

**ANALISIS PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI NAFAS DALAM
UNTUK MENURUNKAN NYERI OTOT PADA PASIEN
DENGAN DENGUE HAEMORAGIC FEVER
DI RS X**

Nurmaini,
Mahasiswa Program Studi Profesi Ners STIKES Mitra Keluarga

ABSTRAK

Pendahuluan : Nyeri akut menjadi salah satu gejala klinis yang ditemukan pada penyakit DHF dan berpengaruh terhadap derajat keparahan DHF. Terapi non farmakologis yang dapat mengurangi nyeri salah satunya adalah relaksasi nafas dalam. Relaksasi otot progresif dapat menurunkan nyeri dengan merelaksasikan ketegangan otot yang dapat menunjang nyeri. **Tujuan :** Penulisan Karya Ilmiah Akhir Ners ini adalah untuk mengetahui penerapan tehnik relaksasi nafas dalam untuk menurunkan nyeri pada pasien dengan Dengue Haemoragic Fever di RS X Kota Bekasi. **Metode :** penelitian Karya Ilmiah Akhir Ners ini peneliti menggunakan jenis penelitian deskriptif, dengan rancangan studi kasus yaitu mendeskripsikan gambaran penerapan tehnik relaksasi nafas dalam untuk menurunkan intensitas nyeri pada pasien DHF di Rumah Sakit X Kota Bekasi. **Hasil :** KIAN ini menunjukkan masalah keperawatan utama adalah nyeri akut dan penerapan inervensi inovasi adalah tehnik relaksasi nafas dalam. Semua pasien mengalami penurunan intensitas nyeri setelah dilakukan intervensi **Kesimpulan:** tehnik relaksasi nafas dalam terbukti efektif untuk menurunkan intensitas nyeri pada pasien. **Saran :** disarankan kepada pihak institusi pendidikan, institusi rumah sakit dan perawat di rumah sakit agar dapat menerapkan tehnik non farmakologis untuk mengurangi nyeri.

Kata Kunci : DHF, Relaksasi Nafas Dalam, Nyeri Akut