hipnotis (Sri Sat Titi et al., 2021). Mengatasi kecemasan secara farmakologi dapat menggunakan buspirone atau obat anti cemas yang lain dan terapi non farmakologi untuk mengatasi kecemasan secara umum yang dapat dilakukan

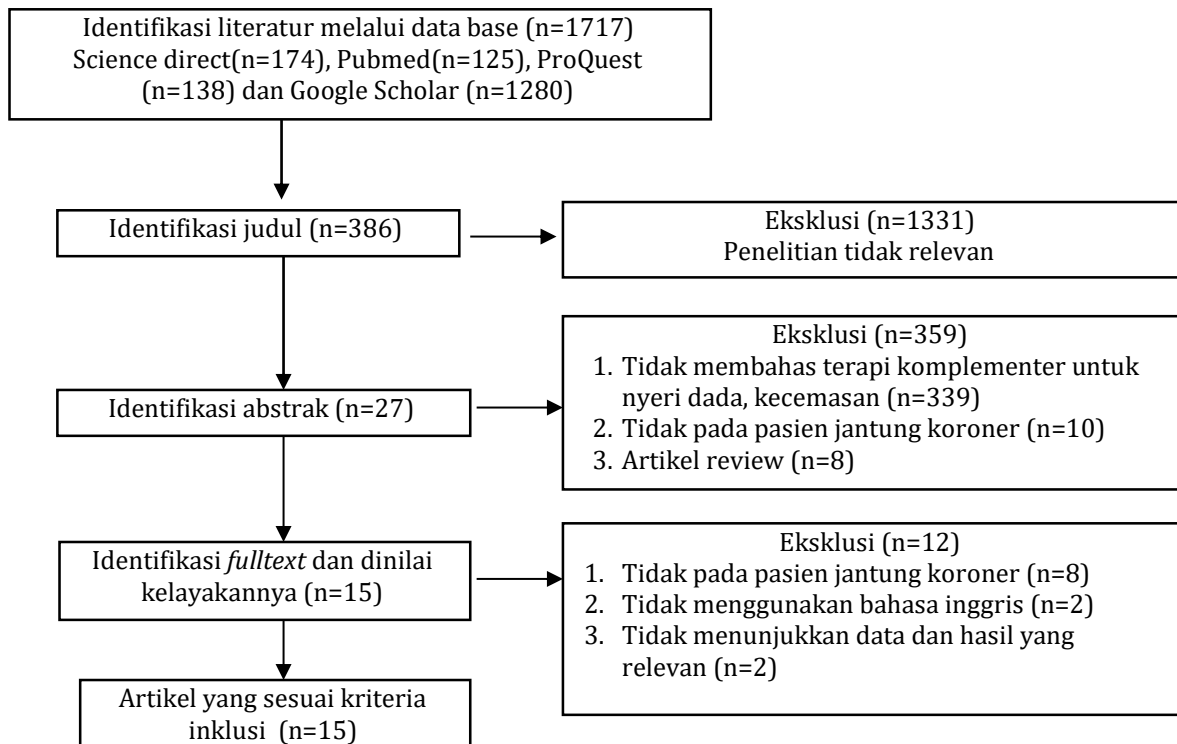
antara lain distraksi, relaksasi, pemberian informasi, aromaterapi dan dukungan rohani (Dadang, 2016; Keihani et al., 2019).

Penelitian komplementer untuk mengatasi nyeri dan kecemasan sudah banyak diteliti oleh para peneliti namun untuk mengatasi atau mengurangi nyeri dada dan kecemasan pada pasien jantung masih terus dilakukan dan dikembangkan untuk meningkatkan status kesehatan pasien. Melakukan review artikel dari beberapa penelitian yang relevan juga harus dilakukan untuk *evidence based* dan beberapa hasil penelitian yang sudah dilakukan juga harus dirangkum. Peneliti melakukan penelitian ini bertujuan untuk melakukan review tentang berbagai terapi komplementer yang dapat digunakan untuk mengatasi atau mengurangi keluhan nyeri dada dan kecemasan yang dirasakan oleh pasien jantung.

Metode Penelitian

Desain, Strategi Pencarian, dan Proses Tinjauan

Metode yang digunakan dalam penelitian adalah *literature review*. Tinjauan literatur ini terdiri dari beberapa artikel asli yang membahas tentang terapi komplementer untuk mengatasi atau mengurangi keluhan nyeri dada dan kecemasan yang dialami oleh pasien PJK. Pencarian literatur dilakukan menggunakan *Medical Subject Heading* (Mesh) pada database seperti Science direct, Pubmed, ProQuest dan Google Scholar. Keyword yang digunakan adalah *complementary, anxiety, chest pain, coronary heart disease, ischemia* menggunakan *boolean AND* dan *OR*. Pertanyaan penelitian dilakukan secara terstruktur menggunakan metode PICO (*Patient, Intervention, Comparison, Outcome*) (Eriksen & Frandsen, 2018). PICO dalam penelitian ini yaitu P (*Patient*): penyakit jantung koroner (unstable angina, nstemi, stemi), I (*Intervention*): berbagai terapi komplementer untuk mengurangi nyeri dada dan kecemasan, C (*Comparison*): tidak ada pembanding, O (*Outcome*): dapat menurunkan atau mengurangi keluhan nyeri dada dan kecemasan. Pencarian jurnal dibatasi pada lima tahun terakhir yaitu tahun 2018 sampai 2022 dan menggunakan bahasa inggris. Tinjauan literatur menggunakan flowchart PRISMA (Gambar.1).



Gambar.1 Diagram Alir PRISMA

Kriteria Inklusi dan Eksklusi

Artikel yang dipilih merupakan artikel yang memenuhi kriteria inklusi (populasi pada pasien PJK, intervensi berupa berbagai terapi komplementer, *compare* yaitu tidak menggunakan pembandingan, *outcome* yaitu intervensi yang dilakukan dapat menurunkan atau mengurangi keluhan nyeri dada dan kecemasan pada pasien PJK, artikel menggunakan bahasa Inggris yang diterbitkan pada tahun 2018-2022) dan kriteria eksklusi (artikel yang tidak melakukan intervensi komplementer pada pasien PJK, tidak *fulltext*, dalam abstrak tidak disebutkan adanya intervensi yang dilakukan, berupa tinjauan, komentar, tesis, disertasi, tidak menggunakan bahasa Inggris dan artikel diterbitkan sebelum tahun 2018).

Hasil

Karakteristik Studi

Dari pencarian empat database didapatkan 1717 artikel dan yang dapat dijadikan kajian dalam literatur ada 15 artikel. Artikel tersebut membahas tentang terapi komplementer untuk mengurangi keluhan nyeri dada dan kecemasan pada pasien jantung. Artikel yang dianalisis merupakan penelitian *randomized controlled trial* (n=9), *experimental* (n=5), dan *case report* (n=1). Penelitian ini dilakukan di Negara Indonesia (n=4) dan Iran (n=11) dengan total responden sebanyak 1298 pasien. Berikut merupakan daftar penelitian terapi komplementer pasien PJK yang tersaji dalam Tabel.1

Tabel 1. Daftar penelitian terapi komplementer pasien penyakit jantung koroner

No	Author	Country	Design	Sample	Intervention	Variable and Instrument	Result
1	(Samadi et al., 2019)	Iran	Randomized Controlled Trial	117 pasien	Memijat telapak kaki kiri pasien dibagian metatarsal 2,3 dan 4 (Adductor hallucis) selama 15 menit	V: Nyeri I: McGill visual pain scale	Pijat pada telapak kaki kiri dapat digunakan sebagai terapi untuk mengurangi nyeri dada
2	(Soleimani et al., 2022)	Iran	Placebo controlled study	64 pasien	Bola kapas yang direndam menggunakan papermint essential oil 100% (diencerkan 1:20 dengan sweet almond oil) kemudian diletakkan 20cm dari hidung pasien selama 1 jam	V: Kecemasan I: State Trait Anxiety Inventory (STAI)	Aromaterapi papermint essential oil dapat mengurangi kecemasan pasien sindrom koroner akut
3	(Sri Satiti et al., 2021)	Indonesia	Pre experimental with the one group pretest posttest	143 pasien	Pasien melakukan relaksasi benson selama 30 menit setiap hari dalam 2 hari	V: Nyeri	Relaksasi benson dapat menurunkan nyeri pada pasien sindrom koroner akut
4	(Moslem	Iran	Double	140	Pasien	V: Kecemasan	Aromaterapi

No	Author	Country	Design	Sample	Intervention	Variable and Instrument	Result
	i et al., 2019)		<i>blind placebo controlled trial</i>	pasien	mendapatkan aromaterapi essential oil of Citrus aurantium L. flowers (30% essential oil dari bunga Citrus aurantium L) 1,5cc yang doleskan pada kain kasa yang diletakkan pada kerah baju pasien selama 20 menit, diberikan 3 kali dalam sehari	I: <i>State Trait Anxiety Inventory</i> (STAI)	menggunakan aroma aurantium L dapat mengurangi kecemasan pasien sindrom koroner akut
5	(Mohammadpoo et al., 2020)	Iran	<i>Semi experimental study</i>	96 pasien	1. Mendengarkan music instrumental (suara lautan) 2. Mendengarkan ayat suci AlQuran surat Al-Isra ayat 78-111 yang dibaca oleh the Master Sa'ad al Ghamdi Mendengarkan musik dan ayat suci Al-Quran pada malam hari menggunakan headphone selama 10 menit	V: Kecemasan I: <i>State Trait Anxiety Inventory</i> (STAI)	Mendengarkan musik dan mendengarkan ayat suci AlQuran dapat menurunkan kecemasan pasien sindrom koroner akut namun intervensi yang paling memberikan efek adalah mendengarkan ayat suci Al-Quran
6	(Vasokolaei et al., 2019)	Iran	<i>Double-blinded randomized placebo controlled trial with a preand post intervention design</i>	135 pasien	1. Acupressure Akupresur dilakukan pada tangan kanan dan kiri selama 10 menit tiap tangan. Pijatan dilakukan pada titik Nei Guan (P6 atau inner gate) dibagian dalam lengan bawah 2. <i>Hand reflexology</i> Tangan dipijat menggunakan metode Ingham.	V: Kecemasan I: <i>State Trait Anxiety Inventory</i> (STAI)	<i>Hand reflexology</i> dan akupresure sama-sama dapat memberikan efek yang baik terhadap kecemasan dan tanda vital pasien penyakit jantung koroner

No	Author	Country	Design	Sample	Intervention	Variable and Instrument	Result
					Pemijatan dilakukan menggunakan ibu jari yang dilakukan mulai dari lengan bawah menuju pergelangan tangan, telapak tangan, punggung tangan dan jari-jari. Pemijatan dilaksanakan selama 10 menit tiap tangan.		
7	(Sayari et al., 2021)	Iran	<i>Double blinded, placebo controlled, randomized controlled trial (RCT)</i>	90 pasien	<i>Foot reflexology</i> dilakukan dengan cara memijat telapak kaki kiri pasien menggunakan kedua ibu jari tangan yang diberikan penekanan. Kaki dipijat dengan gerakan berputar dari bagian tengah ke bagian luar. Pemijatan dilakukan 20 menit selama 3 hari	V: Nyeri Kecemasan I: <i>Visual analogue scale</i>	<i>Foot reflexology</i> efektif untuk menurunkan nyeri dada pasien ima
8	(Alimohammad et al., 2018)	Iran	<i>Randomized clinical trial</i>	70 pasien	Pemijatan dilakukan mulai telapak tangan menuju bahu dan dilanjutkan kaki dari telapak kaki ke otot paha depan femoralis pada bagian titik tertentu dengan waktu 20 menit	V: Kecemasan Tanda vital I: <i>Spielberger State Inventory</i>	<i>Hand and foot surface stroke massage</i> dapat menurunkan kecemasan pasien sindrom koroner akut
9	(Jodaki et al., 2021)	Iran	<i>Blind a randomized controlled trial</i>	60 pasien	Pasien menghirup 5 tetes aromaterapi Rosa damascene essence 40% yang diletakkan di atas kain	V: Kecemasan Kualitas tidur I: <i>The St Mary's Hospital Sleep Quality</i>	Aromaterapi Rosa damascene dapat menurunkan kecemasan pasien dan meningkatkan

No	Author	Country	Design	Sample	Intervention	Variable and Instrument	Result
					penyerap ukuran 10x10 yang ditempelkan di kerah baju pasien (20 cm dari hidung pasien) selama 8 jam (22.00-06.00)	Questionnaire (SMHSQ) <i>The Spiel Berger State-Trait Anxiety Inventory</i> (STAI)	kualitas tidur pasien jantung
10	(Pangestika et al., 2020)	Indonesia	Quasi experimental	52 pasien	Terapi farmakologis dan dhikir (Subhanallah, Alhamdulillah, Allahuakbar, La hawla wala kuwata illa billah) yang diucaokan 33 kali secara pelan selama 17 menit	V: Nyeri I: <i>Numeric Pain Rating Scale</i> (NPRS)	Terapi dhikir kombinasi terapi farmakologis menurunkan nyeri dada lebih baik dibandingkan penggunaan terapi farmakologis saja pada pasien sindrom koroner akut
11	(Rambood et al., 2020)	Iran	Randomized clinical trial	100 pasien	Pasien menghirup aromaterapi lemon essential oil yang dituang ke kapas yang dimasukkan dalam kotak dengan jarak 20 cm dari pasien selama minima 2 jam	V: Tekanan darah Ekg Kecemasan I: Monitor portable cardioset LX 110 <i>The State-Trait Anxiety Inventory</i>	Aromaterapi lemon dapat menurunkan tekanan darah sistolik, kecemasan dan prosentase perubahan segment ST dan gelombang T pasien infark miokard akut
12	(Sadeghi moghadam et al., 2019)	Iran	Quasi experimental study	75 pasien	1. Teknik relaksasi: Teknik relaksasi Benson dilakukan selama 6 kali, sehari 2 kali (jam 9 pagi dan 6 pagi) selama 3 hari dalam 30 menit. 2. Terapi doa: Langkah dalam berdoa yaitu kerendahan hati dengan menerima	V: Kecemasan Harapan I: <i>Beck Anxiety Inventory</i> (BAI), <i>Snyder's Hope Scale</i> (SHS)	Terapi relaksasi dan terapi doa dapat mengurangi kecemasan dan meningkatkan harapan pada pasien jantung koroner

No	Author	Country	Design	Sample	Intervention	Variable and Instrument	Result
					keterbatasan kekuatan dan percaya akan kekuatan lain yang lebih besar untuk menyembuhkan penyakit, menyelarasakan seluruh tubuh, pikiran dan jiwa dengan nafas dalam dan meminta suatu harapan yang ingin dicapai kemudian bersyukur dengan apa yang telah diberikan, meminta petunjuk dan berusaha untuk berubah menjadi pribadi yang lebih baik.		
13	(Shirzadegan et al., 2020)	Iran	Triple-blind, randomized, clinical trial	80 pasien	Pasien menghirup aromaterapi citrus aurantium yang diberikan 3 tetes pada patches yang terhubung pada masker pasien dan dihirup selama 20 menit. Aromaterapi diberikan 2 kali dalam sehari (jam 10-11 pagi dan jam 6-7 malam)	V: Kecemasan Kelelahan I: <i>State-Trait Anxiety Inventory</i> (STAI), <i>The Multidimensional Fatigue Inventory</i> (MFI-20)	Aromaterapi citrus aurantium dapat digunakan untuk mengurangi kecemasan dan kelelahan yang dialami pasien infark miokard akut
14	(Safitri et al., 2021)	Indonesia	Case report study	2 pasien	Pasien melakukan relaksasi benson, prosedurnya yaitu pasien dalam posisi yang nyaman (terlentang atau semi fowler), menutup mata	V: Nyeri I: <i>Numeric rating scale</i> (NRS)	Kombinasi terapi farmakologis dan relaksasi benson dapat menurunkan nyeri dada yang dirasakan pasien infark miokard akut

No	Author	Country	Design	Sample	Intervention	Variable and Instrument	Result
					lanjut relaksasi mulai dari kaki menuju wajah. Mengambil nafas melalui hidung dan menghembuskan melalui mulut dengan mengucap astaghfirullah. S etelah 30 menit pasien mulai membuka mata secara perlahan. Relaksasi dilaksanakan satu kali dalam sehari.		
15	(Bakar et al., 2020)	Indonesia	Quasi Experiment with pre post test control group design	74 pasien	Pasien melakukan relaksasi benson sesuai dengan sop (standart operational prosedur) selama 10 menit dalam 2 hari. SOP relaksasi meliputi mengatur posisi yang nyaman, menutup mata, bernafas pelan, mengendurkan otot dari kaki sampai wajah, menarik nafas dalam melalui mulut dan menghembuskan melalui mulut dengan mengucap dzikir (Hasbunallah wani'mal wakil)	V: Kecemasan Denyut jantung I: <i>Self Rating Anxiety scale</i> (SAS / SRAS)	Kombinasi relaksasi benson dan dzikir dapat menurunkan kecemasan dan denyut jantung pasien jantung

Berdasarkan 15 artikel yang sudah dilakukan analisis, didapatkan literatur yang membahas tentang terapi komplementer untuk mengurangi keluhan nyeri dada dan kecemasan pada pasien jantung. Terapi komplementer yang digunakan untuk mengurangi keluhan nyeri dada pasien jantung yaitu *left sole massage*, *foot reflexology* (Samadi et al., 2019; Sayari et al., 2021), *Benson relaxation* (Safitri et al., 2021; Sri Sat Titi et al., 2021), dan *dhikr therapy* (Pangestika et al., 2020). Sedangkan terapi komplementer yang digunakan untuk mengurangi kecemasan pada pasien jantung yaitu menggunakan aromaterapi (Jodaki et al., 2021; Moslemi et al., 2019; Rambod et al., 2020; Shirzadegan et al., 2020; Soleimani et al., 2022), *instrumental music and holly Quran* (Mohammadpoor et al., 2020), *acupressure*,

hand reflexology, foot reflexology (Alimohammad et al., 2018; Sayari et al., 2021; Vasokolaie et al., 2019), *Benson relaxation, prayer therapy, dhikr* (Bakar et al., 2020; Sadeghimoghaddam et al., 2019)

Diskusi

Terapi komplementer merupakan terapi yang digunakan sebagai pelengkap dari pengobatan utama yang diberikan kepada pasien.

Nyeri Dada

Left Sole Massage and Foot Reflexology

Pijat refleksi kaki dan pijat kaki kiri dapat meredakan nyeri dada yang dialami oleh pasien infark miokard akut (Samadi et al., 2019; Sayari et al., 2021). Penekanan titik reflex pada kaki dapat mengalirkan energi dari kaki ke kepala dan mengalir keseluruh tubuh dimana dapat berdampak pada seluruh tubuh pasien. Jaringan lunak yang disentuh dalam pemijatan dapat mengaktifkan jalur descending endogenous opioid and non-opioid sehingga dapat mengurangi transmisi nociceptive dan nyeri yang dirasakan oleh pasien bisa berkurang (Jain et al., 2006).

Benson Relaxation

Relaksasi Benson dapat menurunkan nyeri dada yang dirasakan oleh pasien sindrom koroner akut (Safitri et al., 2021; Sri Sat Titi et al., 2021). Teknik relaksasi benson merupakan teknik pengalihan fokus rasa sakit ke suasana nyaman atau rileks dimana dalam pelaksanaannya ada kalimat atau kata-kata religius sesuai keyakinan yang dimiliki sehingga dapat mempengaruhi korteks serebral yang dapat meningkatkan proses endogenous analgesia dan menurunkan aktifitas saraf simpatis (Benson & Proctor, 2000).

Dhikr Therapy

Terapi dhikir yang dikombinasikan dengan terapi farmakologi efektif untuk menurunkan keluhan nyeri dada pasien sindrom koroner akut (Pangestika et al., 2020). Terapi dhikir pada intervensi ini dilakukan untuk mengatasi masalah psikologis pasien agar dapat mengurangi konsumsi oksigen sehingga nyeri yang terjadi akibat ketidakseimbangan pasokan darah ke arteri koroner yang membutuhkan oksigen dan nutrisi pada dalam miokard dapat dikurangi. Dhikir yang dilakukan dengan khusuk dapat meningkatkan aktifitas system saraf parasimpatis yang dapat menimbulkan terjadinya relaksasi (DeJongh et al., 2015; Pangestika et al., 2020).

Kecemasan

Aromatherapy

Aromaterapi dapat digunakan sebagai tindakan alternatif untuk menurunkan kecemasan pada pasien jantung (Jodaki et al., 2021; Moslemi et al., 2019; Rambod et al., 2020; Shirzadegan et al., 2020; Soleimani et al., 2022). Aromaterapi yang dipakai antara lain papermint essential oil (Soleimani et al., 2022), essential oil of Citrus aurantium L. flowers. C (Moslemi et al., 2019), Rosa damascene essence 40% (Jodaki et al., 2021), lemon essential oil (Rambod et al., 2020), citrus aurantium (Shirzadegan et al., 2020).

Aromaterapi dapat memengaruhi system limbic pada otak sehingga pasien yang menghirup aroma tersebut bisa merasa lebih tenang (Lin et al., 2019). Aromaterapi merupakan terapi yang menggunakan sari minyak murni atau essensial yang berasal dari

dari tumbuh-tumbuhan, buah, bunga atau pohon. Peppermint essential oil merupakan aromaterapi yang mempunyai sifat anti inflamasi, anti kongesti, anti spasmodic, analgesic, anti oksidan dan anti anxiety (Eghbali et al., 2018; Soleimani et al., 2022). Essential oil of Citrus aurantium L. flowers. C merupakan aromaterapi yang mempunyai sifat anti anxiety, anti inflamasi, anti konvulsan dan anti oksidan (Haj Ammar et al., 2012; Khodabakhsh et al., 2015; Moslemi et al., 2019). Rosa damascene essence 40% merupakan aromaterapi yang mempunyai sifat anti konvulsan, analgesik, anti anxiety dan bersifat hipnotis (Bikmoradi et al., 2016; Hamdamian et al., 2018; Jodaki et al., 2021). Lemon essential oil merupakan aromaterapi yang mempunyai sifat anti oksidan, analgetik, penurun kolesterol, anti bakteri, mengurangi mual muntah selama kehamilan, anti stress dan anti anxietas (Rambod et al., 2020). Citrus aurantium merupakan aromaterapi yang digunakan sebagai herbal penenang, obat tidur, pengobatan depresi, stress dyspepsia, stress colic, dan kecemasan (Ali et al., 2015; Alsen & Eriksson, 2016; Shirzadegan et al., 2020).

Instrumental Music and Holly Quran

Mendengarkan ayat suci Al Quran dan musik instrumental dapat menurunkan kecemasan yang dialami oleh pasien sindrom koroner akut (Mohammadpoor et al., 2020). Gelombang suara pada bacaan ayat suci Al Quran memiliki frekuensi dan panjang gelombang tertentu yang dapat menghasilkan undulasi pada sel sehingga dapat mengembalikan koordinasi dan keseimbangan dalam tubuh (Shirvani & Mirzaeian, 2013). Musik instrumental atau musik tanpa menggunakan suara merupakan salah satu bentuk musik yang dapat menyampaikan emosi, persepsi, perasaan dan kognisi seseorang tanpa perlu dia berbicara (Sheibani Tazraji et al., 2010).

Acupressure, Hand Reflexology and Foot Reflexology

Akupresur, pijat tangan dan kaki merupakan salah satu tindakan nonfarmakologi yang dapat menurunkan kecemasan pada pasien jantung koroner (Alimohammad et al., 2018; Sayari et al., 2021; Vasokolaei et al., 2019). Akupresur merupakan teknik pengobatan tradisional yang menyerupai akupunktur namun tidak menggunakan jarum dalam pengaplikasiannya (McGovern & Lockhart, 2003). Tindakan ini ditujukan untuk merangsang sekresi hormon adrenocorticotropin dan neurotransmitter melalui mekanisme endorphin-mediated (Dastgir & Gastroenterology, 2016). Reflexology dapat melancarkan sirkulasi darah, meningkatkan energy, mempertahankan homeostasis dan memberikan rasa rileks. Hal ini akan memberikan efek terhadap hemodinamik pasien, suplai darah ke organ, menstimulasi meningkatnya sistem parasimpatis dan menurunkan stimulus simpatis pada pasien (Jones et al., 2013). Melakukan pemijatan atau penekanan pada tangan dan kaki dititik tertentu dapat memicu terjadinya sekresi endorphin androgen dalam tubuh sehingga tubuh menjadi lebih rileks dan berenergi (Heidari et al., 2017; Mohammadpoor et al., 2020).

Benson Relaxation, Prayer Therapy and Dhikr

Benson relaxation, prayer therapy, dhikr merupakan salah satu tindakan nonfarmakologi yang dapat menurunkan kecemasan pada pasien jantung (Bakar et al., 2020; Sadeghimoghaddam et al., 2019). Teknik relaksasi secara tidak langsung dapat menghambat peningkatan saraf simpatis seperti menurunkan rangsangan produksi katekolamin. Hal ini mengakibatkan penurunan kebutuhan oksigen oleh tubuh (Ariga, 2019; Rustamaji Wiyatno et al., 2017). Secara spiritual seperti berdoa dan berdhikir, secara otomatis tubuh akan merangsang endorfin hal ini akan membuat perasaan menjadi tenang, aman, tenang serta keyakinan akan adanya kekuatan yang lebih besar akan memberikan kekuatan, kebahagiaan, kenyamanan (Agusmita & Effendy, 2019; Rosyanti et al., 2019; Rustamaji Wiyatno et al., 2017) dan kesembuhan.

Kesimpulan

Terapi komplementer merupakan terapi nonfarmakologis yang digunakan sebagai pelengkap dalam penanganan terapi medis. Terapi komplementer yang digunakan untuk mengurangi keluhan nyeri dada pasien jantung yaitu *left sole massage*, *foot reflexology*, *Benson relaxation*, dan *dhikr therapy*. Sedangkan terapi komplementer yang digunakan untuk mengurangi kecemasan pada pasien jantung yaitu menggunakan aromaterapi, *instrumental music*, *holly Quran*, *acupressure*, *hand reflexology*, *foot reflexology*, *Benson relaxation*, *prayer therapy*, dan *dhikr*.

Ucapan Terima Kasih

Ucapan terima kasih kami tujukan kepada Dekan dan Dosen Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga karena telah mendukung penulisan artikel ini.

Kepentingan

Para penulis tidak memiliki konflik kepentingan apapun.

Daftar Pustaka

- Adib-Hajbaghery, M., Rajabi-Beheshtabad, R., & Arjmand, A. (2015). Comparing the effect of whole body massage by a specialist nurse and patients' relatives on blood cortisol level in coronary patients. *ARYA Atherosclerosis*, *11*(2).
- Agusmita, A., & Effendy, E. (2019). An Anxiety Case Report with Murotal Alqur'an Approach in Woman Who Got Hemodialysis in Universitas Sumatera Utara Hospital, Medan. *Open Access Macedonian Journal of Medical Sciences*, *7*(16), 2695. <https://doi.org/10.3889/OAMJMS.2019.420>
- Ali, B., Al-Wabel, N. A., Shams, S., Ahamad, A., Khan, S. A., & Anwar, F. (2015). Essential oils used in aromatherapy: A systemic review. *Asian Pacific Journal of Tropical Biomedicine*, *5*(8), 601–611. <https://doi.org/10.1016/J.APJT.2015.05.007>
- Alimohammad, H. S., Ghasemi, Z., Shahriar, S., Morteza, S., & Arsalan, K. (2018). Effect of hand and foot surface stroke massage on anxiety and vital signs in patients with acute coronary syndrome: A randomized clinical trial. *Complementary Therapies in Clinical Practice*, *31*, 126–131. <https://doi.org/10.1016/j.ctcp.2018.01.012>
- Alsén, P., & Eriksson, M. (2016). Illness perceptions of fatigue and the association with sense of coherence and stress in patients one year after myocardial infarction. *Journal of Clinical Nursing*, *25*(3–4), 526–533. <https://doi.org/10.1111/JOCN.13088>
- American Psychological Association. (2020). *What's the Difference between Stress and Anxiety?* <https://www.apa.org/topics/stress/anxiety-difference>.
- Ariga, R. A. (2019). Decrease Anxiety among Students Who Will Do the Objective Structured Clinical Examination with Deep Breathing Relaxation Technique. *Open Access Macedonian Journal of Medical Sciences*, *7*(16), 2619. <https://doi.org/10.3889/OAMJMS.2019.409>
- Bakar, A., Suhartatik, S., & Hidayati, L. (2020). Combined benson and dhikr relaxation reduces anxiety and pulse frequency of inpatient cardiacs in hospitals. *International Journal of Pharmaceutical Research*, *12*(4), 1747–1753. <https://doi.org/10.31838/ijpr/2020.12.04.250>
- Benson, H., & Proctor, W. (2000). *Dasar-dasar respons relaksasi : bagaimana menggabungkan respons relaksasi dengan keyakinan pribadi anda*. Kaifa.
- Bikmoradi, A., Harorani, M., Roshanaei, G., Moradkhani, S., & Falahinia, G. H. (2016). The effect of inhalation aromatherapy with damask rose (*Rosa damascena*) essence on the pain

- intensity after dressing in patients with burns: A clinical randomized trial. *Iranian Journal of Nursing and Midwifery Research*, 21(3), 247. <https://doi.org/10.4103/1735-9066.180380>
- Brunner & Suddarth. (2013). *Keperawatan Medikal Bedah edisi 12*. EGC.
- Budiman, F., Mulyadi, & Lolong, J. (2015). Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Tingkat Kecemasan pada Pasien Infark Miokard Akut di Ruang CVCU RSUP PROF. DR. R. D. KANDOU MANADO. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699.
- Chang, A. M., Fischman, D. L., & Hollander, J. E. (2018). Evaluation of Chest Pain and Acute Coronary Syndromes. *Cardiology Clinics*, 36(1), 1–12. <https://doi.org/10.1016/j.ccl.2017.08.001>
- Christian W. Hamm, Jean-Pierre Bassand, Agewall, S., Bax, J., Boersma, E., Bueno, H., Caso, P., Dudek, D., Gielen, S., Huber, K., Ohman, M., Petrie, M. C., Sonntag, F., Uva, M. S., Storey, R. F., Wijns, W., & Zahger, D. (2017). European Society of Cardiology. ESC Guidelines for the management of acute coronary syndromes in patients presenting without persistent ST-segment elevation. *Eur Heart J. European Heart Journal*, 32(23), 2999–3054. <https://doi.org/https://doi.org/10.1093/eurheartj/ehr236>
- Cronfalk, B. S., Strang, P., & Ternstedt, B. M. (2009). Inner power, physical strength and existential well-being in daily life: Relatives' experiences of receiving soft tissue massage in palliative home care. *Journal of Clinical Nursing*, 18(15), 2225–2233. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2702.2008.02517.x>
- Dadang, H. (2016). *Manajemen Stress, Cemas dan Depresi*. Balai Penerbit FKUI.
- Darmayanti, R., Irawan, E., Ningrum, T. P., Khasanah, U., & Presti, P. (2022). *Gambaran tingkat kecemasan pasien cad sebelum tindakan katerisasi jantung di ruang intermediate*. 10(1), 130–137.
- Dastgir, F., & Gastroenterology, M. D. (2016). *Combination Aromatherapy and Acupressure for Treating Nausea and Vomiting*.
- DeJongh, B., Birkeland, K., & Brenner, M. (2015). Managing Comorbidities in Patients with Chronic Heart Failure: First, Do No Harm. *American Journal of Cardiovascular Drugs*, 15(3), 171–184. <https://doi.org/10.1007/S40256-015-0115-6/METRICS>
- Eghbali, M., Varaei, S., Hosseini, M., Yekaninejad, M. S., & Shahi, F. (2018). *The Effect of Aromatherapy with Peppermint Essential Oil on Nausea and Vomiting in the Acute Phase of Chemotherapy in Patients with Breast Cancer*. *Journal of Babol University of Medical Sciences*. Pp. 66-71. ISSN 1561-4107. <http://eprints.mubabol.ac.ir/id/eprint/1063/>
- Eriksen, M. B., & Frandsen, T. F. (2018). The impact of PICO as a search strategy tool on literature search quality: A systematic review. *Journal of the Medical Library Association*, 106(4), 420–431. <https://doi.org/10.5195/jmla.2018.345>
- Haj Ammar, A., Bouajila, J., Lebrihi, A., Mathieu, F., Romdhane, M., & Zagrouba, F. (2012). Chemical composition and in vitro antimicrobial and antioxidant activities of Citrus aurantium L. flowers essential oil (Neroli Oil). *Pakistan Journal of Biological Sciences*, 15(21), 1034–1040. <https://doi.org/10.3923/pjbs.2012.1034.1040>
- Hamdamian, S., Nazarpour, S., Simbar, M., Hajian, S., Mojab, F., & Talebi, A. (2018). Effects of aromatherapy with Rosa damascena on nulliparous women's pain and anxiety of labor during first stage of labor. *Journal of Integrative Medicine*, 16(2), 120–125. <https://doi.org/10.1016/J.JOIM.2018.02.005>
- Heidari, F., Rejeh, N., Heravi-Karimooi, M., Tadrissi, S. D., & Vaismoradi, M. (2017). Effect of short-term hand reflexology on anxiety in patients before coronary angiography: A randomized placebo controlled trial. *European Journal of Integrative Medicine*, 16(September), 1–7. <https://doi.org/10.1016/j.eujim.2017.09.010>
- Jain, S., Kumar, P., & McMillan, D. D. (2006). Prior leg massage decreases pain responses to heel stick in preterm babies. *Journal of Paediatrics and Child Health*, 42(9), 505–508. <https://doi.org/10.1111/J.1440-1754.2006.00912.X>
- Jodaki, K., abdi, K., Mousavi, M. S., Mokhtari, R., Asayesh, H., Vandali, V., & Golitaleb, M. (2021). Effect of rosa damascene aromatherapy on anxiety and sleep quality in cardiac patients: A randomized controlled trial. *Complementary Therapies in Clinical Practice*,

- 42(December 2020), 101299. <https://doi.org/10.1016/j.ctcp.2020.101299>
- Jones, J., Thomson, P., Lauder, W., Howie, K., & Leslie, S. J. (2013). Reflexology has no immediate haemodynamic effect in patients with chronic heart failure: A double blind randomised controlled trial. *Complementary Therapies in Clinical Practice*, 19(3), 133–138. <https://doi.org/10.1016/J.CTCP.2013.03.004>
- Keihani, Z., Jalali, R., Shamsi, M. B., & Salari, N. (2019). Effect of Benson Relaxation on the Intensity of Spinal Anesthesia-Induced Pain After Elective General and Urologic Surgery. *Journal of Perianesthesia Nursing*, 34(6), 1232–1240. <https://doi.org/10.1016/j.jopan.2019.05.005>
- Khodabakhsh, P., Shafaroodi, H., & Asgarpanah, J. (2015). Analgesic and anti-inflammatory activities of Citrus aurantium L. blossoms essential oil (neroli): Involvement of the nitric oxide/cyclic-guanosine monophosphate pathway. *Journal of Natural Medicines*, 69(3), 324–331. <https://doi.org/10.1007/S11418-015-0896-6/METRICS>
- Lin, P. C., Lee, P. H., Tseng, S. J., Lin, Y. M., Chen, S. R., & Hou, W. H. (2019). Effects of aromatherapy on sleep quality: A systematic review and meta-analysis. *Complementary Therapies in Medicine*, 45, 156–166. <https://doi.org/10.1016/J.CTIM.2019.06.006>
- McGovern, K., & Lockhart, A. (2003). *Nurse's Handbook of Alternative & Complementary Therapies*. Lippincott Williams & Wilkins.
- Mirwanti, R., & Nuraeni, A. (2016). Hubungan Kesejahteraan Spiritual Dengan Depresi Pada Pasien Dengan Penyakit Jantung Koroner (Pjk). *Jurnal Ilmiah Ilmu-Ilmu Kesehatan*, 14 no 1(1), 46–52.
- Mohammadpoor, M., Davoodvand, S., Hasheminia, S. A., Khaledifar, A., Sedehi, M., & Kazemi Sheykhshabani, S. Y. (2020). Comparison of the Effect of Instrumental Music and Holy Quran Recitation on the Anxiety of Patients with Acute Coronary Syndrome: Semi-Experimental Study. *Medical - Surgical Nursing Journal*, 9(1), 1–6. <https://doi.org/10.5812/msnj.103936>
- Moslemi, F., Alijaniha, F., Naseri, M., Kazemnejad, A., Charkhkar, M., & Heidari, M. R. (2019). Citrus aurantium Aroma for Anxiety in Patients with Acute Coronary Syndrome: A Double-Blind Placebo-Controlled Trial. *Journal of Alternative and Complementary Medicine*, 25(8), 833–839. <https://doi.org/10.1089/acm.2019.0061>
- Pangestika, D. D., Trisyani, Y., & Nuraeni, A. (2020). The effect of dhikr therapy on the cardiac chest pain of acute coronary syndrome (ACS) patients. *Nurse Media Journal of Nursing*, 10(2), 200–210. <https://doi.org/10.14710/nmjn.v10i2.25638>
- Paparrigopoulos, T., Melissaki, A., Efthymiou, A., Tsekou, H., Vadala, C., Kribeni, G., Pavlou, E., & Soldatos, C. (2006). Short-term psychological impact on family members of intensive care unit patients. *Journal of Psychosomatic Research*, 61(5), 719–722. <https://doi.org/10.1016/j.jpsychores.2006.05.013>
- Pranata, A. E. (2017). *Keperawatan Medikal Bedah Dengan Gangguan Sistem Kardiovaskuler*. Nuha Medika.
- Rambod, M., Rakhshan, M., Tohidinik, S., & Nikoo, M. H. (2020). The effect of lemon inhalation aromatherapy on blood pressure, electrocardiogram changes, and anxiety in acute myocardial infarction patients: A clinical, multi-centered, assessor-blinded trial design. *Complementary Therapies in Clinical Practice*, 39(March), 101155. <https://doi.org/10.1016/j.ctcp.2020.101155>
- Riskesdas. (2013). <https://pusdatin.kemkes.go.id/resources/download/general/Hasil%20Riskesdas%202013.pdf>.
- Riskesdas. (2018). *Laporan Hasil Nasional Riskesdas 2018*. Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan.
- Rosyanti, L., Hadi, I., Tanra, J., Islam, A., Natzir, R., Massi, M. N., & Bahar, B. f. (2019). Change of brief psychiatric rating scale (BPRS) value with spiritual qur'anic emotional freedom technique (SQEFT) therapy on mental disorder patient. *Indian Journal of Public Health Research & Development*, 10(1), 374.
- Rustamaji Wiyatno, E., Sri Endang Pujiastuti, R., Suheri, T., Saha Program Pascasarjana

- Magister Terapan Kesehatan Keperawatan, D., Kesehatan Kementerian Kesehatan Semarang, P., Rustamaji Wiyatno Program Pascasarjana Magister Terapan Kesehatan, E., Kesehatan Kementerian Kesehatan Semarang Jl Tirto Agung, P., & Semarang, K. (2017). Effect Of Acupressure On Quality Of Sleep And Pulse Rate In Patients With Acute Myocardial Infarction. *Belitung Nursing Journal*, 3(4), 360–369. <https://doi.org/10.33546/bnj.162>
- Sadeghimoghaddam, S., Alavi, M., Mehrabi, T., & Bankpoor-Fard, A. (2019). The effect of two methods of relaxation and prayer therapy on anxiety and hope in patients with coronary artery disease: A quasi-experimental study. *Iranian Journal of Nursing and Midwifery Research*, 24(2), 102–107. https://doi.org/10.4103/ijnmr.IJNMR_60_18
- Safitri, D. N. R. P., Rejeki, S., Soesanto, E., & Ali, M. (2021). The Positive Report Of benson Relaxation For Acute Miocard Infark Pain: A Case Report Study. *South East Asia Nursing Research*, 3(4), 172. <https://doi.org/10.26714/seanr.3.4.2021.172-178>
- Saleh, M. C. I., Agustina, D. M., & Hakim, L. (2018). *Pengaruh murottal al-qur'an terhadap tingkat kecemasan pada pasien jantung. 001*.
- Samadi, N., Vakili, J., Allahyari, I., Seyedjavadi, M., Moshfeghi, S., Mohammadi, S. A., & Bezaatpour, F. (2019). Effect of Left Sole Massage on Pain Relief and Haemodynamic Condition of Patients with Chest Pain- A Randomized Controlled Trial. *Journal of Evolution of Medical and Dental Sciences*, 8(46), 3482–3487. <https://doi.org/10.14260/jemds/2019/754>
- Sayari, S., Nobahar, M., & Ghorbani, R. (2021). Effect of foot reflexology on chest pain and anxiety in patients with acute myocardial infarction: A double blind randomized clinical trial. *Complementary Therapies in Clinical Practice*, 42(December 2020), 101296. <https://doi.org/10.1016/j.ctcp.2020.101296>
- Sheibani Tazraji, F., Pakdaman, S., Dadkhah, A., & Hasanzadeh Tavakoli, M. R. (2010). The Effect of Music Therapy on Depression and Loneliness in Old People. *Iranian Journal of Ageing*, 5(2), 0–0. <http://salmandj.uswr.ac.ir/article-1-288-en.html>
- Shirvani, M., & Mirzaeian, R. (2013). *3th Provincial Congress on Quran and Health*.
- Shirzadegan, R., Gholami, M., Hasanvand, S., & Beiranvand, A. (2020). The effects of Citrus aurantium aroma on anxiety and fatigue in patients with acute myocardial infarction: A two-center, randomized, controlled trial. *Journal of Herbal Medicine*, 21(September 2018), 100326. <https://doi.org/10.1016/j.hermed.2019.100326>
- Soleimani, M., Kashfi, L. S., mirmohamadkhani, M., & Ghods, A. A. (2022). The effect of aromatherapy with peppermint essential oil on anxiety of cardiac patients in emergency department: A placebo-controlled study. *Complementary Therapies in Clinical Practice*, 46(January), 101533. <https://doi.org/10.1016/j.ctcp.2022.101533>
- Sri Sat Titi, H., Untar, R., & Daryani. (2021). Benson Relaxation Relieve a Pain in Coronary Syndrome Patients. *Proceedings of the 1st Paris Van Java International Seminar on Health, Economics, Social Science and Humanities (PVJ-ISHESSH 2020)*, 535, 639–642. <https://doi.org/10.2991/assehr.k.210304.144>
- Taghizadeh, P., Hekmatpou, D., Rahzani, K., Kazerani, H., & Rafiei, M. (2013). Comparing of the effect of reflexive and stroke massages on physiologic indices in patients with MI. *Complementary Medicine Journal*, 2(4), 279–290. <http://cmja.arakmu.ac.ir/article-1-156-en.html>
- Vasokolaei, Z. R., Rejeh, N., Heravi-Karimooi, M., Tadrissi, S. D., Saatchi, K., Poshtchaman, Z., Sieloff, C., & Vaismoradi, M. (2019). Comparison of the effects of hand reflexology versus acupressure on anxiety and vital signs in female patients with coronary artery diseases. *Healthcare (Switzerland)*, 7(1), 1–12. <https://doi.org/10.3390/healthcare7010026>
- WHO. (2015). Sustainable development goals and the future of cardiovascular health: A statement from the global cardiovascular disease Taskforce. *Journal of the American Heart Association*, 3(5), 504. <https://doi.org/10.1161/JAHA.114.000504>