

**PENGARUH AROMATERAPI *ESSENTIAL OIL PAPPERMINT*
TERHADAP PENURUNAN *RESPIRATORY RATE*
PADA PASIEN TUBERKULOSIS PARU**

**THE EFFECT OF AROMA *ESSENTIAL OIL PAPPERMINT* THERAPY
ON REDUCING *RESPIRATORY RATE* IN PATIENTS WITH
LUNG TUBERCULOSIS**

Dirga Setianto¹, Indhit Tri Utami², Sapti Ayubbana³

^{1,2,3}Akademi Keperawatan Dharma Wacana Metro

Email: dirgasetianto78@gmail.com

ABSTRAK

Tuberkulosis adalah penyakit infeksi yang di sebabkan oleh bakteri *Mycobacterium tuberculosis*. Sesak nafas pada tuberkulosis paru di temukan pada penyakit yang sudah lanjut, gejala ini di temukan bila kerusakan perenkim paru sudah meluas. Salah satu upaya nonfarmakologi yang dapat dilakukan untuk menurunkan sesak nafas adalah dengan aromaterapi *essential oil pappermint*. Penatalaksanaan yang akan diterapkan penulis pada karya tulis ilmiah ini yaitu pemberian aromaterapi *essential oil pappermint*. Desain penerapan yang digunakan adalah study kasus. Subyek penerapan adalah pasien TB paru yang mengalami sesak nafas. Instrumen penerapan yang di gunakan dalam pengumpulan data adalah lembar observasi frekuensi pernafasan. Pengumpulan data menggunakan pengkajin dan intervensi. Hasil penerapan ini menunjukkan bahwa sebelum dan sesudah dilakukan penerapan mengalami penurunan frekuensi pernafasan. Kesimpulan: Penerapan aromaterapi *essential oil pappermint* ini dapat di gunakan sebagai terapi nonfarmakologis untuk membantu mengurangi sesak nafas pada tuberkulosis paru.

Kata Kunci: Tuberkulosis Paru, Sesak Nafas, Aromaterapi *Essential Oil Pappermint*

ABSTRACT

Tuberculosis is an infectious disease caused by the bacteria *Mycobacterium tuberculosis*. Shortness of breath in pulmonary tuberculosis is found in advanced disease, this symptom is found when the lung perenchymal damage has expanded. One of the non-pharmacological efforts that can be done to reduce shortness of breath is the aromatherapy of pappermint essential oil. The management that the author will apply in this scientific paper is to present the aromatherapy of pappermint essential oil. The implementation design used is a case study. The subjects of application were pulmonary tuberculosis patients who experienced shortness of breath. The application instrument used in the data record was the respiratory frequency observation sheet. Data collection using pengajin and intervention. The results of this application indicate that before and after application there is a decrease in respiratory frequency. The application of pappermint aromatherapy essential oil can be used as a non-pharmacological therapy to help reduce shortness of breath in pulmonary tuberculosis.

Keywords: Pulmonary Tuberculosis, Shortness Of Breath, Aromatherapy Pappermint Essential Oil

PENDAHULUAN

Tuberkulosis (TB) adalah penyakit infeksius kronik dan berulang yang biasanya mengenai paru, meskipun semua organ dapat terkena. Penyakit ini disebabkan oleh *Mycrobacterium tuberculosis*¹.

Tuberkulosis (TBC) masih merupakan masalah kesehatan masyarakat yang menjadi tantangan global. Tuberkulosis adalah suatu penyakit menular yang disebabkan oleh bakteri *Mycobacterium tuberculosis*. Secara global kasus baru tuberkulosis sebesar 6,4 juta, setara dengan 64% dari kejadian penyakit tuberkulosis (10,0 juta). Tuberkulosis tetap menjadi 10 penyebab kematian tertinggi di dunia dan kematian tuberkulosis secara global diperkirakan 1,3 juta pasien².

Berdasarkan Profil Kesehatan Kota Metro (2018) menunjukkan bahwa cakupan penemuan penderita baru *case detection rate* (CDR), angka kejadian TBC sangat berfluktuatif, yaitu 37,31 % pada tahun 2014, 33,7 % pada tahun 2015, pada tahun 2016 adalah 34%, pada tahun 2017 adalah 34,87 % dan pada tahun 2018 adalah 35%².

Keluhan yang dirasakan pasien Tuberculosis Paru dapat bermacam-macam atau malah banyak ditemukan.

Tuberculosis Paru tanpa keluhan sama sekali dalam pemeriksaan kesehatannya. Tuberculosis paru sering dijuluki "the great imitator" yaitu suatu penyakit yang mempunyai banyak kemiripan dengan penyakit lain yang juga memberikan gejala yang timbul tidak jelas sehingga diabaikan bahkan kadang-kadang asimtomatik⁷.

Sesak nafas disebabkan pada penyakit TB paru yang sudah lanjut, yang infiltrasinya sudah setengah bagian paru-paru. Sesak nafas yang merupakan ketidakmampuan untuk membersihkan sekresi atau obstruksi dan saluran napas untuk mempertahankan bersihan jalan nafas⁷.

Salah satu cara nonfarmakologi yang dapat mengurangi sesak nafas tersebut adalah dengan memberikan aromaterapi *Essential Oil Pappermint* dengan metode penguapan menggunakan *Diffuser*. Kandungan terpenting yang terdapat dalam mint adalah menthol. *Essential Oil Pappermint* mengandung 30-45% menthol, 17-35% menthone, 5-13% menthylacetat, 2-5% limonene dan 2,5-4% neomenthol⁴.

Kandungan menthol yang terdapat pada *essential oil pepermint* memiliki kandungan anti inflamasi, sehingga

nantinya akan membuka saluran pernafasan. Selain itu, *essential oil peppermint* juga akan membantu mengobati infeksi akibat serangan bakteri, karena *essential oil peppermint* memiliki sifat antibakteri. *Essential oil peppermint* bekerja dengan cara melonggarkan bronkus sehingga akan melancarkan pernafasan. Untuk melegakan pernafasan bisa menghirup *Essential Oil Peppermint* secara langsung. Atau menggunakan alat *defuser* dengan menghirup uap air yang telah dicampurkan dengan aromaterapi *essential oil peppermint* sebagai penghangat⁴.

METODE

Karya tulis ilmiah ini menggunakan Desain penelitian study kasus. Subyek penerapan pada karya tulis ilmiah ini adalah pasien TB paru yang mengalami sesak nafas. Instrumen yang digunakan dalam pengumpulan data menggunakan lembar observasi frekuensi pernafasan (*respiratory rate/ RR*) dan standar operasional prosedur (SOP) dalam melakukan pemberian aromaterapi *essential oil peppermint*.

HASIL

1. Karakteristik Dan Gambaran Subyek

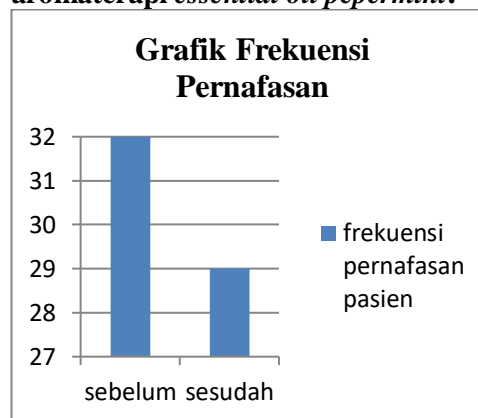
Subyek Tn. H. Berjenis kelamin laki-laki, usia 37 tahun Pendidikan

SMA bekerja sebagai kasir maknan cepat saji, saat di lakukan pengkajian subyek mengatakan didiagnosa TB paru dengan BTA+ Pasien mengeluh batuk berdahak, sesak napas, lemas dan mengeluh nafsu makan menurun, pasien mengatakan tinggal di perumahan padat penduduk, dan di dalam keluarga adiknya terdiagnosa TB paru 1 tahun yang lalu. Hasil pemeriksaan fisik ditemukan TD : 100/80 mmHg, N: 88x/menit, RR: 32x/menit, S: 37,5°C, SpO2: 96%, BB : 50 kg, TB : 170 cm.

2. Hasil Penerapan

Penerapan aromaterapi *essential oil peppermint* pada subyek Tn. H selama 1 hari selama 15 menit di tuangkan oleh penulis dalam tabel diagram batang berikut ini.

Grafik 3.1 frekuensi pernafasan sebelum dan sesudah penerapan aromaterapi *essential oil peppermint*.



Berdasarkan grafik 3.1 menunjukkan bahwa sebelum penerapan aromaterapi *essential oil peppermint* frekuensi pernafasan pasien 32x/ menit dan setelah dilakukan penerapan aromaterapi *essential oil peppermint* frekuensi pernafasan pasien menjadi 29x/ menit.

PEMBAHASAN

Nilai *respiratory rate* (RR) sebelum dilakukan Pemberian aromaterapi *essential oil peppermint* pada subyek (Tn. H) yaitu 32 x/menit. Dalam upaya membantu menurunkan sesak napas pada Tn. H dapat memberikan tindakan Pemberian aromaterapi *essential oil peppermint*. Setelah dilakukan pemberian aromaterapi *essential oil peppermint* selama 1 hari pada tanggal 10 Juni 2020, sesak nafas pada subyek mengalami penurunan yang ditandai dengan nilai *Respiratory rate* (RR) yang mengalami penurunan menjadi 29 x/menit

Sesak nafas disebabkan pada penyakit TB paru yang sudah lanjut, yang infiltrasinya sudah setengah bagian paru-paru. Sesak nafas yang merupakan ketidakmampuan untuk membersihkan sekresi atau obstruksi dan saluran napas untuk mempertahankan bersihan jalan nafas⁷.

Salah satu cara nonfarmakologi yang dapat mengurangi sesak nafas tersebut adalah dengan memberikan aromaterapi *Essential Oil Pappermint* dengan metode penguapan menggunakan *Diffuser*. Kandungan terpenting yang terdapat dalam mint adalah menthol. *Essential Oil Pappermint* mengandung 30-45% menthol, 17-35% menthone, 5-13% menthylacetat, 2-5% limonene dan 2,5-4% neomenthol⁴.

Aromaterapi merupakan tindakan terapautik dengan menggunakan minyak esensial yang bermanfaat untuk meningkatkan keadaan fisik dan psikologi sehingga menjadi lebih baik. Ketika esensial dihirup, maka molekul akan masuk ke rongga hidung dan merangsang sistem limbik¹.

Selanjutnya akan terjadi efek pusat emosi dan memori atas daya ingat, kemudian terjadi respon balik melalui sistem sirkulasi. Implus akan diantarkan keseluruh tubuh dan diubah menjadi suatu aksi dengan melepaskan serotonin dan norepinereprin dengan efek timbulnya rasa senang, rileks, tenang sehingga pasien yang mengalami sesak nafas akan rileks dan pernafasan akan menjadi teratur³.

Kemudian molekul-molekul *essential oil pappermint* yang terhirup juga akan

membantu mengurangi sesak nafas karena *essential oil peppermint* mengandung menthol, aroma menthol yang terdapat pada *essential oil peppermint* ini memiliki anti inflamasi, sehingga nantinya akan membuka saluran pernafasan. Selain itu, *essential oil peppermint* juga akan membantu mengobati infeksi akibat serangan bakteri. Karena *essential oil peppermint* memiliki sifat antibakteri, yang dapat melonggarkan bronkus sehingga akan melancarkan pernafasan. Karena sesak nafas pada pasien TB paru terjadi karena adanya peradangan pada paru-paru yang di sebabkan oleh bakteri. *Mycobacterium tuberculosis*⁴.

Menthol berkhasiat sebagai obat karminatif (penenang), antispasmodic (antibatuk) dan diaforetik (menghangatkan dan menginduksi keringat). Minyak *Mentha piperita L.* mempunyai sifat mudah menguap, tidak berwarna, berbau tajam dan menimbulkan rasa hangat diikuti rasa dingin menyegarkan yang dapat membantu mengencerkan dahak⁶.

Hasil penerapan ini juga sesuai dengan penelitian yang di lakukan oleh Hutabarat, Sitepu, & Sinambela (2019) terkait pengaruh inhalasi sederhana menggunakan aromaterapi daun mint

(*mentha piperita*) terhadap penurunan sesak nafas pada pasien tuberculosis paru di puskesmas menunjukkan hasil bahwa ada pengaruh inhalasi sederhana menggunakan daun mint aromaterapi (*Mentha Piperita*) untuk mengurangi sesak napas pada pasien TB paru.

Penelitian lain yang di lakukan oleh Siswantoro (2015) terkait pengaruh aroma terapi daun mint dengan inhalasi sederhana terhadap penurunan sesak nafas pada pasien tuberculosis paru menunjukkan Hasil penelitian dari uji *Wilcoxon* di peroleh data *p value* 0,008 < 0,05 yang artinya ada pengaruh aroma terapi daun mint dengan inhalasi sederhana terhadap penurunan sesak nafas dan pada hasil uji *Mann Whitney U* menunjukkan *p value* 0,006 < 0,05 yang berarti ada beda antara nilai skala sesak nafas kelompok kontrol tanpa diberikan aroma terapi daun mint dengan inhalasi sederhana.

Berdasarkan analisis penulis aromaterapi *essential oil peppermint* dapat membantu menurunkan sesak nafas pada pasien tuberculosis paru yang mengalami sesak nafas, aromaterapi *essential oil peppermint* dapat digunakan sebagai salah satu referensi tindakan yang dapat dilakukan untuk menurunkan sesak nafas pada

pasien tuberculosis paru terutama pada Tn.H

KESIMPULAN

Berdasarkan uraian hasil penerapan di atas maka dapat diambil kesimpulan bahwa Frekuensi pernafasan setelah dilakukan pemberian aromaterapi *essential oil peppermint* selama 1 hari, dapat menurunkan sesak nafas

DAFTAR PUSTAKA

1. Amelia S., Oktorina, R., Astuti, N. (2018). Aromaterapi Peppermint Terhadap Masalah Keperawatan Ketidakefektifan Bersihan Jalan Nafas Anak Dengan Bronkopneumonia. Diunduh Pada Tanggal 1 Agustus 2020 pukul 20:00 WIB dalam web site: <https://ojs.fdk.ac.id/index.php/Nursing/article/view/266>
2. Dinkes Kota Metro. (2019). Profil Kesehatan Kota Metro. Kasie Surveilans & Epidemiologi Dinas Kesehatan Kota Metro. Diunduh pada tanggal 10 Februari 2020 pukul 11.00 WIB dalam web site.
3. Hairunnisah. (2018). Uji Keefektifan Aromaterapi Minyak Atsiri Daun Mint (*Mentha Arvensis* L) Sebagai Antidepresan Pada Mencit (*Mus Musculus*). Diunduh Pada Tanggal 25 Juli 2020 Pukul 20:00 WIB Dalam Web Site:<https://adoc.tips/que/ujikeefektifan-aromaterapi-minyak-atsiri-daunmintmentha-a.html>
4. Hutabarat, V., Sitepu, SA., Sinambela, M. (2019). Pengaruh Inhalasi Sederhana Menggunakan Aromaterapi Daun Mint (*Mentha Piperita*) Terhadap Penurunan Sesak Nafas Pada Pasien Tuberculosis Paru di Puskesmas. Diunduh Pada Tanggal 04 Februari 2020 pukul 20:00 WIB dalam web site: <http://ejournal.delihus.ac.id/index.php/JPK2R/article/view/101>
5. LeMone, P., Burke, KM & Bauldoff, G. (2015). Buku Ajar Keperawatan MedikalBedah Volume 4. alih Bahasa: Subekti, B N, Jakarta: EGC.
6. Ningrum, EO. (2019). Pemberian inhalasi sederhana dengan daun mint untuk mengatasi masalah ketidakefektifan bersihan jalan nafas pada an. x di kabupaten magelang. Diunduh pada tanggal 15 Juni 2020 pukul 13.00 WIB dalam website http://eprintslib.ummgl.ac.id/769/1/16.0601.0032_BAB%20I_BAB%20II

[20II_BAB%20III_BAB%20V_DA
FTAR%20PUSTAKA.pdf](#)

7. Siswantoro, E. (2015). Pengaruh Aroma Terapi Daun Mint Dengan Inhalasi Sederhana Terhadap Penurunan Sesak Nafas pada Pasien Tuberculosis Paru. Diunduh Pada Tanggal 10 Maret 2020 Pukul 08.00 WIB dalam web site: <http://jurnalonline.lppmdianhusada.ac.id/index.php/article/download/30/9>.
8. World Health Organization. (2018). Global Tuberculosis Report. Diunduh pada Tanggal 10 Februari 2020 pukul 13.30 WIB dalam web site: <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs104/en/>

