

**PENERAPAN *SLOW DEEP BREATHING* UNTUK MENURUNKAN
SKALA NYERI PADA PASIEN CEDERA KEPALA RINGAN (CKR)
DI RSUD DR MOEWARDI SURAKARTA**

Dwi Cahyo Pribadi Putro, Hermawati, Isti Wulandari
dwicahyopribadi99@gmail.com
Program Studi Profesi Ners
Universitas 'Aisyiyah Surakarta

ABSTRAK

Latar Belakang: Prevalensi pasien dengan cedera kepala ringan yang terekam pada bulan Maret hingga Juli 2023 di Ruang IGD RSUD Dr. Moewardi sebanyak 757 kasus, dan sebagian besar diantaranya mengeluhkan nyeri pada kepala, nyeri pada pasien CKR oleh perawat dapat dilakukan dengan terapi farmakologis dan non farmakologik. 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 di RSUD Dr. Moewardi. **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 8 ke skala 7, pada responden II mengalami penurunan skala nyeri dari skala 6 ke skala 4. **Kesimpulan;** Slow deep breathing dapat menurunkan skala nyeri pada pasien cedera kepala ringan di RSUD Dr. Moewardi.

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