

**EFEKTIFITAS PENERAPAN INHALASI SEDERHANA
 AROMATERAPI *PEPPERMINT* TERHADAP PENURUNAN
 FREKUENSI PERNAPASAN PADA PENDERITA *TUBERCULOSIS*
 PARU DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS MENTOK TAHUN 2023**

M. Vaizul Rahman¹, Ardiansyah², Arjuna³

^{1,2,3}Program Studi Ilmu Keperawatan, Institut Citra Internasional

email : mvaizulrahman@gmail.com

ABSTRAK

Tuberculosis adalah suatu penyakit infeksi yang menular yang disebabkan *Mycobacterium*, yang dapat menyerang berbagai organ, terutama paru-paru. Tujuan dari penelitian ini adalah terkait penatalaksanaan *tuberculosis* paru pada penderita *tuberculosis* paru di wilayah kerja puskesmas muntok Bangka Barat yaitu hanya dengan terapi berupa pemberian Obat Anti *Tuberculosis* belum ada pemberian inhalasi pappermint sehingga peneliti tertarik melakukan penelitian tentang aromaterapi peppermint untuk mengetahui pengaruh aromaterapi peppermint terhadap penurunan frekuensi pernapasan pada penderita *tuberculosis* paru di wilayah kerja puskesmas Muntok Tahun 2023. Penelitian ini menggunakan desain *pra eksperiment* dengan pendekatan *one group pre-post test*. Populasi penelitian ini adalah 12 pasien *tuberculosis* paru di puskesmas muntok Bangka Barat. Besaran sample dalam penelitian ini adalah 12 responden yang dipilih dengan tehnik *purposive sampling*. Analisa data yang digunakan dalam penelitian ini adalah Analisis Univariat dan Analisis Bivariat. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pasien *tuberculosis* paru setelah menghirup aromaterapi peppermint secara rutin terjadi penurunan rata-rata nilai frekuensi pernapasan 25.33 menjadi 20.83 x/m. Hasil analisis data didapatkan nilai *p-value* (0,000) < α (0,05), yang berarti ada perbedaan rata-rata nilai frekuensi pernapasan sebelum dan sesudah tindakan inhalasi aromaterapi peppermint di wilayah kerja puskesmas muntok tahun 2023. Berdasarkan hasil penelitian yang berjudul “Efektifitas Penerapan Inhalasi Sederhana Aromaterapi Peppermint Terhadap Penurunan Frekuensi Pernapasan Pada Penderita *Tuberculosis* Paru Di Wilayah Kerja Puskesmas Mentok Tahun 2023” dapat disimpulkan 3. Ada perbedaan nilai rata-rata Frekuensi Pernapasan penderita *Tuberculosis* Paru sebelum dan sesudah menghirup Aromaterapi Peppermint secara teratur di Wilayah Kerja Puskesmas Mentok Tahun 2023, Saran dari penelitian ini adalah agar instansi pelayanan kesehatan dapat memasukan edukasi inhalasi peppermint kedalam *discard planning* (perencanaan pulang), sebagai terapi pendamping saat pasien pulang kerumah.

Kata Kunci : Inhalasi Peppermint, *Tuberculosis* Paru, Frekuensi Pernapasan

PENDAHULUAN

Tuberculosis paru ialah penyakit meluas yang selalu serta berulang yang umumnya menyerang paru- paru. Di Amerika, *tuberculosis* paru kerap berlangsung, paling utama di kalangan berusia muda generasi Eropa. Bagi Organisasi Kesehatan Dunia(*World Health Organization*), *tuberculosis* merupakan pembunuh meluas terkemuka di dunia pada tahun 2020

dengan 10 juta permasalahan serta 1, 2 juta kematian. Terlepas dari realitas kalau siapa juga dapat terserang *tuberculosis* paru, penyakit ini sangat kerap terjaln pada warga berpenghasilan rendah, terpinggirkan , serta rentan yang lain.

Peppermint (*Mentha piperita L*) adalah aroma yang aromatik dan segar. Aroma manis daun mint disebabkan oleh minyak peremajaan seperti minyak

mentol. Daun peppermint mengandung asam L-askorbat korosif, provitamin A, fosfor, zat besi, kalsium dan kalium. Serat, klorofil dan fitonutrien juga ditemukan dalam daun mint. Peppermint diyakini dapat mengembalikan stamina, kelenturan dan keserbagunaan, meredakan sakit kepala, mencegah demam, memiliki sifat memperkuat sel untuk mencegah penyakit dan menjaga kesehatan mata (Maulina, 2018)

Mentha piperita L. (*Lamiaceae*) adalah herba setinggi 30-90 cm. Batangnya berbentuk persegi tegak, lebar, bagian atasnya berbentuk persegi panjang dan besar. Daunnya terbalik, berbentuk tangkai, lonjong-lanset, bergigi dan berwarna hijau kusam di permukaan atas. Bunganya berwarna ungu, setiap kuncup memiliki kelopak bulat dengan 5 gigi tajam, berbulu, tidak beraturan, 4 ruas, benang sari pendek 4, ovarium 4 sel, berakhir di celah (Azizah et al. 2013).

Perawatan berbahan dasar pewangi peppermint (*mentha piperita*) ini merupakan penyembuhan yang berasal dari alam dengan menambahkan daun mint sebagai pemberi bumbu alami. Peppermint mengandung mentol, sehingga sering digunakan sebagai bahan mentah untuk obat flu (Jefry, 2014). Bau mentol yang terdapat pada daun mint memiliki sifat menenangkan, sehingga membuka saluran pernapasan. Selain itu, daun mint juga akan membantu mengobati penyakit yang disebabkan oleh serangan bakteri. Karena daun mint memiliki sifat antibakteri. Daun mint akan melonggarkan bronkus sehingga membantu relaksasi. Untuk meredakan pernapasan, Anda cukup menghirup daun mint (Vitrilina H, Anita S dkk 2019).

Setelah di lakukan wawancara di Puskesmas Muntok Bangka Barat

kepada pemegang program pengobatan *tuberculosis* paru pada tanggal 4 Juni 2023 terkait penatalaksanaan *tuberculosis* paru pada penderita yaitu hanya dengan terapi berupa pemberian Obat Anti Tuberculosis, belum ada pemberian inhalasi pappermint. Berdasar uraian diatas, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang Efektifitas Penerapan Inhalasi Sederhana Aromaterapi Pappermint Terhadap Penurunan Frekuensi Pernapasan Pada Penderita Tuberculosis Paru di Wilayah Kerja Puskesmas Mentok Tahun 2023.

METODE

Penelitian ini merupakan jenis penelitian yang bersifat kuantitatif dengan desain penelitian yaitu *pra eksperiment* dengan pendekatan *one group pre- post*. Pemeriksaan ini merupakan penyelidikan untuk mengetahui peluang terjadinya hubungan sebab akibat dengan mengadakan syafaat atau menerapkan treatment pada satu pertemuan peninjauan melalui dua perkiraan, kemudian dilihat hasil (dampak) dari mediasi tersebut (Notoadmodjo, 2012). Persepsi utama adalah perkiraan kekambuhan pernafasan sebelum eksperimen (*pre test*), kemudian diberi perlakuan napas dalam peppermint beberapa kali dalam beberapa minggu, setelah itu kekambuhan pernafasan terlihat setelah percobaan pengobatan (*post test*). Penelitian ini diarahkan untuk memutuskan apakah ada kontras dalam kekambuhan pernafasan sebelum mediasi dan setelah mediasi.

Setelah di lakukan wawancara di Puskesmas Muntok Bangka Barat kepada pemegang program pengobatan *tuberculosis* paru pada tanggal 4 Juni 2023 terkait penatalaksanaan *tuberculosis* paru pada penderita yaitu

hanya dengan terapi berupa pemberian Obat Anti Tuberculosis, belum ada pemberian inhalasi pappermint. Berdasar uraian diatas, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang Efektifitas Penerapan Inhalasi Sederhana Aromaterapi Pappermint Terhadap Penurunan Frekuensi Pernapasan Pada Penderita Tuberculosis Paru di Wilayah Kerja Puskesmas Mentok Tahun 2023.

HASIL

1. Analisis Univariat

Penelitian ini dilakukan pada tanggal 12 Juni 2023 sampai dengan 17 Juli 2023. Tujuan dari analisis ini adalah untuk menjelaskan atau mendeskripsikan distribusi karakteristik responden dan variabel penelitian penelitian Hasil analisis univariat adalah sebagai berikut:

a. Jenis Kelamin

Tabel 1. Frekuensi Jenis Kelamin Respondent

Berdasarkan tabel 1. di atas menunjukkan bahwa responden laki laki (9) (75%) orang, lebih banyak dibandingkan dengan responden perempuan.

b. Umur

Tabel 2. Frekuensi Umur Respondent

Jenis Kelamin	Frekuensi	%
Laki-laki	9	75
Perempuan	3	25
Total	12	100
Umur	Frekuensi	%
Lansia	4	33
Dewasa	6	50
Remaja	2	18
Total	12	100

Berdasarkan tabel 2. di atas menunjukkan bahwa responden yang berusia dewasa (6) (50 %) orang, lebih banyak dibandingkan dengan responden lansia dan remaja.

c. Pendidikan

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Pendidikan

Pendidikan	Frekuensi	%
Tinggi	1	8
Sedang	4	33
Rendah	7	58
Total	12	100

Berdasarkan tabel 3. di atas menunjukkan bahwa responden yang berpendidikan rendah berjumlah 7 (58%) orang, lebih banyak dibandingkan dengan responden berpendidikan tinggi dan sedang.

d. Pekerjaan

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Pekerjaan Responden

Pekerjaan	Frekuensi	%
Tidak Bekerja	3	25
Pelajar	2	17
Buruh	4	33
Wiraswasta	2	17
Guru	1	8
Total	12	100

Berdasarkan tabel 4. di atas menunjukkan bahwa responden yang bekerja buruh berjumlah 4 (33 %) orang dan tidak bekerja 3 (25 %) lebih banyak dibandingkan dengan responden kelompok pekerjaan guru dan wiraswasta.

e. Merokok

Tabel 5. Distribusi Pola Hidup Merokok/tidak merokok

Pola hidup	Frekuensi	%
Tidak Merokok	5	42
Merokok	7	58
Total	12	100

Berdasarkan tabel 5. di atas

menunjukkan bahwa responden merokok (9) (75%) orang, lebih banyak dibandingkan dengan responden tidak merokok.

Tabel 6. Nilai Frekuensi Pernapasan Pre Test

Variabel	N	Mean	SD
Frekuensi Pernapasan Pre Test	12	25.33	0.985

Berdasarkan tabel 6. diatas didapatkan hasil bahwa nilai mean Frekuensi Pernapasan Penderita Tuberculosis Paru Sebelum Menghirup Aromaterapi Peppermint adalah 24,84 dengan nilai SD sebesar 1.015.

Tabel 7. Nilai Frekuensi Pernapasan Post Test

Variabel	N	Mean	SD
Frekuensi Pernapasan Post Test	12	20.83	1.029

Berdasarkan tabel 7. diatas didapatkan hasil bahwa nilai mean Frekuensi Pernapasan Penderita Tuberculosis Paru Setelah Menghirup Aromaterapi Peppermint adalah 20.83 dengan nilai SD sebesar 1.029

2. Analisis Bivariat

Analisis bivariat ini dilakukan untuk mengetahui perbedaan rata-rata Frekuensi Pernapasan sebelum dan sesudah menghirup aromaterapi peppermint di wilayah kerja puskesmas muntok tahun 2023. Nilai α ditetapkan sebesar (0,05), jika nilai p-value < 0,05 berarti ada perbedaan rata-rata Frekuensi Pernapasan sebelum dan sesudah menghirup aromaterapi peppermint.

Tabel 8. Nilai Rata Rata Frekuensi Pernapasan Pre Dan Post Aromaterapi Peppermint di Puskesmas Muntok Tahun 2023.

Frekuensi Pernapasan n	Mean	SD	t	p-value
Pre Test	25.33	0.985	12.53	0,000
Post Test	20.83	1.029	12.53	0,000

Berdasarkan tabel 8. Hasil uji dependent (paired t-test) menunjukkan bahwa rata rata frekuensi pernapasan penderita tuberculosis paru sebelum menghirup aromaterapi peppermint di puskesmas muntok tahun 2023 secara teratur (25.33), berbeda dibandingkan dengan rata rata frekuensi pernapasan penderita tuberculosis paru sesudah menghirup aromaterapi peppermint di puskesmas muntok tahun 2023 (20.83). analisis data didapatkan nilai p-value = 0,000<0,05, sehingga dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan nilai rata rata frekuensi pernapasan penderita tuberculosis paru sebelum dan sesudah menghirup aromaterapi peppermint di puskesmas muntok tahun 2023.

PEMBAHASAN

Terapi inhalasi ditujukan untuk mengobati bronkospasme, mengurangi lendir, mengurangi hiperaktivitas bronkial, dan mengobati infeksi. Peppermint mengandung aroma harum yang memiliki sifat farmakologis yang dimanfaatkan sebagai obat. Peppermint mengandung mentol dan memiliki sifat antibakteri dan antivirus, serta efek antitusif, yang dapat memberikan efek relaksasi dan menenangkan serta membatasi sekresi cairan tubuh yang berlebihan untuk meredakan sesak napas pada pasien tuberculosis paru.

Peppermint (*Mentha piperita L*) adalah aroma yang aromatik dan segar. Aroma manis daun mint disebabkan oleh minyak peremajaan seperti minyak mentol. Daun peppermint mengandung asam L-askorbat korosif, provitamin A, fosfor, zat besi, kalsium dan kalium.

Serat, klorofil dan fitonutrien juga ditemukan dalam daun mint. Peppermint diyakini dapat mengembalikan stamina, kelenturan dan keserbagunaan, meredakan sakit kepala, mencegah demam, memiliki sifat memperkuat sel untuk mencegah penyakit dan menjaga kesehatan mata (Maulina, 2018)

Mentha piperita L. (*Lamiaceae*) adalah herba setinggi 30-90 cm. Batangnya berbentuk persegi tegak, lebar, bagian atasnya berbentuk persegi panjang dan besar. Daunnya terbalik, berbentuk tangkai, lonjong-lanset, bergigi dan berwarna hijau kusam di permukaan atas. Bunganya berwarna ungu, setiap kuncup memiliki kelopak bulat dengan 5 gigi tajam, berbulu, tidak beraturan, 4 ruas, benang sari pendek 4, ovarium 4 sel, berakhir di celah (Azizah et al. 2013).

Tuberkulosis adalah penyakit infeksi menular yang disebabkan oleh *mycobacterium tuberculosis*, yang dapat menyerang berbagai organ, terutama paru-paru. Jika penyakit ini tidak ditangani atau terapinya kurang maka dapat menyebabkan komplikasi dan terapi ulang (Kemenkes, 2019).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pasien tuberkulosis paru setelah Menghirup Aromaterapi Peppermint di Puskesmas Muntok Tahun 2023 secara teratur ada perbedaan rata-rata nilai Frekuensi Pernapasan Penderita Tuberculosis Paru Sesudah Menghirup Aromaterapi Peppermint di Puskesmas Muntok Tahun 2023 hal ini sesuai dengan beberapa penelitian sebelumnya Desy V, Sri N, dkk (2022) di UPT Iklim Puskesmas Tandang Buhit Balige Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat sesak napas setelah menggunakan aromaterapi peppermint menggunakan peppermint selama tiga hari menurunkan tingkat sesak nafas pada subjek, dari sedang derajat dalam kelompok sedang

menjadi derajat dalam urutan sangat ringan..

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian yang berjudul “Efektifitas Penerapan Inhalasi Sederhana Aromaterapi *Peppermint* Terhadap Penurunan Frekuensi Pernapasan Pada Penderita *Tuberculosis* Paru Di Wilayah Kerja Puskesmas Mentok Tahun 2023” dapat disimpulkan :

Ada pengaruh Frekuensi Pernapasan penderita *Tuberculosis* Paru sebelum dan sesudah menghirup Aromaterapi *Peppermint* secara teratur di Wilayah Kerja Puskesmas Mentok Tahun 2023. Setelah penelitian ini diharapkan pelayanan kesehatan mempunyai standar operasional prosedur dalam pengelolaan asuhan keperawatan, sehingga masalah keperawatan komunitas dapat dilaksanakan secara maksimal, juga diharapkan puskesmas dan pelayanan kesehatan dapat memfasilitasi penelitian bagi tenaga keperawatan yang ada di puskesmas Muntok, serta diharapkan puskesmas Muntok dapat memberikan pendidikan dan pembinaan tentang Inhalasi uap peppermint pada para penderita tuberkulosis paru untuk penatalaksanaan terhadap masalah Frekuensi pernapasan dan juga edukasi pada penderita tuberkulosis paru yang mengalami sesak agar dapat diterapkan inhalasi sederhana aromaterapi peppermint.

Referensi

Abdullah H. 2015. *Kebutuhan Dasar Manusia Untuk Mahasiswa Keperawatan*. Jakarta :Cv Trans Info Media

- Arikunto. 2015. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta : Rineka Cipta
- Apriliawati D, dkk.2017. Upaya peningkatan ketidak efektifan bersihan jalan napas melalui inhalasi aroma terapi peppermint pada penderita tuberculosis paru.Surakarta.vol 1.akses : 6 maret 2023
- Desy Vega Tamara, dkk. 2022. Penerapan Inhalasi Sederhana Menggunakan Aromaterapi Daun Mint (Mentha Piperita) Terhadap Sesak Nafas Pada Pasien Tb Paru. Lampung. Vol 2 nomor 1 : akses : 6 maret 2023
- Dinas Kesehatan Provinsi Kepulauan Bangka Belitung.(2021). *Profil Kesehatan Propinsi Kepulauan Bangka Beitung 2018*. Kepulauan Bangka Belitung: Dinkes Provinsi Kepulauan Bangka Belitung. Di akses :1 Maret 2023.
- Dinas Kesehatan Provinsi Kepulauan Bangka Belitung.(2021). Profil Kesehatan Propinsi Kepulauan Bangka Beitung 2018. Kepulauan Bangka Belitung: Dinkes Provinsi Kepulauan Bangka Belitung
- Dinas Kesehatan Bangka Barat. 2021. *Profil Kesehatan Dinas Kesehatan Bangka Barat 2021*.Bangka Barat
- Harmoko.2016. *Asuhan Keperawatan Keluarga*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar
- Herlina Sirait. 2020. *Hubungan Pengetahuan dan Sikap dengan Kepatuhan minum Obat Anti Tuberkulosis pada Pasien Tb Paru di Puskesmas Teladan Medan*. Akper Kesdam medan.. Vol. 5, No.1, Juni 2020.Akses : 25 Januari 2020
- Hutabarat,V., Anastasya Stefu, S., & Sinambela, M. (2019). Pengaruh Inhalasi Sederhana Menggunakan Aromaterapi Daunmint (Mentha Piperita) Terhadap Penurunan Sesak Nafas Padapasien Tuberculosis Paru Di Puskesmas.*Ejournal Delihusada*, 2(1) 11-16
- Kardiyudiayani N. K.2019. *Keperawatan Medical Bedah I*. Yogyakarta : Pt. Pustaka Baru
- Kementerian Kesehatan RI. (2018). *Laporan Riskesdas 2018*. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Departemen Kesehatan Republik Indonesia .Selasa, 6 Maret 2023.
- Kusyati, E. 2015, *Ketrampilan dan Prosedur Laboratorium Keperawatan Dasar*, EGC : Jakarta
- Notoatmojo.2018.*Metodologi Penelitian Kesehatan*. Yogyakarta : Rineka Cipta
- Nursalam .2015 (Eds). *Manajemen Keperawatan*. Yogyakarta : Selemba Medika
- Nurarif A H. 2015. *Aplikasi Asuhan Keperawatan Berdasarkan Diagnosa*

Medis & Nanda.Yogyakarta :
Mediaction

Puskesmas Muntok. 2021. *Profil Kesehatan Puskesmas Muntok 2021*.Bangka Barat

Riskesdas, (2013). Laporan Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Nasional Tahun 2019, Departemen Kesehatan RI, Jakarta.

Setiadi (Eds) .2016. *Konsep Dan Praktik Penulisan Riset Keperawatan*.Yogyakarta : Graha

Sugiyono. 2016. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, R&D*. Bandung : IKAPI

Sudoyo W.A, (Eds).2017. *Buku Ajar Penyakit Dalam*. Jakarta : Departemen Ilmu Penyakit Dalam Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia

Suzanne C. Smeltzer, 2002. *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah Brunner & Suddarth*. Jakarta : EGC