

ABSTRACT

Nama Mahasiswa : MAHENDRA KRIDAN YUANA
Program Studi : Profesi NERS
Judul : Analisis Asuhan Keperawatan Dengan Gangguan Nyeri Akut Menggunakan Pemberian *Cold Pack* Yang Dikombinasikan Dengan *Slow Deep Breathing* Pada Pasien *Post-op*
Pembimbing : Emyk Windartik, S.Kep.,Ns.,M.Kes

Introduction: *Acute pain is a physiological response to tissue damage that occurs after surgery. The application of a cold pack combined with slow deep breathing is a non-pharmacological intervention that can help reduce pain intensity in post-operative patients. This study aims to analyze the effectiveness of this intervention in managing acute pain in post-operative patients.* **Method:** *This research used a case study design involving patients experiencing acute pain after surgery. Data collection was conducted through direct observation of vital signs and pain scales before and after the administration of cold packs and slow deep breathing. Data analysis was carried out descriptively to illustrate changes in pain intensity.* **Results:** *The results showed that the combination of cold pack therapy and slow deep breathing effectively reduced patients' pain scales. Before the intervention, patients' pain scales ranged from 6-7, but after the intervention, the pain scales decreased to 2-4. Patients also reported increased relaxation and comfort after performing the slow deep breathing technique.* **Discussion:** *The use of cold packs combined with slow deep breathing can be an effective alternative in managing acute pain in post-operative patients. This intervention can reduce pain intensity and increase patient comfort without significant side effects. These findings support the importance of applying non-pharmacological techniques in nursing care.* **Conclusion:** *The combination of cold pack therapy and slow deep breathing is effective in reducing acute pain in post-operative patients. This intervention is recommended as part of pain management for patients with similar conditions in healthcare facilities.*

Keywords: *Acute Pain, Cold Pack, Slow Deep Breathing.*

ABSTRAK

Nama Mahasiswa : MAHENDRA KRIDAN YUANA
Program Studi : Profesi NERS
Judul : Analisis Asuhan Keperawatan Dengan Gangguan Nyeri Akut Menggunakan Pemberian *Cold Pack* Yang Dikombinasikan Dengan *Slow Deep Breathing* Pada Pasien *Post-op*
Pembimbing : Emyk Windartik, S.Kep.,Ns.,M.Kes

Pendahuluan: Nyeri akut merupakan respons fisiologis terhadap kerusakan jaringan yang terjadi setelah operasi. Pemberian cold pack yang dikombinasikan dengan teknik pernapasan dalam lambat (slow deep breathing) merupakan intervensi nonfarmakologis yang dapat membantu mengurangi intensitas nyeri pada pasien post-operasi. Studi ini bertujuan untuk menganalisis efektivitas intervensi tersebut dalam manajemen nyeri akut pada pasien post-operasi. **Metode:** Penelitian ini menggunakan desain studi kasus yang melibatkan pasien dengan kondisi nyeri akut setelah operasi. Pengumpulan data dilakukan melalui pengamatan langsung terhadap tanda vital dan skala nyeri pasien sebelum dan sesudah pemberian intervensi cold pack dan slow deep breathing. Analisis data dilakukan secara deskriptif untuk menggambarkan perubahan intensitas nyeri. **Hasil:** Hasil penelitian menunjukkan bahwa kombinasi terapi cold pack dan slow deep breathing efektif dalam menurunkan skala nyeri pasien. Sebelum intervensi, skala nyeri pasien mencapai 6-7, namun setelah intervensi, skala nyeri menurun menjadi 2-4. Pasien juga melaporkan peningkatan rasa rileks dan kenyamanan setelah melakukan teknik pernapasan dalam lambat. **Diskusi:** Penggunaan cold pack yang dikombinasikan dengan slow deep breathing dapat menjadi alternatif efektif dalam manajemen nyeri akut pada pasien post-operasi. Intervensi ini mampu mengurangi intensitas nyeri dan meningkatkan kenyamanan pasien tanpa efek samping yang signifikan. Temuan ini mendukung pentingnya penerapan teknik nonfarmakologis dalam asuhan keperawatan. **Kesimpulan:** Kombinasi terapi cold pack dan slow deep breathing efektif dalam mengurangi nyeri akut pada pasien post-operasi. Intervensi ini disarankan untuk diterapkan sebagai bagian dari manajemen nyeri pada pasien dengan kondisi serupa di fasilitas kesehatan

Kata Kunci : Nyeri Akut, *Cold Pack*, *Slow Deep Breathing*.