



**CASE REPORT : INTERVENSI INHALASI SEDERHANA DENGAN PAPPERMINT
(MENTHA PIPERITA) UNTUK MENINGKATKAN BERSIHAN JALAN NAPAS PASIEN
PNEUMONIA DI RS MARDI WALUYO METRO**

NASKAH PUBLIKASI

Oleh :

DEWI RETNO MAYASARI

NIM. 2404118

**PROGRAM PENDIDIKAN PROFESI NERS
STIKES BETHESDA YAKKUM YOGYAKARTA
TAHUN 2025**

NASKAH PUBLIKASI

CASE REPORT : INTERVENSI INHALASI SEDERHANA DENGAN PAPPERMINT
(MENTHA PIPERITA) UNTUK MENINGKATKAN BERSIHAN JALAN NAPAS
PASIEN PNEUMONIA DI RS MARDI WALUYO METRO

Oleh :

Dewi Retno Mayasari

NIM-2404118

Karya Ilmiah Akhir ini disetujui pada tanggal 3 September 2025

Ketua Program Studi Pendidikan

Pembimbing

Profesi Ners



Indah Prasetya, S.Kep., Ns., M.Kep.

Ignasia Yunita Sari, S.Kep., Ns., M.Kep.

**CASE REPORT : INTERVENSI INHALASI SEDERHANA DENGAN PAPPERMINT
(MENTHA PIPERITA) UNTUK MENINGKATKAN BERSIHAN JALAN NAPAS
PASIE PNEUMONIADI RS MARDI WALUYO METRO**

Dewi Retno Mayasari¹, Ignasia Yunita Sari², Sugeng Haryadi³

Abstrak

Dewi Retno Mayasari: *Case Report* : Intervensi Inhalasi Sederhana dengan *Pappermint* (*Mentha Piperita*) Untuk Meningkatkan Bersihan Jalan Napas Pasien Pneumonia di Rs Mardi Waluyo Metro

Latar Belakang: Pneumonia merupakan kasus dengan jumlah kematian berkisar 935.000 jiwa pertahun dan lebih dari 2.500 perhari penderita pneumonia meninggal dunia. Angka penderita pneumonia di Amerika serikat mencapai lebih dari 1.500.000 kasus pneumonia setiap tahun dan 100.000 terjadi kematian karena pneumonia. Dampak yang ditimbulkan dari penderita pneumonia akan mengakibatkan penderita mengalami kelemahan fisik, batuk terus menerus, sesak napas. Mengatasi dampak yang timbul dapat dilakukan dengan inhalasi sederhana *pappermint*

Metode : Desain penelitian ini adalah studi kasus dengan menggunakan pendekatan asuhan keperawatan. Sampel 1 responden dengan alat ukur menggunakan lembar observasi pengukuran respirasi, dahak, dan frekuensi napas

Gejala Utama, Intervensi, dan Outcome: Peneliti melakukan pengkajian pasien pada tanggal 13 Agustus 2025 dengan hasil pemeriksaan tekanan darah : 130/80 mmHg, nadi : 105x/mnt, pernafasan 22 x/mnt suhu: 40,1°C, spo2 94%. Intervensi keperawatan yang diberikan adalah inhalasi sederhana dengan *Pappermint* yang dilakukan selama 15 menit dilakukan sebanyak 2 kali sehari..

Kesimpulan: Evaluasi setelah intervensi didapatkan hasil bersihan jalan napas menjadi meningkat dibuktikan dengan SPO2 yang meningkat, batuk pasien efektif dan pasien tidak sesak.

Kata kunci: Pneumonia, Bersihan Jalan Napas, *Pappermint*

xiii + 59 halaman + 1 tabel + 7 lampiran.

Kepustakaan: 28(2020 – 2024)

¹Mahasiswa Profesi Ners STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta

²Dosen STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta

³Pembimbing Klinik Rumah Sakit Mardi Waluyo Metro

CASE REPORT: A SIMPLE INHALATION INTERVENTION WITH PAPPERMINT (MENTHA PIPERITA) TO IMPROVE AIRWAYS CLEARANCE IN PNEUMONIA PATIENTS AT MARDI WALUYO HOSPITAL, METRO

Dewi Retno Mayasari¹, Ignasia Yunita Sari², Sugeng Haryadi³

Abstract

Dewi Retno Mayasari: Case Report: Simple Inhalation Intervention with Peppermint (Mentha Piperita) to Improve Airway Clearance in Pneumonia Patients at Mardi Waluyo Metro Hospital

Background: Pneumonia is a chronic disease with an estimated 935,000 deaths per year, with over 2,500 deaths per day. In the United States, there are over 1,500,000 cases of pneumonia each year, with 100,000 deaths. The effects of pneumonia can include physical weakness, persistent coughing, and shortness of breath. These effects can be addressed with simple peppermint inhalation.

Methods: This research design is a case study using a nursing care approach. Sample 1 respondent used a measuring instrument to measure respiration, phlegm, and respiratory rate.

Main Symptoms, Interventions, and Outcomes: Researchers assessed the patient on August 13, 2025. The examination results were blood pressure: 130/80 mmHg, pulse: 105 beats/min, respiratory rate 22 breaths/min, temperature: 40.1°C, and SPO2 94%. The nursing intervention provided was simple inhalation with peppermint for 15 minutes twice daily.

Conclusion: Post-intervention evaluation showed improved airway clearance, evidenced by increased SPO2, effective coughing, and no shortness of breath.

Keywords: Pneumonia, Airway Clearance, Peppermint
xiii + 59 pages + 1 table + 7 appendices.

Bibliography: 28 (2020 – 2024)

¹Nursing Professional Student, Bethesda Yakkum Health College, Yogyakarta

²Lecturer, Bethesda Yakkum Health College, Yogyakarta

³Clinical Supervisor, Mardi Waluyo Metro Hospital

Pendahuluan

Pneumonia merupakan kasus dengan jumlah kematian berkisar 935.000 jiwa pertahun dan lebih dari 2.500 perhari penderita pneumonia meninggal dunia. Angka penderita pneumonia di Amerika serikat mencapai lebih dari 1.500.000 kasus pneumonia setiap tahun dan 100.000 terjadi kematian karena pneumonia²¹. Dari penelitian³ bahwa prevalensi pneumonia di indonesia mengalami peningkatan yang terjadi pada semua umur, yang berkisaran dari 2,1% menjadi 2,7%. Pada pengelompokan pasien pneumonia terdiri dari umur 1- 4 tahun dan sudah mulai meningkatnya pasien pneumonia pada umur 45-54 tahun. Penyebab kematian terbesar pada anak di dunia untuk tahun 2015 adalah pneumonia yaitu 920.136 terjadi kematian yang dikarenakan pneumonia, dari 16% kematian merupakan anak yang berusia kurang dari 5 tahun²⁴.

Berdasarkan data Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, capaian deteksi kasus pneumonia nasional menunjukkan peningkatan dari tahun ke tahun. Pada tahun 2022, dari estimasi 969.000 kasus, berhasil ditemukan 724.309 kasus, dengan cakupan deteksi sebesar 74%. Tahun 2023, dari estimasi 1.060.000 kasus, ditemukan 809.000 kasus (76%), dan pada tahun 2024, dari estimasi 1.092.000 kasus, ditemukan 889.000 kasus (81%)⁸. Meskipun terdapat tren peningkatan, capaian ini masih berada di bawah target nasional sebesar 90% yang ditetapkan untuk tahun 2025, artinya dari setiap 100 kasus pneumonia yang diperkirakan 90 di antaranya harus berhasil ditemukan. Secara nasional, Provinsi Lampung berada pada urutan ke 9 dengan 11,87% kasus⁶. Dalam tiga tahun terakhir, Provinsi Lampung menunjukkan tren peningkatan dalam penemuan kasus pneumonia. Pada tahun 2022, dari estimasi sebanyak 31.302 kasus, ditemukan 16.903 kasus dengan cakupan deteksi sebesar 54%. Angka ini terus mengalami peningkatan, dan pada tahun 2024 jumlah kasus yang ditemukan mencapai 18.519 kasus, dengan cakupan deteksi naik menjadi 59,2%⁹. Tiga kabupaten di Provinsi Lampung dengan cakupan penemuan pneumonia terendah pada tahun 2022 adalah Tulang Bawang Barat (3.211 kasus), Mesuji (2.699 kasus), dan Pesisir Barat (2.036 kasus). Sementara itu, pada tahun 2024, kota Metro dengan cakupan pneumonia sebanyak (1.667 kasus).

Dampak yang ditimbulkan dari penderita pneumonia akan mengakibatkan penderita mengalami kelemahan fisik, batuk terus menerus, sesak napas, nyeri dada, nafsu makan menurun, berat badan menurun, keringat di malam hari dan panas. Pada penderita tuberculosis paru akan mengalami sesak nafas. Saat otot bantu nafas bekerja akan terjadinya kelainan pada respirasi yang bertujuan untuk mengoptimalkan ventilasi nafas terjadinya¹⁷. Upaya untuk mengurangi sesak nafas tersebut dapat menggunakan terapi farmakologi dan menggunakan dan non farmakologi. Salah satu cara yang dapat mengurangi sesak nafas tersebut yaitu dengan memberikan aroma terapi daun mint dengan inhalasi sederhana atau

metode penguapan. Kandungan yang terpenting dalam mint adalah menthol. Daun mint mengandung 30-45% menthol, 17-35% menthone, 5-13% menthyl acetat, 2-5% limonene dan 2,5-4% neomenthol¹⁹.

Aroma terapi dapat digunakan dengan metode inhalasi sederhana dengan menghirup uap hangat dari air mendidih yang telah dicampur dengan aroma terapi sebagai penghangat, misalnya daun mint. Terapi inhalasi ditujukan untuk mengatasi bronkospasme, mengencerkan sputum, menurunkan hipereaktivitas bronkus serta mengatasi infeksi (Suardana et al., 2020). Daun mint mengandung herbal aromatic yang memiliki sifat farmakologi yang digunakan sebagai obat tradisional. Daun mint mengandung menthol dan menunjukkan sifat anti bakteri dan anti virus serta efek antitusif yang dapat memberikan efek relaksasi dan anti inflamasi serta menghambat hipersekresi lendir saluran napas, sehingga dapat meredakan status sesak napas pasien⁵.

Hasil penerapan ini relevan dengan hasil penelitian¹¹ tentang pengaruh aroma terapi daun mint dengan inhalasi sederhana terhadap penurunan sesak napas pada pasien pneumonia, 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 napas. Penelitian selanjutnya tentang pengaruh inhalasi sederhana menggunakan aromaterapi daun mint (*mentha piperita*) terhadap penurunan sesak napas pada pasien pneumonia di Puskesmas, menunjukkan hasil penelitian bahwa ada pengaruh inhalasi sederhana menggunakan aromaterapi daun mint (*mentha piperita*) terhadap penurunan sesak napas pada pasien pneumonia parudengan nilai p-value 0.000 14 . Penelitian yang sama tentang pengaruh inhalasi sederhana menggunakan daun mint (*menthepiperita*) terhadap penurunan sesak napas penderita pneumonia di Lingkungan UPT Puskesmas Tandang Buhit Balige, menunjukkan bahwa terdapat pengaruh inhalasi sederhana daun mint terhadap penurunan sesak napas pada pasien pneumonia dengan nilai p-value 0.000¹.

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti saat praktik lapangan di ruang bangsal paru, didapatkan jumlah penderita pneumonia selama praktik 1 minggu berjumlah 8 orang, dari hasil observasi yang ada RS Mardi Waluyo Metro hanya memberikan terapi farmakologi untuk mengurangi sesak pasien dan tidak dikombinasi dengan terapi non farmakologi, berdasarkan fenomena tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penerapan inhalasi sederhana menggunakan aroma terapi paper mint untuk meningkatkan bersihan jalan napas pasien pneumonia.

METODE PENELITIAN

Desain penelitian ini adalah studi kasus dengan menggunakan pendekatan asuhan keperawatan. Sampel 1 responden dengan alat ukur menggunakan lembar observasi

pengukuran respirasi, dahak, dan frekuensi napas.

HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

Informasi Umum Pasien

Nama : Ny. S, Tanggal lahir/umur 16 Juni 1988/ 36 Tahun, beralamat di Kotagajah, Status perkawinan pasien Kawin, pasien beragama Kristen dengan suku Jawa, pendidikan SMA dan pekerjaan sebagai Ibu rumah tangga (IRT)

Riwayat Kesehatan Pasien

Ny S mengatakan pernah menjalani operasi tumor pada tahun 2024 dengan hasil PA radang kronis TB, Pada tanggal 07 Agustus 2025 pasien mengalami batuk berdahak disertai sesak, pasien sempat berobat ke bidan setempat namun tidak ada perubahan justru sesak makin bertambah, selain itu pasien mengalami mual dan muntah disertai demam tinggi hingga menggigil, akhirnya pada tanggal 8 Agustus 2025 keluarga memutuskan untuk membawa pasien ke RS Mardi Waluyo Metro. Peneliti melakukan pengkajian pasien pada tanggal 13 Agustus 2025 dengan hasil pemeriksaan tekanan darah : 130/80 mmHg, nadi : 105x/mnt, pernafasan 22 x/mnt suhu: 40,1°C, spo2 94%, pasien mendapat terapi: RL 500cc /12 jam, paracetamol 3x500gram, acetil 3x1 ampul, nebulizer farbiven + nebulizer combivent, 1: 1 / 8 jam, ranitidin 2x1 ampul, levofloxacin 1x750mg.

Perjalanan Penyakit

Pada tanggal 07 Juli 2025 pasien mengalami batuk berdahak disertai sesak, pasien sempat berobat ke bidan setempat namun tidak ada perubahan justru sesak makin bertambah, selain itu pasien mengalami mual dan muntah disertai demam tinggi hingga menggigil. Pasien susah mengeluarkan dahak. Pneumonia pada Ny. S merupakan infeksi akut pada parenkim paru yang disebabkan oleh masuknya mikroorganisme patogen, baik berupa bakteri, virus, jamur, maupun aspirasi zat asing. Akhirnya pada tanggal 8 Agustus 2025 keluarga memutuskan untuk membawa pasien ke RS Mardi Waluyo Metro. Peneliti melakukan pengkajian pasien pada tanggal 13 Agustus 2025 dengan hasil pemeriksaan tekanan darah : 130/80 mmHg, nadi : 105x/mnt, pernafasan 22 x/mnt suhu: 40,1°C, spo2 94%, pasien mendapat terapi: RL 500cc /12 jam, paracetamol 3x500gram, acetil 3x1 ampul, nebulizer farbiven + nebulizer combivent, 1: 1 / 8 jam, ranitidin 2x1 ampul, levofloxacin 1x750mg.

Etiologi, faktor risiko penyakit dan patofisiologi

Etiologi tersering pada pneumonia komunitas adalah bakteri *Streptococcus pneumoniae*, diikuti oleh *Haemophilus influenzae*, *Staphylococcus aureus*, dan berbagai virus pernapasan. Pada Ny. S, kemungkinan penyebab utama adalah infeksi bakteri karena timbulnya gejala seperti demam, batuk berdahak, dan sesak napas. Beberapa faktor risiko yang dapat mempermudah terjadinya pneumonia meliputi usia lanjut, status gizi buruk, kebiasaan merokok, paparan polusi, penyakit penyerta seperti diabetes mellitus, hipertensi, atau penyakit paru kronis, serta sistem imun yang melemah. Patofisiologi pneumonia berawal dari kolonisasi atau invasi mikroorganisme ke saluran napas bawah melalui inhalasi droplet atau aspirasi sekresi orofaring. Mikroorganisme ini kemudian memicu respons inflamasi pada alveoli dan jaringan paru, menyebabkan pelepasan mediator inflamasi seperti sitokin dan interleukin, yang mengakibatkan peningkatan permeabilitas kapiler dan penumpukan cairan serta eksudat dalam alveoli. Akibatnya, terjadi gangguan pertukaran gas, menurunnya kapasitas oksigenasi, dan timbul gejala seperti sesak napas, takipnea, dan hipoksemia. Proses inflamasi yang luas dapat menyebabkan kerusakan jaringan paru, memperburuk hipoksia, dan bila tidak segera ditangani, dapat berkembang menjadi komplikasi seperti efusi pleura atau sepsis.

Pemeriksaan Diagnostik

Pemeriksaan Laboratorium, (08 Agustus 2025) dengan hasil Leukosit 12.400, Eritrosit 5,4, Hemoglobin 14,0, Hematokrit 43, MCV 79, MCH 26, MCHC 33, RDW-SD 44,8, RDW-CV 13,6, MPV 9,9, Trombosit 398.000, GDS 79. Thorax (08 Agustus 2025) Bronkitis. EKG (08 Agustus 2025) sinus rythem. TCM (09 Agustus 2025) MTB not detected. Pewarnaan Gram Sputum (08 Agustus 2025) ditemukan bakteri coccu gram positif susunan dua-dua, ditemukan bakteri coccu gram positif susunan berklompok.

Hasil Pemeriksaan Fisik

Pasien mengalami gangguan bersihan jalan napas. Keadaan umum pasien tampak sedang, kekuatan otot 5, skrining fungsional ADL dibantu sebagian, Pasien kesadaran composmentis, GCS (*Glasgow coma scale*): 15 (E4, V5, M6). tekanan darah : 130/80 mmHg, nadi : 105x/mnt, pernafasan 22 x/mnt suhu: 40,1°C, SPO2 94%, batuk pasien produktif, terdapat otot bantu pernapasan, suara ronchi, tidak ada kelainan anggota gerak atas, tidak ada kelainan terkait system kardiovaskuler, pernapasan, integumen, pencernaan, dan perkemihan.

Rencana Terapi

Terapi teraupetik yang diberikan kepada pasien kelolaan ini menggunakan terapi farmakologi dan non farmakologi, berikut penjelasannya: RL 500cc /12 jam, paracetamol 3x500 gram, acetil 3x1 ampul, nebulizer farbiven + nebulizer combivent, 1:1 / 8jam, ranitidin 2x1ampul, levofloxacin 1x750mg. Intervensi yang diberikan yaitu inhalasi sederhana dengan pappermint. Intervensi inhalasi sederhana dengan peppermint pada Ny.S dengan pneumonia dilakukan untuk membantu melegakan saluran pernapasan, mengurangi hidung tersumbat, dan memberikan efek relaksasi. Prosedur dimulai dengan mempersiapkan alat dan bahan, yaitu baskom berisi air hangat, handuk, dan minyak esensial peppermint. Perawat menjelaskan tujuan tindakan kepada Ny. S untuk meningkatkan kerja sama pasien. Selanjutnya, teteskan 1–2 tetes minyak peppermint ke dalam air hangat, lalu minta Ny. S duduk dengan posisi nyaman dan menunduk mendekati baskom, kemudian tutupi kepala dan baskom dengan handuk agar uap terkumpul. Ny. S diarahkan untuk menghirup uap peppermint secara perlahan melalui hidung dan menghembuskannya lewat mulut selama 10–15 menit atau sesuai toleransi pasien. Selama prosedur perawat memantau tanda-tanda vital, kondisi pernapasan, serta respon pasien terhadap terapi. Setelah selesai, perawat membantu mengeringkan wajah pasien dan mengevaluasi efek intervensi, seperti adanya penurunan sesak napas, hidung lebih lega, serta rasa nyaman. Namun, tindakan ini tidak boleh dilakukan jika pasien memiliki riwayat asma, alergi peppermint, gangguan pernapasan berat, atau iritasi mukosa hidung, sehingga sebelum melakukan intervensi, perawat wajib melakukan asesmen kondisi pasien terlebih dahulu.

Hasil Yang Diharapkan Dari Rencana Intervensi

Hasil yang diharapkan berdasarkan kasus kelolaan yaitu bersihan jalan napas tidak efektif dengan menerapkan kriteria standar luaran keperawatan Indonesia (SLKI) 2020 dengan hasil setelah diberikan tindakan inhalasi sederhana dengan pappermint untuk mencapai bersihan jalan napas meningkat (L.01001). Peneliti melakukan Tindakan keperawatan berupa inhalasi sederhana dengan pappermint untuk meningkatkan bersihan jalan napas.

Luaran Aktual Yang Telah Dicapai Dari Intervensi Yang Dilakukan

Pelaksanaan implementasi inhalasi sederhana dengan pappermint yang dilakukan pada tanggal 13-14 Agustus 2025 di RS Mardi Waluyo Metro. Peneliti memulai menerapkan inhalasi sederhana dengan pappermint kepada pasien dengan tahap melakukan sesuai dengan SOP. Inhalasi sederhana dengan pappermint dilakukan sebanyak 2 kali dalam waktu

5 menit. Evaluasi setelah intervensi inhalasi sederhana dengan pappermint adalah sebagai berikut:

- Tanggal 13 Agustus 2025 didapatkan nilai sekret berhasil dikeluarkan kental. sesak berkurang, RR : 22x per menit pada pukul 10.20
- Tanggal 14 Agustus 2025 didapatkan nilai sekret berhasil dikeluarkan encer sesak berkurang. RR : 18x per menit pada pukul 09.00 wib

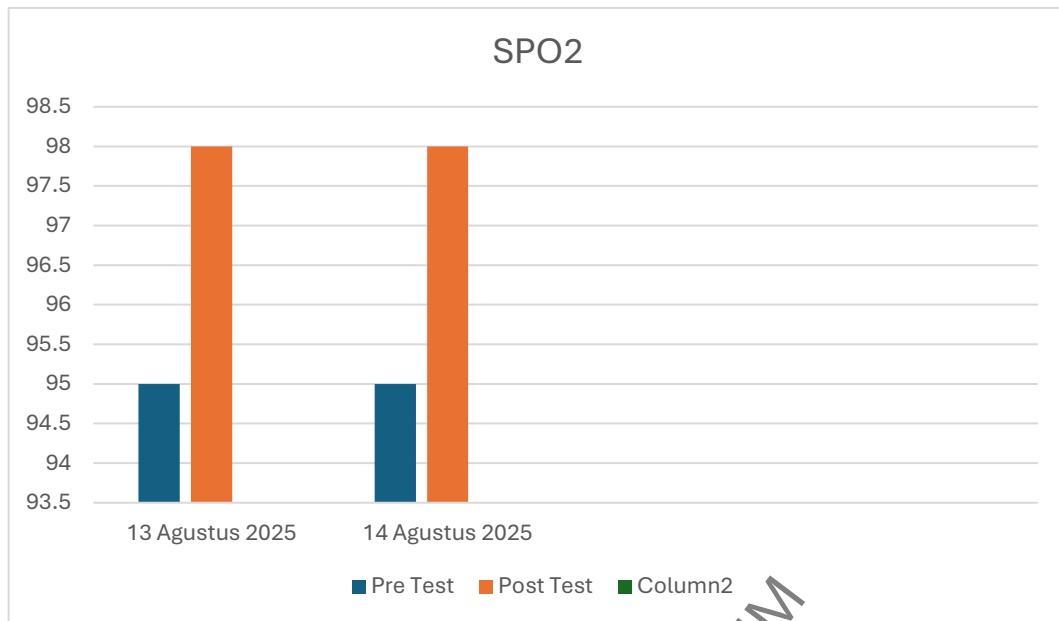
Dari hasil implemtasi penerapan inhalasi sederhana dengan pappermint pada pasien kelolaan didapatkan hasil bahwa dengan menerapkan interevnsi tersebut terbukti dapat meningkatkan bersihan jalan napas

Tabel 1

Hasil Impelemntasi Penerapan Inhalasi Sederhana Dengan Pappermint Untuk Meningkatkan Bersihan Jalan Napas Tidak Efektif Pada Pasien Pneumonia di RS Mardi Waluyo Metro, Agustus 2025

No	Tgl/Jm	Intervensi	Bersihan jalan napas	
			Pre tes	Post tes
1	13/08/2025 10.20 WIB	Inhalasi Sederhana Dengan Pappermint	Dahak susah keluar, Batuk aktif Sesak. RR : 22x/menit, SPO2 : 95%	Dahak keluar kental Batuk berkurang RR : 22 x/menit, SPO2 : 98%
2	14/08/2025 09.00 WIB	Inhalasi Sederhana Dengan Pappermint	Dahak susah keluar, Sesak RR: 22x/menit, SPO2 : 95%	Dahak keluar kental. Sesak berkurang. RR : 18 x/menit, SPO2 : 98 %

Sumber : Dara Primer diolah tahun 2025



PEMBAHASAN

Pengkajian yang telah peneliti temukan didapatkan data Ny.S berjenis kelamin perempuan berusia 36 tahun pekerjaan sebagai IRT. Pada pasien dewasa, kejadian pneumonia paling tinggi pada kelompok usia >65 tahun sebanyak 7 orang. Hal ini disebabkan karena pada usia lanjut terjadi perubahan anatomi fisiologi akibat proses penuaan memberi konsekuensi penting terhadap cadangan fungsional paru, kemampuan untuk mengatasi penurunan komplians paru dan peningkatan resistensi saluran napas terhadap infeksi dan penurunan daya tahan tubuh. Pasien geriatri lebih mudah terinfeksi pneumonia karena adanya gangguan reflek muntah, melemahnya imunitas, gangguan respon pengaturan suhu dan berbagai derajat kelainan kardopulmoner¹⁷.

Sesuai dengan hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018 yang menunjukkan bahwa penderita pneumonia sebagian besar berjenis kelamin laki-laki¹³. Namun, hal ini kurang sesuai dengan hasil penelitian¹⁰, menyatakan bahwa jumlah pasien pneumonia lebih didominasi oleh perempuan. Pada dasarnya, pada pasien pneumonia jenis kelamin bukan faktor risiko terjadinya pneumonia, akan tetapi lebih banyak dipengaruhi oleh sistem kekebalan tubuh anak. Sistem kekebalan tubuh dapat dipengaruhi karena beberapa faktor, yaitu pemberian ASI eksklusif, status gizi, status imunisasi, polusi dari lingkungan, dan tempat tinggal yang terlalu padat². Pada pasien dewasa persentase perempuan lebih tinggi daripada laki-laki. Tidak jauh berbeda dengan penelitian oleh¹³. Namun, hal ini tidak sesuai dengan hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018 yang menunjukkan bahwa penderita pneumonia sebagian besar berjenis kelamin laki-laki¹⁶. Banyak faktor yang dapat meningkatkan resiko CAP diantaranya kebiasaan merokok, penyakit kronis (penyakit kardiovaskuler, penyakit paru, diabetes melitus, dan gagal ginjal), keadaan imunodefisiensi dan faktor lingkungan. Selain itu, gaya hidup juga turut mempengaruhi angka kejadian CAP¹⁵.

Pada tanggal 07 Agustus 2025 pasien mengalami batuk berdahak disertai sesak, pasien sempat berobat ke bidan setempat namun tidak ada perubahan justru sesak makin bertambah, selain itu pasien mengalami mual dan muntah disertai demam tinggi hingga menggigil. Pasien susah mengeluarkan dahak. Pneumonia ditandai dengan gejala batuk dan atau kesulitan bernapas seperti napas cepat, dan tarikan dinding dada bagian bawah ke dalam. Oleh Karena itu, deteksi dini penyakit pneumonia pada anak balita sangat diperlukan agar dapat mencegah dan menanggulangi penyakit tersebut kedalam tahap yang serius. Upaya untuk menghentikan proses penyakit pneumonia lebih lanjut dapat dilakukan melalui deteksi (diagnosis) dini serta pemberian pengobatan yang cepat dan tepat⁴. Pada hasil pemeriksaan laboratorium pasien, menunjukkan adanya kenaikan leukosit dimana hal ini bisa terjadi karena adanya infeksi bakteri. Selain itu juga terjadi adanya penurunan limfosit, hal ini juga bisa terjadi karena adanya infeksi virus pada pasien¹⁸. Selain pemeriksaan laboratorium, pada pemeriksaan radiologi pasien menunjukkan adanya corakan vaskuler kasar dan infiltrat pada basal kiri. Pada pasien pneumonia biasanya ditemukan adanya infiltrat atau air bronchogram pada foto toraks pasien (Islam et al., 2017).

Tujuan dari penelitian ini untuk melakukan tindakan keperawatan berupa inhalasi sederhana dengan pappermint untuk meningkatkan bersihan jalan napas pada pasien pneumonia. Pelaksanaan implementasi inhalasi sederhana dengan pappermint yang dilakukan pada tanggal 13-14 Agustus 2025 di RS Mardi Waluyo Metro. Peneliti memulai menerapkan inhalasi sederhana dengan pappermint kepada pasien dengan tahap melakukan sesuai dengan SOP. Inhalasi sederhana dengan pappermint dilakukan sebanyak 2 kali dalam waktu 5 menit. Evaluasi setelah intervensi inhalasi sederhana dengan pappermint adalah sebagai berikut:

1. Tanggal 13 Agustus 2025 didapatkan nilai sekret berhasil dikeluarkan kental sesak berkurang 22 per menit pada pukul 14.20 wib
2. Tanggal 14 Agustus 2025 didapatkan nilai sekret berhasil dikeluarkan encer sesak berkurang 18 per menit pada pukul 09.00 wib

Dari hasil implementasi penerapan inhalasi sederhana dengan pappermint pada pasien kelolaan didapatkan hasil bahwa dengan menerapkan intervensi tersebut terbukti dapat meningkatkan bersihan jalan napas. Bronkopneumonia merupakan penyakit peradangan pada organ pernapasan yang mengenai salah satu atau beberapa lobus di paru-paru yang ditandai dengan bercak-bercak infiltrat yang disebabkan oleh bakteri, virus dan jamur¹⁴. Pneumonia merupakan penyakit karena adanya inflamasi ataupun pembengkakan disebabkan bakteri, virus, jamur yang menyebabkan infeksi/peradangan pada saluran pernapasan dan jaringan paru³. Bakteri *Stafilococcus aureus* dan *Haemophilus influenza* adalah penyebab dari bronkopneumonia yang masuk pada saluran pernapasan sehingga

terjadi peradangan pada bronkus dan alveolus¹⁴. Bakteri ini mampu menyebar dalam jarak dekat saat penderita bersin atau batuk yang kemudian akan dihirup oleh orang sekitarnya. Bronkopneumonia sering di sebut juga pneumonia yang lebih sering dijumpai pada anak – anak dan bayi¹⁴.

Aromaterapi yang sering digunakan yaitu peppermint (*mentha piperita*). Peppermint digunakan untuk tujuan kesehatan selama ribuan tahun. Bahan Aktif dalam Peppermint adalah Menthol, yang merupakan senyawa organik yang menghasilkan sensasi dingin ketika diterapkan pada mulut atau kulit. Menthol sebagai bahan aktif utama yang terdapat dalam Peppermint dapat membantu melegakan hidung sehingga membuat napas menjadi lebih mudah. Inhalasi sederhana dengan minyak peppermint bekerja terutama melalui kandungan menthol, senyawa aktif utama yang memberikan efek menyegarkan dan membantu melegakan hidung. Berdasarkan penelitian, menthol merangsang reseptor dingin TRPM8 yang terdapat pada mukosa hidung dan saluran pernapasan, sehingga menimbulkan sensasi dingin dan kesan jalan napas menjadi lebih lega meskipun resistansi saluran napas secara fisiologis tidak banyak berubah. Studi pada manusia menunjukkan bahwa efek ini bersifat sensorik atau perseptual, di mana pasien merasa pernapasannya lebih nyaman setelah inhalasi peppermint. Selain itu, beberapa penelitian eksperimental melaporkan bahwa minyak peppermint juga memiliki efek antiinflamasi dengan membantu menekan peradangan pada mukosa hidung dan memperbaiki integritas penghalang epitel melalui pemulihan protein tight junction seperti ZO-1, claudin-1, dan occludin. Mekanisme ini dapat membantu mengurangi pembengkakan mukosa dan memperbaiki aliran udara pada saluran pernapasan.

Menthol dapat juga berfungsi sebagai anestesi ringan yang bersifat sementara. Peppermint juga mengandung vitamin A dan C serta beberapa mineral. Peppermint sering digunakan untuk membantu mengobati flu dan menenangkan peradangan (Koensoemardiyah 2009 dalam Amelia, 2018). Kandungan penting yang terdapat pada aromaterapi peppermint adalah menthol 50% yang berguna sebagai anti inflamasi/ pelega tenggorokan (Amelia, 2018). Pendapat ini didukung dengan hasil penelitian⁷ tentang tujuan dari penelitian ini adalah Untuk mengetahui rata-rata bersihan jalan nafas pada pasien anak usia 1-5 tahun dengan bronkopneumonia sebelum dan sesudah diberikan aromaterapi peppermint. Berdasarkan penelitian⁴ Aromaterapi peppermint dapat dijadikan terapi non farmakologi untuk mengatasi masalah keperawatan ketidakefektifan bersihan jalan nafas pada pasien anak dengan bronkopneumonia.

Hal ini sejalan dengan peneltia⁵ dalam penelitian ini tehnik pemberian aroma terapi pepermint dengan inhalasi sederhana yang dilakukan pada pasien anak usia 1- 5 tahun dengan bronkopneumonia Selama 5-10 menit selama 3 hari ternyata sangat efektif untuk

mengurangi masalah bersihan jalan nafas tidak efektif dengan karakteristik sesak nafas, akumulasi sputum (+), dengan begitu aroma terapi peppermint dengan inhalasi sederhana dapat menjadi pengobatan alternatif pada pasien anak dengan bronkopneumoni.

Didukung dengan teori menurut⁹ kondisi pasien yang menderita batuk pilek sebelum dilakukan penerapan inhalasi sederhana menunjukkan pasien mengalami ketidakefektifan bersihan jalan nafas dengan indikator adanya suara nafas tambahan, batuk dahak berlebih, kekentalan sputum dengan warna sputum kuning keputihan. Prinsip farmakologi terapi inhalasi yang tepat untuk penyakit respiratori adalah obat dapat mencapai organ target dengan menghasilkan partikel aerosol optimal agar terdeposisi diparu – paru. Terapi ini lebih efektif dibanding karena obat bekerja lebih cepat dan langsung dan tidak memiliki efek samping pada bagian tubuh lainnya. Keuntungan terapi inhalasi sederhana antara lain lebih mudah untuk dilakukan dan biaya lebih terjangkau.

Pembahasan *Perspective*

Setelah mendapatkan terapi inhalasi sederhana dengan minyak peppermint, Ny.S merasa ada perubahan yang cukup signifikan. Awalnya Ny.S merasa sesak, hidung tersumbat, dan kepala terasa berat, tapi setelah menghirup uap peppermint selama beberapa menit, napas saya terasa lebih lega dan nyaman. Sensasi dingin dan aroma segarnya sangat membantu membuat tubuh saya lebih rileks. Ny.S juga merasa lebih tenang dan sedikit lebih bertenaga setelahnya. Terapi ini terasa alami dan tidak menimbulkan efek samping yang mengganggu, jadi saya cukup senang dengan hasilnya. Hal tersebut dibantu oleh hasil penelitian yang menyatakan diagnosis keperawatan yang sering muncul pada pasien pneumonia yaitu bersihan jalan nafas tidak efektif dengan memproduksi sekret yang berlebih¹⁰. Definisi bersihan jalan nafas tidak efektif adalah ketidakmampuan membersihkan sekret atau obstruksi jalan nafas untuk mempertahankan jalan nafas tetap paten. Penyebab bersihan jalan nafas tidak efektif diantaranya, spasme jalan nafas, hipersekresi jalan nafas, disfungsi neuromuskuler, sekresi yang tertahan, proses infeksi, respon alergi, dan efek agen farmakologis. Gejala dan tanda mayor bersihan jalan nafas tidak efektif berdasarkan data objektif berupa, batuk tidak efektif, sputum berlebih, mengi, wheezing, atau ronkhi kering, dan mekonium di jalan nafas. Gejala dan tanda minor berdasarkan data subjektif berupa, dispnea, sulit berbicara, ortopnea, sedangkan untuk data objektif berupa, rasa gelisah, sianosis, bunyi napas menurun, frekuensi napas berubah, serta

KESIMPULAN DAN SARAN

KESIMPULAN

Pelaksanaan implementasi inhalasi sederhana dengan pappermint yang dilakukan pada tanggal 13-14 Agustus 2025 di RS Mardi Waluyo Metro peneliti memulai menerapkan inhalasi sederhana dengan pappermint kepada pasien dengan tahap melakukan susuai dengan SOP. Inhalasi sederhana dengan pappermint dilakukan sebanyak 2 kali dalam waktu 5 menit. Evaluasi setelah intervensi didapatkan hasil bersihan jalan napas menjadi meningkat dibuktikan dengan SPO2 yang meningkat, batuk pasien efektif dan pasien tidak sesak. Bahan Aktif dalam Peppermint adalah Menthol, yang merupakan senyawa organik yang menghasilkan sensasi dingin ketika diterapkan pada mulut atau kulit

SARAN

Kembangkan SOP inhalasi sederhana dengan pappermint untuk penanganan sesak napas dan bersihan jalan napas tidak efektif yang mencakup penggunaan inhalasi sederhana dengan pappermint sebagai terapi non-farmakologis tambahan.

UCAPAN TERIMAKASIH

Terimakasih peneliti ucapkan kepada Tuhan yang Maha Esa yang sungguh amat baik dan pengasih atas berkat dan karuniaNya, RS Mardi Waluyo Metro yang telah memberikan izin dalam pelaksanaan penelitian ini, dan dosen Pembimbing telah berkenan memberikan bimbingan kepada peneliti dalam penyusunan skripsi sejak awal sampai akhir.

DAFTAR PUSTAKA

- (1) Adhitomo, I. (2014). Pengaruh inhalasi sederhana menggunakan papper mint terhadap bersihan jalan napas pasien Pneumonia di Puskesmas Sritejokencono. 29–38.
- (2) Agnes Dkk. (2021). Pengaruh inhalasi sederhana menggunakan papper mint terhadap peningkatan saturasi oksigen penderita Pneumonia di Puskesmas Ambarawa. *Pengabdian Masyarakat*, 4 no 2, 137–140.
- (3) Aisyah, Siti. (2017). SOP Inhalasi Pappermint diakses dari <https://www.scribd.com/document/336447261/SOP->
- (4) Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. (2018). *Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS). laporan nasional*, 1–384.
- (5) Dewi, R. (2021). *Aromaterapi*. deepublishj.
- (6) Glady dkk. (2016). Hubungan antara usia, jenis kelamin, lama kerja, pengetahuan, sikap dan ketersediaan alat pelindung diri (APD) dengan perilaku penggunaan APD pada tenaga kesehatan. *Jurnal Publikasi Kesehatan Masyarakat Indonesia*, vol 3 no 3, 82–87.
- (7) Hastuti, A. P. (2020). Pneumonia. penerbit lakeisha.
- (8) Hesti Dkk. (2021). studi literatur asuhan keperawatan dalam pemenuhan kebutuhan psikologis pada pasien TB Paru. *Jurnal Lontar Kesehatan*, vol 2 no 1, 21–33.
- (9) Judha, M., Sudarti, & Fauziah, A. (2012). *Teori Pengukuran Nyeri dan Nyeri Persalinan*.

- uha Medika. https://elibs.poltekkes-tjk.ac.id/index.php?p=show_detail&id=106804
- (10) LeMone, P., Burke, K. M., & Bauldoff, G. (2016). Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah. ECG.
 - (11) Manuntung, A. (2019). terapi perilaku kognitif pada pasien Pneumonia. WINEKA MEDIA.
 - (12) Muslich Anshori, S. I. (2019). metode penelitian kuantitatif. Airlangga University Press.
 - (13) Muthahhari, M. (2019). Teori pengetahuan. Sadra press.
 - (14) Nasrudin, J. (2019). Metodologi penelitian pendidikan (M. Taufik (ed.)). pt. panca tera firma.
 - (15) Nita dkk. (2018). Hubungan Usia Dengan Kejadian Pneumonia di Kecamatan Kresek dan Tegal Angus, Kabupaten Tangerang. *JURNAL KEDOKTERAN YARSI*, Volume 26 , 131–138.
 - (16) Ns. Emi Wuri Wuryaningsih, M.Kep., Sp.Kep.J, D. (2020). Buku Ajar Keperawatan Kesehatan Jiwa 1. UPT Percetakan & Penerbitan, Universitas Jember.
 - (17) Pardede, jek armidos. (2018). Pengaruh Teknik Relaksasi napas dalam dengan hipnotis lima jari terhadap kecemasan Pneumonia. *Jurnal Kesehatan Jiwa*, volum 1 No. https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/64779227/Jurnal_Kesehatan_Jiwa_Fix-with-cover-page-v2.pdf?Expires=1652169289&Signature=K5iVqtNmvrflSAPMwTck04B16~PycFDjS5AdgnybK9aW3OLvAHHQOxX3mAvVK~zUJAp~NbWdLYbL-zgaoDhHbNerzz-0X0h9kEIYwZAe~QIU0hd08QYMtkkvM28HLVw4Z
 - (18) Puspasari, S. F. A. (2019). *Asuhan Keperawatan Pada Pasien Dengan Gangguan Sistem Pernafasan*. PT.Pustaka Baru.
 - (19) Retno & Ayu. (2015). pengaruh terapi hipnotis lima jari untuk menurunkan kecemasan pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di STIKES Muhammadiyah Klaten. Volume 10 , 26–34. file:///C:/Users/AMD/Downloads/227-679-1-PB.pdf
 - (20) Somantri, I. (2012). *Asuhan Keperawatan pada Klien dengan Gangguan Sistem Pernapasan*. Salemba Medika.
 - (21) Suhesti, I., & Purnomo, H. (2021). Faktor – Faktor Yang Berhubungan Dengan Pengendalian TB Paru Lansia Pada Pos Pembinaan Terpadu Penyakit Tidak Menular (POSBINDU PTM) Di Wilayah Kerja Puskesmas Sukaraja Nuban Kabupaten Lampung Timur Tahun. *L Ilmu Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 2, 1–10.
 - (22) Sukhri, M. (2017). Efektivitas Terapi Hinosis Lima Jari Terhadap Ansietas Klien HTB Paru di Puskesmas Rawasari Kota Jambi. *Ilmiah*, 353–356.
 - (23) syukri. (2017). efektifitas hipnosis 5 jari terhadap ansietas klien TB Paru di puskesmas rawasari kota Jambi. *Jurnal Ilmiah*, 353–356.
 - (24) Widiyati, W. (2020). Keperawatan Jiwa. Literasi nusantara.
 - (25) Wijayanti, A. E., Anisah, N., & Lesmana, T. C. (2021). Terapi Hipnotis Lima Jari pada Lansia dengan Gangguan Kecemasan. *Pengabdian Masyarakat*, 3, 137–140.
 - (26) Zaini, M. (2019). *Asuhan Keperawatan Jiwa Masalah Psikososial Di Pelayanan Klinis Dan Komunitas*. deepublish.