

Analysis of the Effectiveness of Pain Management with Benson Relaxation Technique and 0.9% NaCl Compress in DVT (Deep Vein Thrombosis) Patient

Analisis Efektivitas Manajemen Nyeri dengan Teknik Relaksasi Benson dan Kompres NaCl 0,9% pada Pasien DVT (Deep Vein Thrombosis)

Badrus Sholeh^{1a*}, Ruris Haristiani^{2b}, Rondiantho², Sri Wahyuningsih³

¹ Program Profesi Ners Fakultas Keperawatan, Universitas Jember

² Departemen Keperawatan Medikal Bedah Fakultas Keperawatan, Universitas Jember

³ Rumah Sakit dr. Soebandi, Kabupaten Jember

^a badrus496@gmail.com

^b rurisharistiani@unej.ac.id

HIGHLIGHTS

- Manajemen nyeri dengan teknik relaksasi benson dan kompres NaCl
-

ARTICLE INFO

Article history

Received June 24th 2022

Revised August 11st 2022

Accepted October 3rd 2022

Keywords:

Deep Vein Thrombosis
Benson Relaxation Technique
NaCl 0.9% Compress
Pain

ABSTRACT / ABSTRAK

Deep vein thrombosis (DVT) is a condition where a blood clot forms in the deep venous circulatory system. Generally, patients experience pain, swelling, increased visibility of skin veins, erythema, cyanosis, and fever. Benson relaxation technique and 0.9% NaCl compress is a combination of nursing interventions that can support the success of medical interventions to overcome changes in the pain scale. This scientific work aims to determine the effectiveness of nursing care in deep vein thrombosis patients with the application of Benson relaxation techniques and 0.9% NaCl compresses. Not through research ethics tests because interventions are commonly applied and only observations are made on the value of changes in the pain scale. Nursing care is given to Mr. C for 3 consecutive days with the application of the Benson relaxation technique and 0.9% NaCl compress. There was no decrease in pain scale on the first day with a pain scale of 6 (NRS). However, there was a decrease in the pain scale on the second and third days with pain scales of 4 and 2. Case analysis showed that Benson relaxation provides a sense of comfort and relaxation resulting in endorphins that affect pain impulses and 0.9% NaCl compresses provide skin stimulation thereby reducing pain transmission through C and delta A fibers are small in diameter, so that the synaptic gate closes the transmission of pain impulses. These results cannot be separated from the provision of other interventions. It is expected that nurses can optimally educate patients about the effectiveness of Benson's relaxation techniques and 0.9% NaCl compresses and carry out them according to standard operating procedures during treatment in hospitals and at home.

Deep vein Thrombosis (DVT) adalah suatu kondisi terbentuknya bekuan darah dalam sistem peredaran vena dalam. Umumnya pasien mengalami nyeri, bengkak peningkatan visibilitas vena kulit, eritema, sianosis, dan demam. Teknik relaksasi benson dan kompres NaCl 0,9% adalah kombinasi intervensi keperawatan yang dapat menunjang keberhasilan intervensi medis untuk mengatasi perubahan pada skala nyeri. Karya ilmiah ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas asuhan keperawatan pada pasien deep vein thrombosis dengan penerapan teknik relaksasi benson dan kompres NaCl 0,9%. Tidak melalui uji etik penelitian karena intervensi lazim diterapkan dan hanya dilakukan pengamatan terhadap nilai perubahan dari skala nyeri. Asuhan keperawatan diberikan pada Tn. C selama 3 hari berturut-turut dengan penerapana teknik relaksasi benson dan kompres NaCl 0,9%. Tidak terjadi penurunan skala nyeri pada hari pertama dengan skala nyeri 6 (NRS). Akan tetapi terjadi penurunan skala

nyeri pada hari kedua dan ketiga dengan skala nyeri 4 dan 2. Analisa kasus menunjukkan relaksasi benson memberikan rasa nyaman dan rileks sehingga menghasilkan endorphine yang mempengaruhi impuls nyeri dan kompres NaCl 0,9% memberikan stimulasi kulit sehingga mengurangi transmisi nyeri melalui serat C dan delta A berdiameter kecil, sehingga gerbang sinaptik menutup transmisi impuls nyeri. Hasil ini tidak lepas dari pemberian intervensi lain. Diharapkan perawat secara optimal dapat melakukan edukasi kepada pasien tentang efektivitas teknik relaksasi benson dan kompres NaCl 0,9% serta menjalankannya sesuai standar operasional prosedur saat perawatan di rumah sakit maupun di rumah.

Copyright © 2022 Caring: Jurnal Keperawatan.
All rights reserved

***Corresponding Author:**

Badrus Sholeh,
Fakultas Keperawatan Universitas Jember
Jl. Kalimantan No.37, Krajan Timur, Sumbersari, Jember
Email: badrus496@gmail.com

1. PENDAHULUAN

Trombosis merupakan suatu pembentukan bekuan darah (trombus) dalam pembuluh darah. Penggumpalan darah biasanya dibentuk untuk mencegah dan menghentikan pendarahan. Trombosis vena dalam (DVT) adalah suatu kondisi di mana gumpalan darah terbentuk di sistem vena dalam (Hendi et al., 2018). DVT merupakan suatu keadaan terbentuknya bekuan didalam vena sekunder atau vena dalam yang disebabkan oleh inflamasi atau trauma dinding vena atau karena obstruksi parsial vena. Umumnya DVT dapat menyerang satu vena atau bahkan lebih di ekstremitas bawah terutama vena-vena di betis (Najihah, 2018).

Di Eropa, angka kejadian DVT berkisar 70-140 kasus per 100.000 orang per tahunnya (Raskob et al., 2014). Di Amerika Serikat, kejadian DVT diperkirakan 1 – 3 per 1.000 orang per tahun, terhitung dua per tiganya adalah kasus DVT. Belum ada penelitian nasional mengenai prevalensi DVT di Indonesia, namun berdasarkan penelitian Yaznil (2010) tentang prevalensi DVT pada pasien tumor ginekologi risiko tinggi dan risiko rendah di RS H. Adam Malik menyatakan bahwa prevalensi DVT pada pasien tumor ginekologi risiko tinggi adalah 149 per 1000 populasi berisiko, sementara pada pasien tumor ginekologi risiko rendah adalah 14 per 1000 populasi berisiko.

Deep vein thrombosis (DVT) merupakan suatu keadaan yang terjadi karena pembekuan darah dalam vena sekunder atau vena diakibatkan oleh peradangan atau kerusakan pada dinding vena atau karena obstruksi vena parsial. DVT dapat merusak pembuluh-pembuluh darah pada sistem vena dalam dan disebut thrombosis vena akut dalam pada awal serangan, serta dapat bersifat parsial atau total. Umumnya DVT berasal dari ekstremitas bawah dan sering menyerang betis seperti popliteal, femoralis superficial, dan segmen-segmen vena ileofemoralis. Tanda gejala DVT yang biasanya muncul timbul rasa sakit dan ketidaknyamanan pada betis, kehangatan, eritema, dan pembengkakan. DVT dapat sembuh secara spontan, namun beberapa dapat menimbulkan komplikasi sangat berisiko mengalami emboli paru, dimana penyumbatan pembuluh darah arteri di paru-paru akibat gumpalam yang lepas dari tungkai. Sehingga menyebabkan nyeri dada dan sulit bernafas, bahkan mengalami gagal jantung. DVT jika jangka panjang dapat menimbulkan sindrom pasca thrombosis, yaitu kerusakan pada pembuluh darah vena sehingga aliran darah didaerah tersebut menjadi buruk, sehingga menyebabkan perubahan warna kulit dan luka pada tungkai (Ayu & Dewi, 2021).

Salah satu gejala penyakit ini adalah nyeri yang dirasakan dengan rentang nyeri sedang hingga berat pada anggota tubuh yang terkena trombosis. Nyeri merupakan mekanisme protektif bagi pasien yang timbul ketika jaringan mengalami kerusakan, sehingga mendorong pasien untuk berespon secara analgetik. Selain nyeri, komplikasi kronis *deep vein thrombosis* merupakan gejala *postphlebotic syndrome*, yaitu pembengkakan dan ulserasi pada tungkai. Nyeri yang tidak segera ditangani dapat

menimbulkan kecemasan bahkan depresi yang sangat mengkhawatirkan (Olla, 2019). Oleh karena itu perlu dilakukan pengobatan nyeri baik yang bersifat farmakologis dan nonfarmakologis dengan tujuan mengobati nyeri dengan menghilangkan gejala yang timbul. Salah satu penanganan nyeri nonfarmakologis adalah teknik relaksasi Benson, dimana teknik relaksasi Benson merupakan prosedur yang membantu orang menghadapi situasi stres, mengelola rasa sakit, meredakan ketegangan otot dan memperbaiki gangguan tidur (Warsono et al., 2019).

2. METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain *case study* melalui pendekatan asuhan keperawatan dalam manajemen nyeri pada pasien yang mengalami masalah keperawatan nyeri akut (D.0077). Populasi dan sampel satu orang yaitu Tn. C (51 tahun) dilakukan asuhan keperawatan dari pengkajian hingga evaluasi. Kriteria inklusi berupa diagnosa DVT dengan keluhan utama nyeri dan bersedia menjadi responden. Material yang digunakan dalam penelitian ini yaitu lembar observasi. Asuhan keperawatan dilakukan selama 3 hari pada tanggal 22-24 Maret 2022 dengan intervensi teknik relaksasi benson selama 10-15 menit tiap 2 jam (3 kali) dan kompres NaCl 0,9% selama 20 menit 1 kali selama shift pagi. Penelitian ini tidak dilakukan uji etik karena intervensi yang digunakan umum digunakan dengan mengobservasi terhadap skala nyeri. Hasil asuhan keperawatan dianalisis dan di deskripsikan.

3. HASIL dan PEMBAHASAN

a. Analisis Karakteristik Pasien

Pasien kelolaan dalam karya ilmiah ini adalah Tn. C berjenis kelamin laki-laki berusia 50 tahun dengan penyakit DVT pada kaki kanan. Pasien didiagnosis TB paru on OAT, anemia, DVT, trombositopenia, dan efusi pleura. Pasien terkena TB paru sejak 1 bulan yang lalu, dimana membuat pasien sering tirah baring dengan keadaannya. Pasien sering sesak napas dan batuk, karena penyakitnya semakin parah pasien dirawat dirumah sakit. kondisi tirang baring yang lama merupakan salah satu penyebab dari penyakit DVT. Berdasarkan "Triad of Virchow", ada 3 faktor penyebab terbentuknya trombosis pada vena yaitu kelainan dinding pembuluh darah, perubahan koagubilitas darah dan perlambatan aliran darah (statis). Perlambatan aliran darah dapat disebabkan karena tirah baring lama, pada kondisi ini otot-otot tungkai relaksasi sehingga menyebabkan kecepatan aliran darah tungkai melambat (Hendi et al., 2018).

Menurut Sukron (2019) menyatakan bahwa ada hubungan yang signifikan antara tirah baring lama dengan penyakit DVT di RS Muhammadiyah Palembang ($p=0,001$). Persentase dari lamanya tirah baring pasien stroke adalah rata-rata $8,6=57$ hari, yaitu antara 6,24-10,89 hari. Sementara prevalensi kejadian dari DVT di ruang penyakit dalam RS Muhammadiyah adalah 16,7% dari 30 responden (Sukron, 2019).

b. Analisis Masalah Keperawatan

Kasus kelolaan DVT pada Tn. C dengan keluhan utama nyeri pada kaki yang mengalami bengkak sehingga masalah keperawatan utama yaitu Nyeri akut (D.0077) berhubungan dengan agen pencedera fisiologis (DVT) ditandai dengan pasien mengatakan mengeluh nyeri pada kaki kanan, panas, dan bengkak, P: nyeri disebabkan oleh DVT, Q: nyeri seperti nyeri seperti ditusuk-tusuk, R: nyeri di kaki kanan, S: skala nyeri 6 (NRS), T: nyeri dirasakan sering, klien mengatakan susah tidur, klien meringis, klien waspada saat disentuh kaki sebelah kanan, gelisah, TD: 130/80 mmHg, nadi 97 x/menit.

Menurut Laksono (2020), pasien DVT memiliki tanda gejala bervariasi dan tidak spesifik, namun beberapa gejala ini yang umum menjadi acuan dalam

penegakan diagnosis dari DVT yaitu nyeri, bengkak, peningkatan visibilitas vena kulit, eritema, dan sianosis yang diikuti dengan demam yang tidak jelas. Hal ini sesuai dengan Standar Diagnosa Keperawatan Indonesia (SDKI) tahun 2017 untuk mengambil diagnosa nyeri akut.

c. Analisis Intervensi Keperawatan pada Diagnosa Keperawatan Utama

Berdasarkan hasil observasi di ruang Catleya RSD dr. Soebandi Jember, peneliti memilih intervensi teknik relaksasi benson dan kompres 0,9% karena tindakan ini mudah diterapkan untuk mengatasi masalah nyeri akut. Kedua intervensi tersebut diharapkan mampu untuk menurunkan intensitas nyeri dan membantu dalam mengoptimalkan penatalaksanaan medis. Intervensi teknik relaksasi benson dan kompres 0,9% yang diaplikasikan pada kasus kelolaan Tn. C dengan keluhan nyeri tidak melalui uji etik penelitian karena hanya dilakukan pengamatan terhadap nilai status intensitas nyeri.

Penatalaksanaan yang diberikan untuk mengatasi masalah nyeri akut pada pasien Tn. C yaitu pemberian teknik relaksasi benson, kompres dengan NaCl 0,9%, dan pemberian obat-obatan untuk membantu mengurangi nyeri. Teknik relaksasi merupakan salah satu cara nonfarmakologis untuk melepaskan ketegangan dan stres mental dan fisik sehingga dapat meredakan nyeri. Relaksasi benson merupakan gabungan dari napas dalam dan ucapan yang berulang. Tujuan dari teknik relaksasi napas dalam yakni untuk meningkatkan ventilasi alveoli, meningkatkan efisiensi batuk, memelihara pertukaran gas, mencegah atelektasi paru, dan mengurangi tingkat stres baik itu stres fisik maupun emosional sehingga dapat menurunkan intensitas nyeri. Oksigen yang masuk kedalam tubuh secara optimal dapat merileksasi ketegangan otot dan menenangkan pikiran, mengurangi stres baik fisik maupun emosional sehingga dapat menurunkan intensitas nyeri (Safitri et al., 2020).

Relaksasi benson adalah metode relaksasi dengan menggabungkan antara respon relaksasi dan sistem keyakinan individu (fokus pada ungkapan tertentu berupa nama-nama Tuhan atau kata yang bermakna bagi pasien) yang diucapkan berulang-ulang dengan ritme teratur dengan sikap pasrah dan diimbangi dengan napas dalam. Bertujuan untuk menciptakan rasa nyaman dan rileks, dimana perasaan rileks ini akan merangsang pembentukan endorphine yang mempengaruhi impuls nyeri dengan cara menekan pelepasan neurotransmitter di presinap atau menghambat impuls nyeri dipostsinap sehingga rangsangan tidak dapat mencapai kesadaran dan sensorik nyeri tidak dialami. Hal ini tidak terlepas dari peralihan fokus klien pada nyeri yang dialami terhadap penatalaksanaan teknik relaksasi sehingga sehingga suplai oksigen dalam jaringan akan meningkat dan otak dapat berelaksasi. Otak yang berelaksasi juga merangsang tubuh menghasilkan endorphine yang berfungsi dalam menurunkan intensitas nyeri (Septiana et al., 2021).

Sementara pemberian kompres NaCl 0,9% dinilai efektif dalam mengontrol nyeri. Rangsangan dingin pada kulit mengurangi transmisi impuls saraf peka nyeri, sehingga rangsang nyeri di hipotalamus dihambat dan diterima lebih lama. Kompres dingin meredakan nyeri dengan memperlambat konduksi saraf sehingga lebih sedikit impuls nyeri yang mencapai otak (Isnayati & Suhatrijdas, 2020).

Pemberian kompres dapat berupa kompres hangat dan dingin. Kompres hangat bersifat vasodilatasi yang dapat meningkatkan suhu lokal pada kulit sehingga meningkatkan sirkulasi pada jaringan untuk proses mengurangi spasme otot dan mengurangi nyeri. Kompres dingin bersifat vasokonstriksi yang berguna untuk mengurangi ketegangan nyeri sendi dan otot, anestesi lokal mengurangi pembengkakan dan menyejukkan kulit (Fadmiyanor C et al., 2018). Kompres hangat dapat meredakan nyeri dengan mengurangi produk-produk inflamasi

seperti bradikinin, histamin, dan prostaglandin yang akan menimbulkan nyeri. Kompres dingin menimbulkan efek analgesik dengan memperlambat kecepatan hantaran saraf sehingga impuls nyeri mencapai otak lebih sedikit (Rahmadaniah & Wulandari, 2018). Waktu reaksi kompres hangat membutuhkan waktu waktu yang lama karena kecepatan rasa dingin lebih lebih cepat dibandingkan kecepatan hantaran rasa panas. Rasa dingin juga lebih mudah menembus jaringan dibandingkan dengan panas (Hakiki & Kushartanti, 2019). Maka dari itu, penulis lebih memilih kompres dingin dbandingkan kompres hangat dengan melihat kondisi klien dan kelebihan dari kompres dingin.

d. Analisis Implementasi Keperawatan Sesuai Evidence Based Practice

Implementasi yang dilakukan pada Tn. C yaitu teknik relaksasi benson dan kompres NaCl 0,9%. Observasi status nyeri terhadap intervensi teknik relaksasi benson dan kompres NaCl 0,9% dilakukan selama tiga hari berturut-turut. Teknik relaksasi benson dilakukan selama 10-15 menit tiap 2 jam (3 kali). Sementara untuk kompres NaCl 0,9% dilakukan selama satu kali selama 20 menit ketika shift berlangsung. Intervensi tersebut dilakukan 3 hari berturut-turut dengan dilakukan pengukuran sebelum dan sesudah tindakan. Tn. C mampu melakukan teknik relaksasi benson dengan baik, sedangkan untuk kompres dibantu dengan keluarga. Keluarga diberikan alat dan bahan untuk melakukan kompres NaCl 0,9% secara mandiri, sehingga dapat membantu dalam menurunkan intensitas nyeri.

Relaksasi benson merupakan metode relaksasi dengan menggabungkan antara respon relaksasi dan sistem keyakinan individu (fokus pada ungkapan tertentu berupa nama-nama Tuhan atau kata yang bermakna bagi pasien) yang diucapkan berulang-ulang dengan ritme teratur dengan sikap pasrah dan diimbangi dengan napas dalam. Bertujuan untuk menciptakan rasa nyaman dan rileks, dimana perasaan rileks dari relaksasi benson akan diteruskan ke hipotalamus untuk menghasilkan conicothropin releaxing factor (CRF). CRF akan merangsang kelenjar pituitari untuk meningkatkan produksi proopiod melanocorthin (POMC) sehingga meningkatkan produksi ekephalin oleh medulla adrenal. Kelenjar pituitari juga menghasilkan beta endorphine sebagai neurotransmitter. Endorphine mempengaruhi impuls nyeri dengan cara menekan pelepasan neurotransmitter di presinap atau menghambat impuls nyeri dipostsinap sehingga rangsangan tidak dapat mencapai kesadaran dan sensorik nyeri tidak dialami. Hal ini tidak terlepas dari peralihan fokus klien pada nyeri yang dialami terhadap penatalaksanaan teknik relaksasi sehingga sehingga suplai oksigen dalam jaringan akan meningkat dan otak dapat berelaksasi. Otak yang berelaksasi juga merangsang tubuh menghasilkan endorphine yang berfungsi dalam menurunkan intensitas nyeri (Septiana et al., 2021).

Pemberian kompres yang mengandung NaCl 0,9% dinilai efektif dalam mengontrol nyeri. Rangsangan dingin pada kulit mengurangi transmisi impuls saraf peka nyeri, sehingga rangsang nyeri di hipotalamus dihambat dan diterima lebih lama. Selain itu, teori gate-of-control menyatakan bahwa stimulasi kulit mengaktifkan transmisi serabut saraf sensorik A-beta yang lebih besar dan lebih cepat. Proses ini mengurangi transmisi nyeri melalui serat C dan delta A berdiameter kecil, sehingga gerbang sinaptik menutup transmisi impuls nyeri. Kompres dingin meredakan nyeri dengan memperlambat konduksi saraf sehingga lebih sedikit impuls nyeri yang mencapai otak. Mekanisme lain yang mungkin adalah bahwa dingin mendominasi dan mengurangi persepsi nyeri (Isnayati dan Suhatrijdas, 2020).

e. Analisis Evaluasi Hasil Intervensi Sesuai Evidence Based Practice

Berdasarkan hasil pengamatan terdapat perubahan skala nyeri sebelum dan sesudah pemberian teknik relaksasi benson dan kompres NaCl 0,9%. Pengukuran skala nyeri dilakukan menggunakan skala NRS. Berikut merupakan hasil observasi skala nyeri pada kasus kelolaan Tn. C pada tanggal 22-24 Maret 2022 yaitu:

Tabel 1. Perubahan skala nyeri sebelum dan sesudah relaksasi

JAM	SKALA NYERI (NRS)					
	HARI 1		HARI 2		HARI 3	
Benson	Sebelum	Sesudah	Sebelum	Sesudah	Sebelum	Sesudah
08.30	6	6	5	5	3	3
10.30	6	6	5	5	3	3
12.30	6	6	5	4	3	2
Kompres	Sebelum	Sesudah	Sebelum	Sesudah	Sebelum	Sesudah
08.30	6	6	5	5	3	3

Tabel 2. Perubahan skala nyeri

JAM	HARI 1	HARI 2	HARI 3
08.30	Kaki bengkak, tegang, dan terdapat bula-bula kecil, klien mengeluh panas pada kaki	Kaki bengkak, tegang, bula-bula semakin besar, klien mengeluh panas pada kaki	Kaki bengkak dan tegang, klien sudah tidak mengeluh panas pada kaki
12.30	Kaki bengkak, tegang, dan terdapat bula-bula kecil, klien mengeluh panas pada kaki	Kaki bengkak, tegang, bula-bula kempes, klien mengeluh panas pada kaki berkurang	Kaki bengkak dan tegang

Sebelum dilakukan teknik relaksasi benson dan kompres NaCl 0,9% pada hari pertama skala nyeri dari Tn. C yaitu 6, sedangkan setelah diberikan intervensi pada hari pertama masih dalam skala nyeri 6. Pada hari pertama selain dari skala nyeri yang masih 6, klien juga meringis, gelisah, bersikap protektif, dan sulit tidur. Pada hari kedua sebelum diberikan intervensi skala nyeri dari Tn. C sudah menurun yaitu 5, sedangkan setelah diberikan intervensi pada hari kedua skala nyeri 4. Pada hari kedua, meringis, gelisah, bersikap protektif, dan sulit tidur berkurang. Pada hari ketiga sebelum diberikan intervensi skala nyeri dari Tn. C sudah menurun yaitu 3, sedangkan setelah diberikan intervensi pada hari kedua skala nyeri kembali menurun yaitu 2. Pada hari ketiga meringis, gelisah, bersikap protektif sudah tidak ada serta sudah dapat tidur tanpa kesulitan.

Hasil evaluasi dari karya ilmiah ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Morita et al., (2020) mengatakan bahwa terdapat perbedaan penurunan rata-rata skala nyeri responden antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol dengan beda rata-rata -2,000 dan $p = 0,001$. Tujuan dilakukannya relaksasi benson adalah untuk menciptakan suasana intern yang nyaman sehingga mengalirkan fokus terhadap sensasi nyeri pada hipotalamus sehingga dapat menurunkan sensasi nyeri yang dirasakan oleh individu yang bersangkutan. Pada penelitian Septiana et al., (2021) mengatakan bahwa masalah yang muncul pada Ny. K saat pengkajian adalah gangguan rasa nyaman nyeri pada abdomen kanan bawah, nyeri yang dirasakan berada pada kategori nyeri sedang (skor 6).

Sedangkan setelah diberikan relaksasi benson selama 3 hari, nyeri yang dirasakan Ny. K menurun dengan skala nyeri 2.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Isnayati & Suhatrijdas (2020) mengatakan bahwa rasa nyeri pada subjek 1 setelah diberikan kompres NaCl 0,9 %, selama 4 kali pertemuan menunjukkan penurunan skala nyeri hal yang sama juga terjadi pada subjek II setelah dilakuka kompres NaCl 0,9% terjadi penurunan. Selain itu Teorigate kontrol menyatakan stimulasi kulit mengaktifkan transmisi serabut saraf sensori A-beta yang lebih besar dan lebih cepat. Proses ini menurunkan transmisi nyeri melalui serabut C dan delta-A berdiameter kecil sehingga gerbang sinap menutup transmisi impuls nyeri.

4. KESIMPULAN

Penatalaksanaan gabungan antara teknik relaksasi benson dan kompres NaCl 0,9% merupakan salah satu dari sekian penatalaksanaan non medis yang bagus diaplikasikan dengan masalah keperawatan nyeri akut. Berdasarkan hasil asuhan keperawatan dan observasi yang dilakukan selama tiga hari berturut-turut pada tanggal 22-24 Maret 2022, terdapat penurunan keluhan nyeri pada sebelum dan sesudah dilakukan intervensi teknik relaksasi benson dan kompres NaCl 0,9%. Skala nyeri pada hari pertama adalah 6 (NRS) dan pada hari ketiga skala nyeri turun menjadi 2 (NRS). Hasil yang didapatkan dari merupakan bagian dari penatalaksanaan medis berupa obat-obatan dan non medis berupa teknik relaksasi benson dan kompres NaCl 0,9%.

DAFTAR PUSTAKA

- Ayu, Y. D., & Dewi, A. (2021). Pengaruh Range Of Motion (ROM) Angkle Terhadap Resiko Deep Vein Thrombosis (DVT) Pada Pasien Diabetes Mellitus Dengan Luka Ulkus: Literature Review. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 6(3), 129–136. <https://doi.org/10.30651/jkm.v6i3.5160>
- Fadmiyanor C, I., Susilawati, E., & Tajannah, W. (2018). Perbedaan Kompres Hangat dan Kompres Dingin Terhadap Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Di Klinik Utama Taman Sari 1 Kota Pekanbaru. *Jurnal Ibu Dan Anak*, 6(2), 61–67.
- Hakiki, Q. S., & Kushartanti, B. M. W. (2019). Pengaruh Kompres Es Dan Kompres Hangat Terhadap Penyembuhan Cedera Ankle Pasca Manipulasi Topurak Pada Pemain Futsal. *Medikora*, 17(2), 136–144. <https://doi.org/10.21831/medikora.v17i2.29185>
- Hendi, R., Marfen Djajakusumah, T., & Hapsari, P. (2018). Hubungan Tirah Baring Lama Dengan Terjadinya Deep Vein Trombosis Pada Pasien Rawat Bedah Di Rsup Dr Hasan Sadikin Bandung. *Medika Kartika Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan*, 2(Volume 2 No 1), 1–14. <https://doi.org/10.35990/mk.v2n1.p1-14>
- Isnayati, I., & Suhatrijdas, S. (2020). Kompres NaCl 0,9% dalam Upaya Menurunkan Nyeri Post Insersi AV Fistula pada Pasien Gagal Ginjal Kronik. *Journal of Telenursing (JOTING)*, 2(1), 71–80. <https://doi.org/10.31539/joting.v2i1.1097>
- Morita, K. M., Amelia, R., & Putri, D. (2020). Pengaruh Teknik Relaksasi Benson Terhadap Penurunan Nyeri Pada Pasien Post Operasi Sectio Caesarea di RSUD Dr. Achmad Mochtar Bukittinggi. *Jurnal Riset Hesti Medan Akper Kesdam I/BB Medan*, 5(2), 106. <https://doi.org/10.34008/jurhesti.v5i2.197>
- Najihah, N. (2018). Penggunaan Compression Stocking Terhadap Pencegahan Deep Venous Thrombosis (Dvt): Literatur Review. *Journal of Islamic Nursing*, 3(2), 25. <https://doi.org/10.24252/join.v3i2.6802>
- Olla, A. A. I. (2019). Pemenuhan Kebutuhan Aman Nyaman Pada Tn M.P yang Menderita Trombosis Vena Dalam di Ruang Teratai RSUD. *Prof. Dr. W. Z. Johannes Kupang Mei*.
- Rahmadaniah, I., & Wulandari, I. (2018). Perbandingan pemberian kompres hangat dan kompres dingin terhadap tingkat nyeri menstruasi. *Cendekia Medika*, 3(1), 29–34.

- http://jurnal.stikesalmaarif.ac.id/index.php/cendekia_medika/article/view/48
- Raskob, G. E., Angchaisuksiri, P., Blanco, A. N., Büller, H., Gallus, A., Hunt, B. J., Hylek, E. M., Kakkar, T. L., Konstantinides, S. V., McCumber, M., Ozaki, Y., Wendelboe, A., & Weitz, J. I. (2014). Thrombosis: A Major Contributor to Global Disease Burden. *Seminars in Thrombosis and Hemostasis*, 40(7), 724–735. <https://doi.org/10.1055/s-0034-1390325>
- Safitri, J., Sunarsih, S., & Yuliasari, D. (2020). Terapi Relaksasi (Napas Dalam) dalam Mengurangi Nyeri Persalinan. *Jurnal Dunia Kesmas*, 9(3), 365–370. <https://doi.org/10.33024/jdk.v9i3.3003>
- Septiana, A., Inayati, A., & Ludiana. (2021). Penerapan Teknik Relaksasi Benson terhadap Penurunan Skala Nyeri pada Pasien Post Operasi Appendektomi di Kota Metro. *Jurnal Cendekia Metro*, 1(4), 444–451. <https://doi.org/10.52646/snj.v4i1.95>
- Sukron, S. (2019). Hubungan antara Lamanya Tirah Baring dengan Kejadian Deep Venous Thrombosis pada Pasien Stroke. *Masker Medika*, 7(2), 375–385.
- Warsono, W., Fahmi, F. Y., & Iriantono, G. (2019). Pengaruh Pemberian Teknik Relaksasi Benson terhadap Intensitas Nyeri Pasien Post Sectio Caesarea di RS PKU Muhammadiyah Cepu. *Jurnal Ilmu Keperawatan Medikal Bedah*, 2(1), 44. <https://doi.org/10.32584/jikmb.v2i1.244>
- Yaznil, M. R. (2010). *Prevalensi Trombosis Vena dalam (Deep Vein Thrombosis) dengan Compression Ultrasound B-Mode Image pada Pasien Tumor Ginekologi Resiko Tinggi dan Resiko Rendah di RS H. Adam Malik Medan*. Adam Malik Medan. Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera Utara.