

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil pembahasan dari analisis studi literatur, maka penulis menarik kesimpulan bahwa kompres dingin merupakan teknik stimulasi kulit yang digunakan untuk meredakan nyeri dan merupakan langkah sederhana untuk meredakan nyeri. Kompres dingin dapat meredakan nyeri dan meningkatkan proses penyembuhan yang terganggu.

Prosedur pemberian kompres dingin yaitu menggunakan es dengan suhu 13,6°C, kemudian masukkan kedalam kirbat es, kantong plastik, sarung tangan lateks atau *latex gloves* secukupnya (alat untuk kompres tergantung apa yang tersedia diruang HD, untuk memudahkan perawat). Lokasi kompres dingin yaitu disekitar tangan yang terpasang *Arteriovenous Fistula* (AVF) atau dapat juga dilakukan pada titik LI-4, yaitu lokasi pada tonjolan tertinggi ketika telunjuk dan ibu jari tangan dirapatkan.

Durasi pemberian intervensi yaitu selama 10 menit hal ini merupakan durasi yang ideal untuk diberikan kompres dingin dan alat ukur untuk mengukur skala nyeri yaitu menggunakan *Numeric Rating Scale* (NRS) dengan skala 0-10, *Wong Baker Face Pain Rating Scale* dan *Visual Analog Scale* (VAS).

Kompres dingin berpengaruh dan efektif untuk menurunkan intensitas nyeri pada pasien saat insersi jarum hemodialisis hal ini dikarenakan kompres dingin menyebabkan vasokonstriksi dan menghambat gerbang kanal natrium pada neurotransmitter ujung saraf bebas sehingga menghambat penjalaran impuls nyeri ke otak yang menyebabkan tidak terjadinya proses transmisi, modulasi dan

persepsi pada rangkaian serabut saraf yang khusus bekerja mengolah rangsang nyeri.

B. Saran

Berdasarkan uraian yang telah dikemukakan sebelumnya, maka pada akhir penulisan ini diusulkan beberapa saran yang diharapkan akan berguna bagi pembaca berdasarkan hasil dari *literature review* dengan skema EBN (*Evidence Based Nursing*) yang telah dilakukan. Adapun saran-saran yang ingin diajukan oleh penulis adalah sebagai berikut.

1. Bagi Pendidikan Keperawatan

Diharapkan penelitian ini dapat menjadi referensi bagi ilmu keperawatan khususnya keperawatan medikal bedah, dapat menambah literatur mengenai intervensi dalam mengatasi nyeri saat insersi jarum hemodialisis dengan menggunakan kompres dingin

2. Bagi Perawat

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan rujukan dan acuan intervensi asuhan keperawatan yaitu pemberian kompres dingin pada pasien yang mengalami nyeri saat insersi jarum hemodialisis.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan referensi bagi peneliti selanjutnya yang ingin meneliti penerapan asuhan keperawatan pada pasien yang mengalami nyeri saat insersi jarum hemodialisis dengan kompres dingin.

