

**PENERAPAN *SLOW DEEP BREATHING* UNTUK MENURUNKAN
SKALA NYERI PADA PASIEN CEDERA KEPALA RINGAN (CKR)
DI IGD RSUD dr. SOEHADI PRIJONEGORO SRAGEN**

Arista Febriyanto¹, Hermawati², Waluyo³
aristafebriyanto123@gmail.com
Program Studi Profesi Ners
Universitas 'Aisyiyah Surakarta

ABSTRAK

Latar Belakang : Prevalensi cedera kepala ringan yang terekam pada bulan Oktober sampai Desember 2023 di Ruang IGD RSUD Dr. Soehadi Prijonegoro Sragen dengan kriteria cidera otak ringan sebanyak 48, pada bulan Oktober sebanyak 18 kasus, pada bulan November sebanyak 13 kasus, pada bulan Desember sebanyak 17 kasus. Nyeri pada pasien CKR dapat dilakukan dengan terapi farmakologis dan non farmakologis. Terapi non farmakologis seperti terapi behavioral (relaksaasi, hipnoterapi, biofeedback). Salah satu relaksasi yang digunakan adalah dengan *slow deep breathing*. **Tujuan:** Mengetahui hasil penerapan teknik *Slow Deep Breathing* terhadap penurunan skala nyeri pada pasien Cedera Kepala Ringan diIGD RSUD Dr. Soehadi Prijonegoro Sragen. **Metode;** Metode yang digunakan dalam penerapan ini merupakan metode deskriptif. Pada penerapan ini dilakukan pengukuran skala nyeri menggunakan *Numeric Rating Scale* baik sebelum maupun setelah dilakukan *slow deep breathing*. **Hasil;** Hasil penerapan yang telah dilakukan, didapatkan bahwa pada responden I mengalami penurunan skala nyeri dari skala 7 ke skala 6, pada responden II mengalami penurunan skala nyeri dari skala 6 ke skala 5. **Kesimpulan;** Slow deep brething dapat menurunkan skala nyeri pada pasien cedera kepala ringan di diIGD RSUD Dr. Soehadi Prijonegoro Sragen.

Kata Kunci : *Cedera Kepala Ringan, Nyeri, Slow Deep Breathing*