



JOURNAL OF Qualitative Health Research
& Case Studies Reports

ISSN 28079094 (Print)

ISSN 28078489 (Online)



INFORMASI ARTIKEL

Received: December, 09, 2025

Revised: January, 22, 2026

Available: January, 22, 2026

at : <https://e-jurnal.iphorr.com/index.php/qlt>

Pengaruh inhalasi sederhana menggunakan aroma terapi daun mint terhadap penurunan sesak nafas pada penderita tuberculosis di tatanan home care

Afrieani Deasy*, Isvana Heti Juni.A

STIKes Budi Luhur Cimahi

Korespondensi penulis: Afrieani Deasy. *Email: bu_dez@yahoo.com

Abstract

Background: Tuberculosis (TB) is a lung infection caused by the bacterium *Mycobacterium tuberculosis* and remains a major health problem worldwide, including in Indonesia. Shortness of breath is a common symptom in TB patients, especially in the advanced stages.

Purpose: To determine the effect of simple inhalation using mint leaf aromatherapy on reducing respiratory rate in TB patients with shortness of breath in home care settings.

Method: This study used a pre-experimental design with a one-group pretest-posttest. The sample consisted of 15 TB patients with shortness of breath at the Cibeureum Community Health Center who met the inclusion and exclusion criteria. Data collection was conducted by measuring respiratory rate before and after simple mint leaf inhalation for three consecutive days. Data analysis used a dependent sample t-test.

Results: The average respiratory rate before the intervention was 24.87 breaths/minute and decreased to 22.73 breaths/minute after the intervention. A dependent sample t-test showed a significant difference ($p=0.000$) between the respiratory rates before and after the intervention.

Conclusion: Simple inhalation using mint aromatherapy significantly reduced respiratory rates in TB patients with shortness of breath. This therapy is easy to perform and can be an alternative complementary therapy at home.

Keywords: Aromatherapy; Home Care; Inhalation; Mint; Shortness of Breath; Tuberculosis.

Pendahuluan: Tuberkulosis (TBC) merupakan penyakit infeksi paru-paru yang disebabkan oleh bakteri *Mycobacterium tuberculosis*, dan masih menjadi masalah kesehatan utama di dunia, termasuk Indonesia. Sesak napas merupakan gejala umum pada penderita TBC, terutama pada stadium lanjut.

Tujuan: Untuk mengetahui pengaruh inhalasi sederhana menggunakan aromaterapi daun mint terhadap penurunan frekuensi pernapasan pada penderita TBC dengan sesak napas di tatanan home care

Metode: Penelitian ini menggunakan desain pre-experimental dengan rancangan one-group pretest-posttest. Sampel terdiri dari 15 penderita TBC dengan sesak napas di Puskesmas Cibeureum yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Pengumpulan data dilakukan dengan mengukur frekuensi pernapasan sebelum dan sesudah diberikan inhalasi sederhana daun mint selama tiga hari berturut-turut. Analisis data menggunakan uji dependent sample t-test.

Hasil: Rata-rata frekuensi pernapasan sebelum intervensi adalah 24.87 kali/menit dan menurun menjadi 22.73 kali/menit setelah intervensi. Uji dependent sample t-test menunjukkan perbedaan yang signifikan ($p=0.000$) antara frekuensi pernapasan sebelum dan sesudah intervensi.

Pengaruh inhalasi sederhana menggunakan aroma terapi daun mint terhadap penurunan sesak nafas pada penderita tuberculosis di tatanan home care

Simpulan: Inhalasi sederhana menggunakan aromaterapi daun mint memberikan pengaruh signifikan terhadap penurunan frekuensi pernapasan pada penderita TBC dengan sesak napas. Terapi ini mudah dilakukan dan dapat menjadi alternatif terapi komplementer di rumah.

Kata Kunci: Aromaterapi; Daun Mint; Inhalasi; Perawatan Di Rumah; Sesak Nafas; Tuberculosis.

PENDAHULUAN

TBC merupakan penyakit yang pada umumnya menyerang paru-paru disebabkan oleh bakteri yang bernama *Mycobacterium tuberculosis*. Bakteri ini berbentuk batang yang ukuran panjangnya 1-4 µm dan tebalnya 0.3-0.6 µm. Sebagian besar bakteri seperti lipit atau lemak, membuat bakteri ini tahan terhadap asam dan lebih kuat terhadap kimia atau fisik. Tuberculosis (TB) adalah penyakit infeksius kronik dan berulang yang biasanya mengenai paru, meskipun semua organ dapat terkena. Salah satu gejala TB paru yang memiliki kemiripan dengan penyakit lain yaitu sesak nafas (Tamara, Nurhayati, & Ludiana, 2021; Hasniati, Arianti, & Philip, 2018).

Selain itu karakteristik lain dari bakteri ini adalah aerob yang biasanya ditemukan di daerah dengan kandungan oksigen tinggi, salah satu penyebarannya adalah melalui percikan sputum atau dahak Ketika pasien batuk, terutama di daerah dengan kadar oksigen tinggi yaitu apical atau apeks paru. Pada bagian ini ini menjadi predileksi pada penyakit tuberculosis. Penyakit ini merupakan penyakit infeksi yang sangat cepat penularannya, cara penularannya bermacam (Somantri, 2020).

Menurut *World Health Organization* (WHO) tahun 2023, TBC menjadi salah satu penyebab kematian utama di dunia yang diakibatkan oleh suatu agen infeksi, terdapat lebih dari 10 juta orang yang terkena penyakit TB paru, dan menurut data WHO jumlah nya semakin meningkat sejak tahun 2021 (World Health Organization, 2024). Sedangkan di negara Indonesia, kasus TBC pada tahun 2022 terdapat 724.309 (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2023). Berdasarkan sumber yang ditulis oleh Rilis humas Jawa Barat, didapatkan data dari Dinas kesehatan Jawa Barat tahun 2023-2024 terdapat 233.334 kasus TBC (22%) dari total kasus kesehatan nasional (Rilis Humas Jabar, 2024).

Kasus TBC di kota Cimahi Secara regional, semakin meningkat per tahun 2023 menjadi 4.682 kasus (Gunawan, Widoretno, & Susan, 2024). Berdasarkan data dari dinas Kesehatan kota Cimahi

jumlah penderita tuberculosis yang telah mendapatkan pelayanan sesuai standar berdasarkan kecamatan yaitu Cimahi Utara berjumlah 690 penderita, Cimahi Tengah sebanyak 404 penderita, dan Cimahi Selatan 555 penderita TB paru. Kecamatan Cimahi Selatan memiliki empat wilayah kerja puskesmas yang melayani penderita TB paru yaitu wilayah kerja puskesmas Cibeureum yaitu 109 penderita, wilayah kerja puskesmas Cibeber 57 penderita, Melong Asih 55 penderita, Melong Tengah 53 penderita dan Lewigaja 47 penderita. Data ini menunjukkan bahwa wilayah kerja Puskesmas Cibeureum memiliki angka tertinggi di kecamatan Cimahi Selatan. Berdasarkan data di atas, penting untuk mengetahui apa itu TB paru karena penyakit ini masih menjadi masalah penting dalam Kesehatan masyarakat, khususnya di wilayah kerja Cimahi.

Pasien tuberculosis paru seringkali mengalami beberapa keluhan yang dapat mengganggu kemampuan bernapas. Salah satu gejala yang umum adalah sesak nafas yang terjadi akibat penyumbatan pada saluran pernapasan akibat infeksi bakteri *Mycobacterium tuberculosis* (MTB). Sesak nafas ini biasanya dialami oleh penderita TB paru yang sudah memasuki tahap lanjut dengan infeksi telah menyebar ke sebagian besar area paru-paru. Kondisi ini disebabkan oleh ketidakmampuan untuk mengeluarkan sekresi karena adanya obstruksi pada saluran nafas yang mengganggu proses pembersihan jalan nafas. Apabila tidak segera diatasi, sesak nafas ini dapat menyebabkan kerusakan lebih lanjut pada jaringan paru-paru (Siswanto, 2015; Hidayat, Yulendasari, Chrisanto, & Keswara, 2024).

Upaya untuk mengurangi gejala klinis sesak nafas pada pasien tuberculosis tidak hanya bergantung pada penggunaan obat-obatan farmakologis ,tetapi juga dapat dilakukan dengan pendekatan non farmakologis. .Salah satu cara efektif untuk meredakan sesak nafas pada pasien TB paru secara non farmakologi adalah melalui aroma

Afriani Deasy*, Isvana Heti Juni.A

STIKes Budi Luhur Cimahi

Korespondensi penulis: Afriani Deasy. *Email: bu_dez@yahoo.com

DOI: <https://doi.org/10.56922/quilt.v6i1.2000>

Pengaruh inhalasi sederhana menggunakan aroma terapi daun mint terhadap penurunan sesak nafas pada penderita tuberculosis di tatanan home care

terapi daun mint yang dapat dilakukan dengan metode inhalasi atau penguapan sederhana. Peneliti telah melakukan studi pendahuluan kepada puskesmas cibeureum dari hasil studi pendahuluan dengan 10 responden yang menyatakan bahwa pasien menderita TB paru mengalami gejala seperti sesak napas, batuk, lemas, nafsu makan berkurang, mudah merasa lelah, berkeringat di malam hari, serta demam yang hilang timbul.

METODE

Penelitian ini menggunakan desain pre-eksperimental dengan pendekatan one group pretest-posttest design, yaitu responden diukur sebelum dan sesudah intervensi tanpa kelompok kontrol. Tujuan dari rancangan ini adalah untuk melihat perubahan atau pengaruh setelah diberikan perlakuan inhalasi sederhana daun mint. Responden penelitian berjumlah 15 orang yang merupakan penderita tuberculosis dengan keluhan sesak napas dan berdomisili di wilayah kerja Puskesmas Cibeureum. Responden dipilih menggunakan teknik non-probability purposive sampling yaitu pemilihan sampel berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi tertentu, seperti tidak memiliki alergi terhadap daun mint dan bersedia mengikuti seluruh rangkaian intervensi.

Variabel independen adalah pemberian inhalasi daun mint dan variabel dependennya adalah frekuensi sesak napas yang diukur dengan cara manual menggunakan stopwatch dengan mengamati gerakan dada dan perut selama satu menit. Intervensi dilakukan selama 3 kali dalam seminggu dengan durasi 10–15 menit setiap kali sesi inhalasi. Media yang digunakan adalah air hangat sebanyak 600 ml yang dicampur dengan 10 lembar daun mint segar.

Pengumpulan data dilakukan melalui observasi langsung dan analisis data menggunakan uji t

berpasangan (paired sample t-test) untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan signifikan antara frekuensi napas sebelum dan sesudah terapi. Penelitian ini juga memenuhi prinsip etika penelitian seperti informed consent, menjaga kerahasiaan data responden, dan memastikan tidak adanya risiko membahayakan bagi partisipan. Hasil penelitian diharapkan dapat menjadi acuan awal dalam pemanfaatan terapi komplementer berbasis herbal untuk pasien TBC di tingkat pelayanan primer.

Populasi dari penelitian ini adalah semua objek yang telah memenuhi kriteria inklusi yang ditentukan oleh peneliti. Populasi dalam penelitian ini yaitu penderita tuberculosis yang mengalami sesak napas, bersedia menjadi responden, dan penderita TB yang berdomisili di kelurahan Cibeureum wilayah kerja puskesmas Cibeureum. Selain itu, kriteria eksklusi dalam penelitian ini adalah penderita TB yang sedang menjalani pengobatan yang intensif, penderita yang memiliki riwayat alergi atau reaksi terhadap mint, penderita dengan gangguan mental atau kognitif yang signifikan, dan penderita TB dengan komplikasi paru berat.

Setiap partisipan diberikan penjelasan secara lengkap, baik secara lisan maupun tertulis, mengenai tujuan, prosedur, potensi manfaat, dan risiko dari penelitian. Keikutsertaan mereka sepenuhnya bersifat sukarela dan hanya mereka yang menyetujui serta menandatangani lembar persetujuan yang dilibatkan dalam penelitian.

Analisis data dilakukan menggunakan analisis univariat dan bivariat. Analisis univariat dilakukan untuk mengetahui data karakteristik responden berdasarkan frekuensi napas pre-test dan post test. Sedangkan analisis bivariat dilakukan menggunakan Uji T berpasangan untuk mengetahui pengaruh antar variabel.

Afrieani Deasy*, Isvana Heti Juni.A

STIKes Budi Luhur Cimahi

Korespondensi penulis: Afrieani Deasy. *Email: bu_dez@yahoo.com

DOI: <https://doi.org/10.56922/quilt.v6i1.2000>

Pengaruh inhalasi sederhana menggunakan aroma terapi daun mint terhadap penurunan sesak nafas pada penderita tuberculosis di tatanan home care

HASIL

Tabel 1. Frekuensi Pernapasan Pada Penderita TBC Dengan Gangguan Pernapasan (Sesak Napas) Sebelum Dan Sesudah Diberikan Inhalasi Sederhana Menggunakan Aromaterapi Daun Mint

Variabel	Mean	Std. Deviasi	Min	Max	N
<i>Pre -Test</i>	24.87	1.246	23	27	15
<i>Post -Test</i>	22.73	1.335	21	25	15

Berdasarkan tabel 1. di atas gambaran frekuensi pernapasan pada penderita tuberculosis dengan gangguan pernapasan sebelum diberikan intervensi inhalasi sederhana menggunakan aroma terapi daun mint menunjukkan frekuensi pernapasan *pre- intervensi* memiliki rata-rata 24.87kali/menit dengan standar deviasi 1.246 nilai minimum 23 kali/menit dan maksimum 27 kali/ menit. Namun, setelah intervensi frekuensi pernapasan menunjukkan rata-rata 22.73kali/menit dengan standar deviasi 1.335 nilai minimum 21 kali/menit dan maksimum 25kali/ menit.

Tabel 2. Hasil Uji Statistic Pengaruh Aroma Terapi Daun Mint Dengan Inhalasi Sederhana Terhadap Penurunan Frekuensi Pernapasan Pada Penderita Tuberkulosis Paru

Frekuensi	Mean	Std. Deviasi	Std. error Mean	P Value	N
<i>Pre-intervensi</i>	24.87	1.246	0.322	0.000	15
<i>Post-Intervensi</i>	22.73	1.335	0.345		15

Berdasarkan Tabel 2. diatas diperoleh hasil analisis Uji Dependen Samples T-Test tentang pengaruh inhalasi sederhana menggunakan aroma terapi daun mint terhadap penurunan sesak nafas pada penderita tuberculosis, yaitu rata-rata frekuensi pernapasan sebelum diberikan inhalasi yaitu 24.87 kali/menit dengan standar deviasi sebesar 1.246 dan standar error mean 24.87. Sedangkan rata-rata frekuensi pernapasan pada penderita tuberculosis sesudah diberikan intervensi inhalasi menggunakan aroma terapi daun mint memiliki rata-rata 22.73kali/menit dengan standar deviasi 1.335 nilai minimum 21 kali/menit dan maksimum 25 kali/ menit.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil analisa pada Tabel 1. gambaran frekuensi pernapasan pada penderita tuberculosis dengan gangguan pernapasan sebelum diberikan intervensi inhalasi sederhana menggunakan aroma terapi daun mint menunjukkan frekuensi pernapasan *pre- intervensi* memiliki rata-rata 24.87 kali/menit dengan standar deviasi 1.246 nilai minimum 23 kali/menit dan maksimum 27 kali/ menit.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pasien yang menderita tuberculosis umumnya mengalami gejala awal seperti sesak nafas, batuk, demam, dan penurunan berat badan. Penelitian ini menghitung frekuensi pernapasan secara manual yang menggunakan stopwatch selama 1 menit didapatkan hasil sebelum

Afrieani Deasy*, Isvana Heti Juni.A

STIKes Budi Luhur Cimahi

Korespondensi penulis: Afrieani Deasy. *Email: bu_dez@yahoo.com

DOI: <https://doi.org/10.56922/quilt.v6i1.2000>

Pengaruh inhalasi sederhana menggunakan aroma terapi daun mint terhadap penurunan sesak nafas pada penderita tuberculosis di tatanan home care

diberikan inhalasi daun mint yaitu memiliki rata-rata 24.87kali/menit dengan standar deviasi 1.246 nilai minimum 23 kali/menit dan maksimum 27 kali/menit.

Temuan ini diperkuat oleh penelitian lainnya yang menyatakan bahwa sesak napas pada pasien tuberculosis paru biasanya muncul pada tahap kronis dengan infiltrasi sudah mencakup setengah bagian paru-paru dan terjadi kerusakan jaringan yang signifikan (Hakiki & Widayati, 2024). Sesak napas merupakan gejala awal yang muncul akibat terganggunya pertukaran oksigen dan karbon dioksida di alveoli yang telah terisi cairan, dan akan memburuk jika penderita melakukan aktivitas fisik berat seperti menaiki tangga atau mengangkat beban (Butar-Butar & Sitepu, 2023).

Adapun penelitian lainnya menyatakan bahwa pasien tuberculosis paru sering kali menimbulkan kepanikan pada anggota keluarga, terutama ketika tidak tersedia peralatan medis seperti oksigen di rumah. Sehingga, penting bagi keluarga atau pengasuh untuk mengetahui cara-cara sederhana yang dapat dilakukan untuk membantu meredakan sesak napas. Salah satu metode yang bisa digunakan adalah teknik penguapan atau inhalasi sederhana, yang dapat dilakukan di rumah sebagai langkah pertolongan awal untuk membantu memperbaiki pernapasan pasien (Butar-Butar & Sitepu, 2023; Darliana, 2011).

Berdasarkan hasil penelitian lain didapatkan hasil derajat sesak napas sebelum diberikan inhalasi sederhana menggunakan aromaterapi daun mint (*mentha piperita*) didapatkan hasil mayoritas sesak napas berat sebanyak 14 orang atau sekitar 48.3% (Hutabarat, Sitepu, & Sinambela, 2019). Pentingnya pemberdayaan pasien agar mampu melakukan tindakan perawatan mandiri. Peneliti memfasilitasi hal ini dengan memberikan edukasi dan pelatihan kepada pasien untuk melakukan inhalasi sederhana dengan benar. Tindakan ini mencerminkan implementasi nyata dari teori keperawatan Orem dengan pasien dilibatkan secara aktif dalam pemulihan kesehatannya (Hutabarat et al., 2019).

Perawat dalam teori Orem berperan sebagai pendidik dan fasilitator yang membantu pasien mencapai kemampuan mandiri dalam perawatan diri. Penelitian ini dilakukan dengan mengambil peran

tersebut melalui pemberian edukasi mengenai manfaat dan cara penggunaan daun mint untuk terapi inhalasi. Sehingga, hasil penelitian ini memperkuat validitas teori Dorothea Orem dalam praktik keperawatan komunitas, terutama pada kasus pasien dengan gangguan pernapasan akibat tuberculosis.

Hasil observasi yang didapatkan pada saat melakukan penelitian terhadap responden sebelum dilakukan intervensi menunjukkan bahwa mereka mengalami sesak napas yang ditandai dengan napas pendek, tersengal-sengal, serta penggunaan otot bantu pernapasan, terutama saat melakukan aktivitas ringan seperti keluar rumah atau aktivitas ringan. Keterkaitan hasil penelitian dengan teori keperawatan hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara inhalasi sederhana menggunakan aromaterapi daun mint terhadap penurunan sesak napas pada penderita tuberculosis paru.

Berdasarkan Table 2. gambaran frekuensi pernapasan pada penderita tuberculosis dengan gangguan pernapasan sesudah diberikan intervensi inhalasi sederhana menggunakan aroma terapi daun mint dengan frekuensi pernapasan *post- intervensi* memiliki rata-rata 22.73kali/menit dengan standar deviasi 1.335 nilai minimum 21 kali/menit dan maksimum 25 kali/ menit.

Hasil penelitian ini terjadi perbedaan frekuensi sesak napas sebelum dan sesudah diberikan inhalasi sederhana daun mint dengan didapatkan nilai rata-rata sesudah diberikan aromaterapi daun mint yaitu 22,73 kali/menit dengan standar deviasi 1.335 nilai minimum 21 kali/menit dan maksimum 25 kali/ menit. Responden masih mengalami sesak napas dikarenakan intervensi yang diberikan hanya dilakukan satu kali dalam sehari selama tiga hari berturut-turut. Inhalasi sederhana daun mint merupakan cara pengobatan dengan memberi aroma terapi daun mint dalam bentuk uap secara langsung pada alat pernapasan yang menggunakan gelas dengan air hangat yang dimasukkan beberapa lembar daun mint.

Penelitian ini didukung dengan penelitian terdahulu yang menyatakan bahwa terjadi perbedaan nilai skala sesak napas sebelum diberikan inhalasi sederhana dan sesudah diberikan inhalasi sederhana menggunakan aromaterapi daun mint (*mentha piperita*) (Hakiki & Widayati, 2024). Inhalasi merupakan salah satu cara yang

Afriani Deasy*, Isvana Heti Juni.A

STIKes Budi Luhur Cimahi

Korespondensi penulis: Afriani Deasy. *Email: bu_dez@yahoo.com

DOI: <https://doi.org/10.56922/quilt.v6i1.2000>

Pengaruh inhalasi sederhana menggunakan aroma terapi daun mint terhadap penurunan sesak nafas pada penderita tuberculosis di tatanan home care

diperkenalkan dalam penggunaan metode terapi yang paling sederhana dan cepat yang dibuktikan dengan hasil penelitian bahwa derajat sesak napas sesudah diberikan inhalasi sederhana menggunakan aromaterapi daun mint (*mentha piperita*) didapatkan hasil mayoritas sesak napas ringan sebanyak 16 orang atau sekitar 55.2%.

Hal ini sejalan dengan Teori Self-Care Dorothea Orem yang menyatakan bahwa individu memiliki kemampuan dan tanggung jawab untuk merawat dirinya sendiri (*self-care*) demi mempertahankan kehidupan, kesehatan, dan kesejahteraan. Inhalasi sederhana dengan daun mint merupakan bentuk intervensi mandiri (*self-care*) yang dapat dilakukan oleh pasien secara non-farmakologis untuk mengurangi keluhan sesak napas. Terapi ini bersifat sederhana, murah, dan mudah dilakukan di rumah dengan bahan yang tersedia di lingkungan sekitar.

Hasil observasi setelah diberikan inhalasi sederhana dengan menggunakan aromaterapi daun mint (*mentha piperita*), responden terlihat pernapasannya tidak tersengal-sengal karena aroma menthol yang terdapat pada daun mint memiliki anti inflamasi, sehingga nantinya akan membuka saluran pernapasan.

Selanjutnya, berdasarkan Tabel 2. diatas diperoleh hasil analisis Uji Dependen Samples T-Test tentang Pengaruh inhalasi sederhana menggunakan aroma terapi daun mint terhadap penurunan sesak napas pada penderita tuberculosis, yaitu rata-rata frekuensi pernapasan sebelum diberikan inhalasi yaitu 24.87 kali/menit dengan standar deviasi sebesar 1.246 dan standar error mean 24.87. Sedangkan rata-rata frekuensi pernapasan pada penderita tuberculosis sesudah diberikan intervensi inhalasi menggunakan aromaterapi daun mint memiliki rata-rata 22.73kali/menit dengan standar deviasi 1.335 nilai minimum 21 kali/menit dan maksimum 25 kali/menit.

Penelitian ini mendapatkan hasil uji statistik dengan menggunakan uji T dependen yang diperoleh nilai $p=(0.000) < \alpha= (0.05)$, artinya terdapat Pengaruh inhalasi sederhana menggunakan aromaterapi daun mint terhadap penurunan sesak napas pada penderita tuberculosis.

Inhalasi sederhana menggunakan daun mint dapat mengurangi sesak nafas karena daun mint

memiliki kandungan yang terpenting dalam mint adalah mengandung 30-45% menthol, 17-35% menthone, 5-13% menthyl acetate, 2-5% limonene dan 2,5-4% neomenthol, daun mint juga memiliki anti inflamasi sehingga dapat melegakan saluran pernafasan sehingga membuat nafas menjadi lebih mudah, selain itu juga dapat dijadikan sebagai anestesi ringan yang bersifat sementara karena kandungan vitamin A dan C, serta membantu mengobati flu dan menghentikan peradangan.

Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian lain yang menyatakan bahwa inhalasi sederhana daun mint berpengaruh dengan penurunan sesak napas pada pasien TB Paru yang dapat dilihat dari hasil uji-Paired T-Test dengan nilai sig. (2-tailed) $0.000 < 0.05$ (Silitonga, Betti, Sihombing, & Simangunsong, 2020).

Selain itu, hal ini juga sejalan juga dengan penelitian lainnya mengenai aromaterapi peppermint terhadap masalah keperawatan Ketidakefektifan bersihan jalan napas anak dengan bronkopneumonia, aroma terapi dilakukan selama 5-10-15 menit yang dilakukan selama 5 hari ternyata sangat efektif untuk mengurangi masalah bersihan jalan nafas tidak efektif (Amelia, Oktorina, & Astuti, 2018). Selanjutnya pada karakteristik sesak napas dan akumulasi sputum yang didapatkan hasil setelah melakukan inhalasi sederhana menggunakan aromaterapi daun mint terhadap penurunan sesak napas pada pasien tuberculosis paru dengan hasil p value 0.008 yang artinya ada pengaruh intervensi tersebut terhadap nilai skala sesak napas pasien TB Paru Pasien.

Terapi komplementer dalam penelitian ini dengan memberikan inhalasi sederhana daun mint untuk mengurangi sesak napas pada responden yang menderita TB. Daun mint merupakan tanaman herbal yang dapat dimanfaatkan oleh masyarakat untuk mengatasi gejala awal TB terutama sesak napas. Sesuai dengan teori keperawatan yang digunakan dalam penelitian ini yaitu menggunakan teori Dorothea Orem. Herbal merupakan salah satu terapi komplementer alternatif, sesuai dengan konsep dorothea orem dalam teori *self care*, yang memberikan dukungan dan motivasi kepada responden untuk melakukan inhalasi sederhana secara mandiri dirumah tanpa bergantung pada

Afriani Deasy*, Isvana Heti Juni.A

STIKes Budi Luhur Cimahi

Korespondensi penulis: Afriani Deasy. *Email: bu_dez@yahoo.com

DOI: <https://doi.org/10.56922/quilt.v6i1.2000>

Pengaruh inhalasi sederhana menggunakan aroma terapi daun mint terhadap penurunan sesak nafas pada penderita tuberculosis di tatanan home care

orang lain yang bertujuan mencapai kesehatan yang optimal (Silitonga et al., 2020).

Berdasarkan uraian diatas dapat dipahami bahwa hasil yang didapatkan oleh peneliti dari penelitian ini dan ditunjang oleh hasil dari beberapa penelitian yang terbukti adanya perbedaan rata-rata frekuensi pernapasan sebelum dan sesudah diberikan inhalasi sederhana aromaterapi daun mint. Pemberian inhalasi sederhana aromaterapi daun mint mudah dan bisa dilakukan secara mandiri oleh responden juga daun mint mudah ditemukan.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan terhadap 15 orang penderita TBC dengan sesak napas dapat disimpulkan bahwa rata-rata frekuensi pernapasan penderita TBC sebelum diberikan intervensi inhalasi sederhana menggunakan aromaterapi daun mint adalah sebesar 24,87 kali/menit yang menunjukkan adanya gangguan pernapasan berupa sesak napas. Setelah diberikan inhalasi sederhana menggunakan aromaterapi daun mint selama tiga hari, terjadi penurunan rata-rata frekuensi pernapasan menjadi 22,73 kali/menit, menunjukkan adanya perbaikan kondisi pernapasan pada penderita. Kemudian hasil uji statistik menggunakan Uji T berpasangan (Dependent Sample T-Test) menunjukkan nilai $p = 0.000$ ($p < 0.05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dari pemberian inhalasi sederhana menggunakan aromaterapi daun mint terhadap penurunan frekuensi pernapasan pada penderita TBC dengan sesak napas.

DAFTAR PUSTAKA

Amelia, S., Oktorina, R., & Astuti, N. (2018). Aromaterapi peppermint terhadap masalah keperawatan ketidakefektifan bersihan jalan nafas anak dengan bronkopneumonia. *REAL in Nursing Journal*, 1(2), 77-83.

Butar-Butar, M. L., & Sitepu, S. A. (2023). Pengaruh Inhalasi Sederhana Dengan Menggunakan Aromaterapi Daun Mint (Mentha Piperita) Terhadap Penurunan Sesak Nafas Pada Pasien Tuberculosis Paru Di Puskesmas Desa Pon Kecamatan Sei Bambi Tahun 2019. *Jurnal Kesehatan Deli Sumatera*, 1(1).

Darlina, D. (2011). Manajemen pasien tuberculosis paru. *Idea Nursing Journal*, 2(1), 27-31.

Gunawan, J., Widoretno, E. T. W., & Susan, S. (2024). The Relationship Of Body Mass Index (Bmi) Level And Severity Of Pulmonary Tuberculosis In Patients Aged 18-64 Years At Gotong Royong Hospital Surabaya. *Journal Of Widya Medika Junior*, 6(2), 147-154.

Hakiki, S. N., & Widayati, C. N. (2024). Asuhan Keperawatan Keluarga Tn. M Khususnya Ny. N Dengan Fokus Intervensi Pemberian Inhalasi Daun Mint Terhadap Penurunan Sesak Napas Dengan Tuberculosis Di Desa Menduran Kecamatan Brati Kabupaten Grobogan. *The Shine Cahaya Dunia D-III Keperawatan*, 9(01).

Hasniati, H., Arianti, A., & Philip, W. (2018). Penerapan Metode Bayesian Network Model Untuk Menghitung Probabilitas Penyakit Sesak Nafas Bayi. *Jurnal Rekayasa Teknologi Informasi (JURTI)*, 2(1), 62-71.

Hidayat, A. R., Yulendasari, R., Chrisanto, E. Y., & Keswara, U. R. (2024). Efektivitas Minyak Kayu Putih Terhadap Penurunan Sesak Napas Pada Pasien Asma di RSUD A. Dadi Tjokrodipo Bandar Lampung. *Malahayati Nursing Journal*, 6(7), 2885-2897.

Hutabarat, V., Sitepu, S. A., & Sinambela, M. (2019). Pengaruh Inhalasi Sederhana Menggunakan Aromaterapi Daun Mint (Mentha Piperita) Terhadap Penurunan Sesak Nafas Pada Pasien Tuberculosis Paru di Puskesmas. *Jurnal Penelitian Kebidanan & Kespro*, 2(1), 11-16.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). Laporan Program Penanggulangan Tuberculosis Tahun 2022. *Kemenkes RI*, Pp. 1-147, 2023. Diakses dari: <https://www.tbindonesia.or.id/wp-content/uploads/2023/09/Laporan-Tahunan-Program-TBC-2022.pdf>

Afriani Deasy*, Isvana Heti Juni.A

STIKes Budi Luhur Cimahi

Korespondensi penulis: Afriani Deasy. *Email: bu_dez@yahoo.com

DOI: <https://doi.org/10.56922/quilt.v6i1.2000>

Pengaruh inhalasi sederhana menggunakan aroma terapi daun mint terhadap penurunan sesak nafas pada penderita tuberculosis di tatanan home care

- Rilis Humas Jabar. (2024). Temuan Kasus Tuberculosis Jabar Selalu 100 Persen Dalam Dua Tahun Terakhir. Diakses dari: <https://jabarprov.go.id/Berita/Temuan-Kasus-Tuberculosis-Jabar-Selalu-100-Persen-Dalam-Dua-Tahun-Terakhir-12478>.
- Somantri, I. (2020). Asuhan keperawatan pada klien dengan gangguan sistem pernapasan. *Jakarta: Salemba Medika*.
- Siswanto, E. (2015). Pengaruh Aroma Terapi Daun Mint Dengan Inhalasi Sederhana Terhadap Penurunan Sesak Napas Pada Pasien Tuberculosis Paru, *J. Keperawatan Dan Kebidanan*, Vol. 7,
- Silitonga, H., Betti, C., Sihombing, T., & Simangunsong, I. (2020). Pengaruh Inhalasi Sederhana Menggunakan Daun Mint (Mentha Piperita) Terhadap Penurunan Sesak Napas Pada Penderita Tb Paru Di Lingkungan Upt Puskesmas Tandang Buhit Balige. *Malahayati Nursing Journal*, 2(3), 632-640.
- Tamara, D. V., Nurhayati, S., & Ludiana, L. (2021). Penerapan inhalasi sederhana menggunakan aromaterapi daun mint (mentha piperita) terhadap sesak nafas pada pasien tb paru. *Jurnal Cendikia Muda*, 2(1), 40-49.
- World Health Organization. (2024). *Global Tuberculosis Report*. Diakses dari: <https://www.who.int/teams/global-programme-on-tuberculosis-and-lung-health/tb-reports/global-tuberculosis-report-2024>

Afrieani Deasy*, Isvana Heti Juni.A

STIKes Budi Luhur Cimahi

Korespondensi penulis: Afrieani Deasy. *Email: bu_dez@yahoo.com

DOI: <https://doi.org/10.56922/quilt.v6i1.2000>