PENGARUH STEAM INHALASI AROMA TERAPI KOMBINASI EUCALYPTUS DAN DAUN MINT TERHADAP PENURUNAN SESAK NAFAS PADA PASIEN TUBERCULOSIS PARU

1. Tita Rosidah, Program Studi Ilmu Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Dian Husada Mojokerto, Email : titarosidah99@gmail.com
2. Edy Siswanto, Program Studi Profesi Ners, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Dian Husada Mojokerto, Email : edy.aryaboy@gmail.com
Korespondensi : edy.aryaboy@gmail.com

ABSTRAK

Sesak nafas pada tuberkulosis paru ditemukan bila kerusakan parenkim paru penderita sudah meluas. Sesak napas disebabkan oleh penderita TB paru yang sudah lanjut, yang infiltrasinya sudah sebagian dari paru-paru. Oleh karena itu ditemukan cara sederhana untuk mengurangi sesak nafas, salah satunya dengan steam inhalasi aroma terapi kombinasi eucalyptus dan daun mint. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh steam inhalasi aroma terapi kombinasi eucalyptus dan daun mint terhadap penurunan sesak nafas pada tuberkulosis paru di Puskesmas Kesamben Jombang. Desain penelitian ini menggunakan Quasi Eksperimental dengan rancangan One-Group Pre-Post Test Design. Sampel yang diambil sebanyak 22 responden dan dibagi menjadi dua kelompok dengan teknik Simple Random Sampling. Instrumen yang digunakan adalah SAK (Satuan Acara Kegiatan) dan lembar observasi skala sesak nafas American Thoracic Society (ATS). Analisa data ini menggunakan Uji Wilcoxon dan Uji Mann Whitney. Hasil analisa menggunakan Uji Wilcoxon sesudah diberikan steam inhalasi aroma terapi kombinasi eucalyptus dan daun mint menunjukkan nilai signifikan $0,002 < (\alpha) 0,05$, yang artinya ada pengaruh steam inhalasi aroma terapi kombinasi eucalyptus dan daun mint terhadap penurunan sesak nafas dan hasil analisa menggunakan Uji Mann Whitney menunjukkan nilai signifikan $0,001 < (\alpha) 0,005$, maka dengan demikian ada beda antara nilai skala sesak nafas pada kelompok perlakuan yang diberikan intervensi dengan nilai skala sesak nafas pada kelompok kontrol yang tidak diberikan intervensi. Dari hasil penelitian ini maka steam inhalasi aroma terapi kombinasi eucalyptus dan daun mint dapat dijadikan sebagai terapi non farmakologis untuk mengurangi gejala sesak nafas pada tuberkulosis paru.

Kata Kunci : Steam Inhalasi, Aroma Terapi, Eucalyptus, Daun Mint, Sesak Nafas, Tuberkulosis Paru

PENDAHULUAN

Tuberkulosis adalah penyakit yang disebabkan oleh bakteri *Mycobacterium Tuberculosis* yang tahan terhadap kondisi asam. Pasien TB Paru memiliki banyak keluhan salah satunya dapat menimbulkan sesak napas karena terjadi penyumbatan saluran napas yang dikarenakan oleh bakteri TB paru tersebut. Difusi oksigen akan terganggu karena adanya bintil-bintil atau peradangan pada dinding alveolus. Jika paru-paru yang diserang meluas, maka sel-selnya akan mati dan paru-paru akan mengecil. Akibatnya napas penderita akan terengah-engah. Sesak napas gejala ini ditemukan bila kerusakan parenkim paru penderita sudah meluas atau karena hal-hal yang menyertai seperti efusi pleura dan pneumothoraks (Vitrilina, Stefani & Megawati, 2020). Pada pasien TB paru yang ringan belum dirasakan adanya sesak napas. Sesak napas disebabkan oleh penderita TB paru yang sudah lanjut, yang infiltrasinya sudah sebagian dari paru-paru (Haris et al. 2020). Pada penderita TB Paru dengan gejala yang dialami seperti sesak napas biasanya keluarga dari pasien panik dengan cara apa untuk melakukan atau mengurangi gejala sesak nafas selain tanpa menggunakan bantuan oksigen dan pada saat itu di rumah penderita TB paru tidak mempunyai peralatan oksigen. Maka penderita TB paru yang mengalami gejala seperti sesak nafas perlu diajarkan cara sederhana dengan metode penguapan atau inhalasi uap yang bila sewaktu-waktu dapat kambuh dapat dilakukan mereka di rumah masing-masing. Fenomena yang terjadi saat ini masih banyak penderita TB paru yang belum bisa mengatasi gejala sesak nafas dengan menggunakan bahan alami seperti eucalyptus dan daun mint dengan metode steam inhalasi atau penguapan sederhana.

Tuberkulosis paru merupakan salah satu penyakit infeksi penyebab angka kesakitan (morbiditas) dan angka kematian (mortalitas) di seluruh dunia, namun setiap Negara berbeda angka insidennya (Harahap, 2019). Berdasarkan data tuberkulosis Indonesia jumlah estimasi kasus TB paru adalah 1.060.000 penduduk, yang ternotifikasi TB paru sebanyak 821.200, terkonfirmasi TB Paru RO sebanyak 12.482, terkonfirmasi TB MDR sebanyak 9.134, kasus TB paru anak sebanyak 136.969, kasus TB HIV sebanyak 16.574, pasien treatment coverage sebanyak 77%, pasien treatment success rate 87% dan pasien yang meninggal akibat TB paru sebanyak 23.858 penduduk. Kasus TB paru dan TB ekstraparu pada tahun 2023 sebanyak 821,200 yaitu dari TB paru sebanyak 755.513 (92%) dan TB ekstraparu sebanyak 65.687 (8%) (Kemenkes RI, 2023). Dan cakupan penderita TB paru di Jawa Timur tahun 2023 terdapat 93%. Kemudian untuk cakupan keberhasilan pengobatan TB paru tahun 2023 terdapat 89% sedangkan target yang ditetapkan kementerian kesehatan adalah 90% (Kemenkes RI, 2023). Menurut Kepala bidang P2PM Dinas Kesehatan Kabupaten Jombang, Haryo Purwono, ia menjelaskan berdasarkan analisa situasi TB paru di Kabupaten Jombang bulan Januari sampai dengan November 2023 untuk jumlah terduga TB paru sebanyak 16.117 (dari target 13.532) sehingga persentasenya adalah 119 persen (Anggit Puji Widodo, 2023). Berdasarkan data yang diperoleh dari studi pendahuluan di Puskesmas Kesamben, Kecamatan Kesamben, Kabupaten Jombang terdapat 24 penderita TB paru yang masih aktif dalam melakukan program pengobatan, dan yang mempunyai gejala sesak nafas sebanyak 22 penderita TB paru karena kerusakan parenkim paru yang sudah luas dan infiltrasinya sudah meliputi setengah bagian paru-paru.

Meningkatnya jumlah penderita TB paru di Indonesia disebabkan oleh perilaku yang tidak sehat. Misalnya, penderita yang masih menggunakan alat makan atau minum secara bersamaan, kurangnya pencahayaan di dalam rumah, penderita yang masih meludah sembarangan, dan anggapan masyarakat bahwa penyebab TB paru bukan karena kontak langsung dengan penderita TB paru melainkan kepada kebiasaan merokok, alkoholis, makan gorengan, tidur di lantai dan tidur larut malam (Harahap, 2019). Gejala yang sering ditemukan pada klien dengan TB Paru yaitu batuk dengan dahak dalam kurun waktu 2 minggu atau lebih. Gejala lain yang sering menyertai seperti dahak dengan darah, batuk darah, sesak nafas (dyspnea), dada terasa nyeri, kelemahan, penurunan nafsu makan, penurunan berat badan, selalu berkeringat meskipun tidak melakukan aktivitas pada malam hari, demam yang dialami selama kurun waktu lebih dari 1 bulan (Kemenkes RI, 2018). Maka dampak yang akan ditimbulkan pada pasien tuberkulosis paru yang mempunyai gejala klinis sesak nafas yaitu dapat mengganggu aktifitas sehari-hari dan dapat mengganggu kesehatan mental pasien.

Salah satu gejala TB Paru yang memiliki kemiripan dengan penyakit lain adalah sesak nafas. Upaya untuk mengurangi sesak nafas tersebut dapat menggunakan obat-obatan medis dan menggunakan obat-obatan non medis. Salah satunya dengan menggunakan cara non medis untuk mengurangi sesak nafas tersebut yaitu dengan mengajarkan untuk memberikan aroma terapi kombinasi eucalyptus dan daun mint dengan cara metode penguapan (inhalasi) bila sewaktu-waktu sesak nafas kambuh mereka dapat melakukan dirumah masing-masing. Eucalyptus menghasilkan uap aromatic yang biasa dikenal sebagai minyak kayu putih dan daun mint yang menghasilkan uap menthol untuk proses dihirup (inhalasi). Eucalyptus mengandung senyawa kimia 50-60% sineol yang memiliki aktifitas antiseptik dan ekspektoran yang digunakan pada pelega hidung dan tenggorokan sehingga dapat mengurangi sesak nafas. Kemudian daun mint mengandung menthol dan menunjukkan sifat anti bakteri dan anti virus serta efek antitusif yang dapat memberikan efek relaksasi dan anti inflamasi serta dapat melonggarkan bronkus, menghambat hipersekresi lendir saluran napas, sehingga dapat meredakan status pernapasan pasien (Anwari, Olevianingrum & Fatmawati, 2019). Berdasarkan penjelasan pada latar belakang diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang Pengaruh steam inhalasi aroma terapi eucalyptus dan daun mint terhadap penurunan sesak nafas pada penderita tuberkulosis paru di Puskesmas Kesamben Jombang

TUJUAN PENELITIAN

Untuk mengetahui pengaruh steam inhalasi aroma terapi kombinasi eucalyptus dan daun mint terhadap penurunan sesak nafas pada pasien Tuberculosis Paru di Puskesmas Kesamben Jombang

METODE PENELITIAN

Dalam penelitian ini, desain penelitian yang digunakan adalah quasi eksperimental dengan rancangan one-group pre-post test design yang mengungkapkan hubungan sebab akibat dengan cara melibatkan kelompok kontrol di samping kelompok eksperimental. Sampel dari penelitian ini adalah penderita tuberkulosis paru yang mempunyai gejala sesak nafas yang ada di Puskesmas Kesamben, Kecamatan Kesamben, Kabupaten Jombang. Yang memenuhi kriteria

adalah sebanyak 22 orang, kemudian dari 22 orang dibagi menjadi 2 yaitu 11 responden sebagai kelompok perlakuan dan 11 responden sebagai kelompok kontrol. Teknik pengambilan sampel ini dilakukan secara Simple Random Sampling. Variabel independen dalam penelitian ini adalah steam inhalasi aroma terapi kombinasi eucalyptus dan daun mint. Variabel dependen dalam penelitian ini adalah penurunan sesak nafas pada tuberkulosis paru.

Peneliti melakukan observasi sebelum dilakukan steam inhalasi aroma terapi kombinasi eucalyptus dan daun mint terhadap penurunan sesak nafas pada tuberkulosis paru di Puskesmas Kesamben Jombang pada kelompok kontrol dan kelompok perlakuan. Setelah dilakukan pre test, peneliti melakukan intervensi pada kelompok perlakuan berupa pemberian steam inhalasi aroma terapi kombinasi eucalyptus dan daun mint terhadap penurunan sesak nafas pada tuberkulosis paru di Puskesmas Kesamben Jombang. Setelah dilakukan intervensi pada kelompok perlakuan maka selanjutnya adalah tahap post test. Peneliti melakukan observasi kembali untuk mengetahui seberapa besar pengaruh dari pemberian steam inhalasi kombinasi eucalyptus dan daun mint terhadap penurunan sesak nafas pada penderita TB paru di Puskesmas Kesamben Jombang pada kelompok kontrol yang tidak diberikan intervensi dan kelompok perlakuan yang diberikan intervensi.

Instrumen yang digunakan dalam pengumpulan data variabel independen (bebas) steam inhalasi aroma terapi kombinasi eucalyptus dan daun mint adalah menggunakan SAK (satuan acara kegiatan). Sedangkan untuk variabel dependen (terikat) penurunan sesak nafas adalah dengan lembar observasi, alat ukur yang digunakan adalah skala sesak nafas American Thoracic Society (ATS). Dalam penelitian ini akan dianalisis dengan menggunakan uji Wilcoxon dalam melihat pengaruh sebelum dan sesudah perlakuan. Untuk menganalisis perbedaan antara kelompok perlakuan dan kelompok kontrol menggunakan uji Mann Whitney sehingga akan diketahui pengaruh steam inhalasi aroma terapi kombinasi eucalyptus dan daun mint pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol terhadap penurunan sesak nafas pada pasien tuberkulosis paru

HASIL PENELITIAN

1. Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin

Tabel 1. Distribusi frekuensi responden berdasarkan jenis kelamin pada kelompok perlakuan di Wilayah Puskesmas Kesamben, Kecamatan Kesamben, Kabupaten Jombang

No	Kelompok	Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase (%)
1	Perlakuan	Laki-laki	3	27,3
		Perempuan	8	72,7
Jumlah			11	100

Sumber : Data primer penelitian

Berdasarkan tabel 1 karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin pada kelompok perlakuan menunjukkan bahwa sebagian besar berjenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 8 responden (72,7%)

Tabel 2. Distribusi frekuensi responden berdasarkan jenis kelamin pada kelompok kontrol di Wilayah Puskesmas Kesamben, Kecamatan Kesamben, Kabupaten Jombang

No	Kelompok	Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase (%)
2	Kontrol	Laki-laki	9	81,8
		Perempuan	2	18,2
Jumlah			11	100

Sumber : Data primer penelitian

Berdasarkan tabel 2 karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin pada kelompok kontrol menunjukkan bahwa hampir seluruhnya berjenis kelamin laki-laki yaitu sebanyak 9 responden (81,8%)

2. Karakteristik Responden Berdasarkan Umur

Tabel 3. Distribusi frekuensi responden berdasarkan umur pada kelompok perlakuan di Wilayah Puskesmas Kesamben, Kecamatan Kesamben, Kabupaten Jombang

No	Kelompok	Umur	Frekuensi	Persentase (%)
1	Perlakuan	21-30 Tahun	1	9,1
		31-40 Tahun	1	9,1
		41-50 Tahun	3	27,3
		51-60 Tahun	6	54,5
Jumlah			11	100

Sumber : Data primer penelitian

Berdasarkan tabel 3 karakteristik responden berdasarkan umur pada kelompok perlakuan menunjukkan bahwa sebagian besar berusia 51-60 tahun yaitu sebanyak 6 responden (54,5%).

Tabel 4. Distribusi frekuensi responden berdasarkan umur pada kelompok kontrol di Wilayah Puskesmas Kesamben, Kecamatan Kesamben, Kabupaten Jombang

No	Kelompok	Umur	Frekuensi	Persentase (%)
2	Kontrol	21-30 Tahun	1	9,1
		31-40 Tahun	2	18,2
		41-50 Tahun	4	36,4
		51-60 Tahun	4	36,4
Jumlah			11	100

Sumber : Data primer penelitian

Berdasarkan tabel 4. karakteristik responden berdasarkan umur pada kelompok kontrol menunjukkan bahwa hampir setengahnya berusia 41-50 dan 51-60 tahun yaitu sebanyak 4 responden (36,4%).

3. Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan

Tabel 5. Distribusi frekuensi responden berdasarkan pendidikan pada kelompok perlakuan di Wilayah Puskesmas Kesamben, Kecamatan Kesamben, Kabupaten Jombang

No	Kelompok	Pendidikan	Frekuensi	Persentase (%)
1	Perlakuan	Tidak Sekolah	0	0
		SD	2	18,2

	SMP	5	45,5
	SMA	4	36,4
	Sarjana Pendidikan	0	0
	Jumlah	11	100

Sumber : Data primer penelitian

Berdasarkan tabel 5 karakteristik responden berdasarkan pendidikan pada kelompok perlakuan menunjukkan bahwa hampir setengahnya mempunyai pendidikan SMP yaitu sebanyak 5 responden (45,4%).

Tabel 6. Distribusi frekuensi responden berdasarkan pendidikan pada kelompok kontrol di Wilayah Puskesmas Kesamben, Kecamatan Kesamben, Kabupaten Jombang

No	Kelompok	Pendidikan	Frekuensi	Persentase (%)
2	Kontrol	Tidak Sekolah	0	0
		SD	3	27,3
		SMP	5	45,5
		SMA	3	27,3
		Sarjana Pendidikan	0	0
		Jumlah	11	100

Sumber : Data primer penelitian

Berdasarkan tabel 6 karakteristik responden berdasarkan pendidikan pada kelompok kontrol menunjukkan bahwa hampir setengahnya mempunyai pendidikan SMP yaitu sebanyak 5 responden (45,5%).

4. Sesak Nafas Pada Pasien Tuberkulosis Paru Sebelum diberikan Steam Inhalasi Aroma Terapi Kombinasi Eucalyptus dan Daun Mint

Tabel 7. Distribusi frekuensi sesak nafas pada pasien tuberkulosis paru sebelum diberikan steam inhalasi aroma terapi kombinasi eucalyptus dan daun mint pada kelompok perlakuan di Wilayah Puskesmas Kesamben, Kecamatan Kesamben, Kabupaten Jombang

No	Kelompok	Nilai Skala Sesak Nafas	Frekuensi	Persentase (%)
1	Perlakuan	0 = Normal	0	0
2		1 = Ringan	0	0
3		2 = Sedang	0	0
4		3 = Berat	7	63,6
5		4 = Sangat Berat	4	36,4
	Jumlah		11	100

Sumber : Data primer penelitian

Berdasarkan tabel 7 menunjukkan bahwa jumlah responden sebelum diberikan steam inhalasi aroma terapi kombinasi eucalyptus dan daun mint pada kelompok perlakuan didapatkan sebagian besar mengalami sesak nafas dengan derajat berat yaitu sebanyak 7 responden (63,6%).

Tabel 8. Distribusi frekuensi sesak nafas pasien tuberculosis paru pada kelompok kontrol di Wilayah Puskesmas Kesamben, Kecamatan Kesamben, Kabupaten Jombang

No	Kelompok	Nilai Skala Sesak Nafas	Frekuensi	Persentase (%)
1	Kontrol	0 = Normal	0	0
2		1 = Ringan	0	0
3		2 = Sedang	4	36,4
4		3 = Berat	4	36,4
5		4 = Sangat Berat	3	27,3
Jumlah			11	100

Sumber : Data primer penelitian

Berdasarkan tabel 8 menunjukkan bahwa jumlah responden sebelum diberikan steam inhalasi aroma terapi kombinasi eucalyptus dan daun mint pada kelompok kontrol didapatkan hampir setengahnya mengalami sesak nafas dengan derajat sedang dan derajat berat yaitu sebanyak 4 responden (36,4%).

- Sesak Nafas Pada Pasien Tuberculosis Paru Sesudah diberikan Steam Inhalasi Aroma Terapi Kombinasi Eucalyptus dan Daun Mint

Tabel 9. Distribusi frekuensi sesak nafas pada pasien tuberculosis paru sesudah diberikan steam inhalasi aroma terapi kombinasi eucalyptus dan daun mint pada kelompok perlakuan di Wilayah Puskesmas Kesamben, Kecamatan Kesamben, Kabupaten Jombang

No	Kelompok	Nilai Skala Sesak Nafas	Frekuensi	Persentase (%)
1	Perlakuan	0 = Normal	0	0
2		1 = Ringan	6	54,5
3		2 = Sedang	5	45,5
4		3 = Berat	0	0
5		4 = Sangat Berat	0	0
Jumlah			11	100

Sumber : Data primer penelitian

Berdasarkan tabel 9 menunjukkan bahwa jumlah responden sesudah diberikan steam inhalasi aroma terapi kombinasi eucalyptus dan daun mint pada kelompok perlakuan dengan post test didapatkan sebagian besar mengalami sesak nafas dengan derajat ringan yaitu sebanyak 6 responden (54,5%).

Tabel 10. Distribusi frekuensi sesak nafas pasien tuberculosis paru pada kelompok kontrol di Wilayah Puskesmas Kesamben, Kecamatan Kesamben, Kabupaten Jombang

No	Kelompok	Nilai Skala Sesak Nafas	Frekuensi	Persentase (%)
1	Kontrol	0 = Normal	0	0
2		1 = Ringan	0	0
3		2 = Sedang	5	45,5
4		3 = Berat	4	36,4
5		4 = Sangat Berat	2	18,2
Jumlah			11	100

Sumber : Data primer penelitian

Berdasarkan tabel 10 menunjukkan bahwa jumlah responden sesudah diberikan steam inhalasi aroma terapi kombinasi eucalyptus dan daun mint pada kelompok kontrol dengan post test didapatkan hampir setengahnya mengalami sesak nafas dengan derajat sedang yaitu sebanyak 5 responden (45,5%).

6. Analisis pengaruh perubahan sebelum dan sesudah diberikan steam inhalasi aroma terapi kombinasi eucalyptus dan daun mint terhadap penurunan sesak nafas pada pasien tuberkulosis paru

Berdasarkan hasil analisa data pre dan post test pada kelompok perlakuan menggunakan Uji Wilcoxon didapatkan bahwa tingkat signifikan berdasarkan p value $0,002 < (\alpha) 0,05$, maka H_0 ditolak dan H_1 diterima artinya ada pengaruh signifikan terhadap penurunan nilai skala sesak nafas pada kelompok eksperimen antara sebelum dan sesudah diberikan intervensi steam inhalasi aroma terapi kombinasi eucalyptus dan daun mint terhadap penurunan sesak nafas pada tuberkulosis paru. Berdasarkan hasil analisa data pre dan post test pada kelompok kontrol menggunakan Uji Wilcoxon didapatkan bahwa tingkat signifikan sebesar p value $0,157 > (\alpha) 0,05$, maka H_0 diterima dan H_1 ditolak artinya tidak ada pengaruh steam inhalasi aroma terapi kombinasi eucalyptus dan daun mint terhadap penurunan sesak nafas pada pasien tuberkulosis paru.

Analisis kelompok keduanya menggunakan Uji Mann whitney untuk mengetahui besarnya perbedaan nilai skala sesak nafas pada saat pre test dan post test pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol. Hasil analisis pada saat sebelum diberikan intervensi (pre test) pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol terlihat bahwa nilai signifikan sebesar p value $0,162 > (\alpha) 0,05$, maka H_0 diterima dan H_1 ditolak artinya tidak ada pengaruh yang signifikan. Hasil analisis pada saat sesudah diberikan intervensi (post test) pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol bahwa nilai signifikan sebesar p value $0,001 < (\alpha) 0,05$, maka H_0 ditolak dan H_1 diterima artinya ada pengaruh yang signifikan pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol setelah dilakukan intervensi. Maka pengaruh steam inhalasi aroma terapi kombinasi eucalyptus dan daun mint efektif untuk menurunkan nilai skala sesak nafas pada pasien tuberkulosis paru.

PEMBAHASAN

1. Hasil pengukuran skala sesak nafas sebelum diberikan steam inhalasi aroma terapi kombinasi eucalyptus dan daun mint

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa jumlah responden pada kelompok perlakuan didapatkan sebagian besar mengalami sesak nafas dengan derajat berat yaitu sebanyak 7 responden (63,6%). Sedangkan pada tabel 4.8 pada kelompok kontrol didapatkan hampir setengahnya mengalami sesak nafas dengan derajat sedang dan derajat berat yaitu sebanyak 4 responden (36,4%).

Sesak nafas pada gejala tuberkulosis paru adalah sebuah kondisi di mana seseorang merasakan kesulitan untuk bernapas. Seseorang yang mengalami sesak napas biasanya merasakan napasnya tersengal-sengal, kesulitan menghirup atau menghembuskan napas, atau bahkan merasa tersedak seperti sulit mendapatkan oksigen. Sesak napas gejala ini

ditemukan bila kerusakan parenkim paru penderita sudah meluas atau karena hal-hal yang menyertai seperti efusi pleura dan pneumothoraks (Vitrilina, Stefani & Megawati, 2020). Pada pasien TB paru yang ringan belum dirasakan adanya sesak napas. Sesak napas disebabkan oleh penderita TB paru yang sudah lanjut, yang infiltrasinya sudah sebagian dari paru-paru (Haris et al. 2020).

Berdasarkan dari fakta diatas pada saat peneliti melakukan observasi kepada responden sebelum diberikan steam inhalasi aroma terapi kombinasi eucalyptus dan daun mint diketahui bahwa dari kelompok perlakuan sebanyak 7 responden sebagian besar mengalami sesak nafas dengan derajat berat (63,6%) dan dari kelompok kontrol sebanyak 4 responden (36,4%) hampir setengahnya mengalami sesak nafas dengan derajat sedang dan derajat berat, mereka tampak dengan nafas pendek dan tesengal-sengal serta adanya otot bantu pernafasan pada responden yang terlampau sesak nafas saat berjalan keluar rumah. Sedangkan sesak nafas pada pasien tuberkulosis paru yang yang tidak segera ditangani maka akan menimbulkan kerusakan parenkim paru yang meluas.

2. Hasil pengukuran skala sesak nafas sesudah diberikan steam inhalasi aroma terapi kombinasi eucalyptus dan daun mint

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa jumlah responden pada kelompok perlakuan sesudah diberikan steam inhalasi aroma terapi kombinasi eucalyptus dan daun mint didapatkan sebagian besar mengalami perubahan sesak nafas dengan derajat ringan yaitu sebanyak 6 responden (54,5%). Sedangkan pada tabel 4.10 pada kelompok kontrol yang tidak diberikan steam inhalasi aroma terapi kombinasi eucalyptus dan daun mint didapatkan hampir setengahnya mengalami perubahan sesak nafas dengan derajat sedang yaitu sebanyak 5 responden (45,5%).

Steam inhalasi (inhalasi uap) adalah menghirup uap air hangat dari air mendidih. Penguapan tersebut menggunakan air panas dengan suhu 42°-44°C. Inhalasi merupakan salah satu cara yang diperkenalkan dalam penggunaan metode terapi yang paling sederhana dan cepat. Cara kerja dari inhalasi ini adalah uap masuk dari luar tubuh ke dalam tubuh, dengan mudah akan melewati paru-paru dan dialirkan ke pembuluh darah melalui alveoli (Satriana, 2020). Pemberian terapi uap air panas ini adalah untuk mengencerkan secret agar mudah keluar, melonggarkan jalan nafas, mengatasi inflamasi jalan nafas bagian atas, merangsang kerja pernafasan dan mencegah kekeringan pada selaput lender penafasan bagian atas (M.Ihsan, 2013) .

Berdasarkan dari fakta diatas pada kelompok perlakuan sesudah diberikan steam inhalasi aroma terapi kombinasi eucalyptus dan daun mint diketahui bahwa sebanyak 6 responden (54,5%) sebagian besar mengalami perubahan sesak nafas dengan derajat ringan dan mereka mengatakan bahwa sesak nafas sudah mulai berkurang dan tidak tersengal-sengal. Sedangkan pada kelompok kontrol yang tidak diberikan steam inhalasi aroma terapi kombinasi eucalyptus dan daun mint diketahui sebanyak 5 responden (45,5%) hampir setengahnya mengalami perubahan sesak nafas dengan derajat sedang dan mereka mengatakan bahwa sesak nafas belum berkurang. Karena uap air panas tersebut dapat meningkatkan konsumsi oksigen dan dapat terjadi pengeluaran cairan yang tidak diperlukan tubuh seperti mengencerkan lendir yang menyumbat saluran pernafasan. Sehingga pada

kelompok perlakuan mengalami penurunan nilai skala sesak nafas sedangkan pada kelompok kontrol tidak mengalami penurunan nilai skala sesak nafas.

3. Analisis pengaruh perubahan sebelum dan sesudah diberikan steam inhalasi aroma terapi kombinasi eucalyptus dan daun mint terhadap penurunan sesak nafas pada tuberculosis paru

Berdasarkan hasil penelitian ini didapatkan adanya pengaruh nilai skala sesak nafas sebelum dan sesudah diberikan steam inhalasi aroma terapi kombinasi eucalyptus dan daun mint. Pada hasil Uji Wilcoxon menunjukkan $p \text{ value } 0,002 < (\alpha) 0,05$, maka H_0 ditolak dan H_1 diterima artinya ada pengaruh signifikan steam inhalasi aroma terapi kombinasi eucalyptus dan daun mint terhadap penurunan sesak nafas. Pada hasil Uji Mann Whitney menunjukkan $p \text{ value } 0,001 < (\alpha) 0,05$, maka H_0 ditolak dan H_1 diterima artinya ada perbedaan antara nilai skala sesak nafas pada kelompok perlakuan yang diberikan intervensi dengan nilai skala sesak nafas pada kelompok kontrol yang tidak diberikan intervensi. Pada kelompok perlakuan sebelum diberikan intervensi (pre test) didapatkan sebagian besar mengalami sesak nafas dengan derajat berat yaitu sebanyak 7 responden (63,6%). Kemudian sesudah diberikan intervensi (post test) sebagian besar mengalami perubahan penurunan sesak nafas dengan derajat ringan yaitu sebanyak 6 responden (54,5%). Sedangkan pada kelompok kontrol pada saat pre test didapatkan hampir setengahnya mengalami sesak nafas dengan derajat sedang dan derajat berat yaitu sebanyak 4 responden (36,4%). Kemudian saat post test didapatkan hampir setengahnya mengalami sesak nafas dengan derajat berat yaitu sebanyak 5 responden (45,5%).

Aroma terapi kombinasi eucalyptus dan daun mint merupakan teknik penyembuhan dengan bahan alami. Eucalyptus menghasilkan uap aromatic yang biasa dikenal sebagai minyak kayu putih atau eucalyptol dan daun mint yang menghasilkan uap menthol untuk proses dihirup (inhalasi). Eucalyptus memiliki aktifitas antiseptik dan ekspektoran yang digunakan pada pelega hidung dan tenggorokan sehingga dapat mengurangi sesak nafas. Kemudian daun mint mengandung menthol dan menunjukkan sifat anti bakteri dan anti virus serta efek antitusif yang dapat memberikan efek relaksasi dan anti inflamasi serta dapat melonggarkan bronkus, menghambat hipersekresi lendir saluran napas, sehingga dapat meredakan status pernapasan pasien (Anwari, Olevianingrum & Fatmawati, 2019).

Berdasarkan dari fakta diatas teknik pemberian steam inhalasi aroma terapi kombinasi eucalyptus dan daun mint yang dilakukan 3 kali sehari dalam waktu 10-15 menit selama 3 hari pada saat sesak nafas ternyata efektif untuk mengurangi sesak nafas. Karena pada kelompok perlakuan sebelum diberikan intervensi (pre test) sebanyak 7 responden (63,6%) mengalami sesak nafas dengan derajat berat dan sesudah diberikan intervensi (post test) sebanyak 6 responden (54,5%) sebagian besar mengalami perubahan penurunan sesak nafas dengan derajat ringan. Sedangkan pada kelompok kontrol pada saat pre test sebanyak 4 responden (36,4%) hampir setengahnya mengalami sesak nafas dengan derajat sedang dan derajat berat dan pada saat post test sebanyak 5 responden (45,5%) hampir setengahnya mengalami perubahan sesak nafas dengan derajat sedang. Bahwasanya kandungan yang terdapat pada eucalyptus dan daun mint yang memiliki aktifitas antisptik dan sifat anti inflamasi yang dapat melonggarkan bronkus dan meredakan status

pernapasan pasien Jadi steam inhalasi aroma terapi kombinasi eucalyptus dan daun mint ini dapat menjadi pengobatan alternatif pada pasien tuberkulosis paru yang mempunyai gejala sesak nafas.

KESIMPULAN

1. Sebagian besar pada kelompok perlakuan mengalami sesak nafas dengan derajat berat (63,6%). Dan hampir setengahnya pada kelompok kontrol mengalami sesak nafas dengan derajat sedang dan derajat berat (36,4%).
2. Sebagian besar pada kelompok perlakuan mengalami sesak nafas dengan derajat ringan (54,5%). Dan hampir setengahnya pada kelompok kontrol mengalami sesak nafas dengan derajat sedang (45,5%).
3. Ada pengaruh steam inhalasi aroma terapi kombinasi eucalyptus dan daun mint terhadap penurunan sesak nafas pada tuberkulosis paru di Puskesmas Kesamben Jombang

DAFTAR PUSTAKA

- Annisa Lenggana S.H (2019). Pengaruh Aroma Terapi Daun Mint Dengan Inhalasi Sederhana Terhadap Penurunan Frekuensi Pernapasan Pada Penderita Tuberculosis Paru.
- Anwari et al. (2019). *"Efektifitas Kombinasi Mint (Papermint Oil) Dan Cairan Nebulizer Pada Penanganan Batuk Asma Bronchiale"*. Stikes RS Anwar Medika Sidoarjo. Jurnal SainHealth 3(1).
- Aryani, F., Noorcahyati, & Arbainsyah. (2020). *Pengenalan Astiri (Melaleuca Cajuputi)*. Samarinda.
- Brunner & Suddarth. (2012). Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah. Jilid I. Jakarta : EGC.
- Djojodibroto, R. D. (2019). *Respirologi (Respiratory Medicine)*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Elshabrina. (2015). *33 Daun Dahsyat-Tumpas Berbagai macam Penyakit*. Jakarta: Klik Media.
- Haris et al. (2020). Pengaruh Inhalasi Sederhana Menggunakan Daun Mint (Menthe Piperita) terhadap Penurunan Sesak Napas Pada Penderita Tb Paru Di Lingkungan Upt Puskesmas Tandang Buhit Balige.
- Icca & erlina (2019). Pengaruh Terapi Inhalasi Uap Dengan Aromaterapi Eucalyptus Dengan Dalam Mengurangi Sesak Nafas Pada Pasien Asma Bronkial Di Desa Dersalam Kecamatan Bae Kudus.
- IDAI. (2019). *Rekomendasi Terapi Inhalasi pada Anak*.
- Kemenkes RI. (2014). *Pedoman Nasional Pengendalian Tuberkolosis*. Jakarta : Depkes RI.
- Kemenkes RI. (2022). *Laporan Program Penanggulangan Tuberkulosis*.
- Kemenkes RI. (2023). *Dashboard Data Kondisi TBC di Indonesia*.
- Kenedyanti & sulistyorini. (2017). *Analisis mycobacterium tuberkulosis dan kondisi fisik rumah dengan kejadian tuberkulosis paru*. jurnal berkala epidemiologi. vol. 5(2): 152–162.
- Kristini, t. & hamidah, r. (2020). *Potensi penularan tuberkulosis paru pada anggota keluarga penderita*. Jurnal kesehatan masyarakat indonesia. vol. 15(1): 24.
- Kumar & Ranjit. (2019). *Research Methodology: A Step-by-Step Guide for Beginners*. Sage Publications Limited.

- LeMone, M.Burke & Bauldoff. (2016). *Keperawatan Medikal Bedah*. Alih Bahasa. Jakarta:EGC.
- M.Happi et al. (2021). *Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Keberhasilan Pengobatan Tb Paru Di Poliklinik Paru Rsud Jombang*.
- Maria Lorens B.B & Stefani Anastasia S. (2019). 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.
- Muhammad Zaki Rahmani (2020). *Karakteristik Pasien Tuberculosis Paru Di Puskesmas Bara-Barayya Makassar*.
- Olyviana Y.P, Eska Dwi P & Sutarwi (2023). Penerapan Terapi Uap Minyak Kayu Putih (*Eucalyptus Oil*) Terhadap Sesak Nafas Pada Penderita Asma Bronkial Di Rsud Karanganyar. *Jurnal Ilmu Kesehatan Mandira Cendikia*.
- Rab. (2016). *Ilmu Penyakit Paru*. Jakarta : CV. Trans Info Medika.
- Satriana. (2020). Pengaruh Steam Inhalation dan Aroma Terapi *Eucalyptus* terhadap Pasien dengan Gangguan Sistem Pernafasan di ruang IGD.
- Sigalingging et al. (2019). Pengaruh pengetahuan, sikap, riwayat kontak dan kondisi rumah terhadap kejadian TB Paru di wilayah kerja UPTD Puskesmas Hutarakyat Kabupaten Dairi Tahun 2019. *Jurnal Ilmiah Simantek*. vol. 3(3): 87–99.
- Sitilonga H, Betti C, Sihombing T & Simangunsong I (2020). Pengaruh Inhalasi Sederhana Menggunakan Daun Mint (*Mentha Piperita*) Terhadap Penurunan Sesak Nafas Pada Penderita TB Paru Di Lingkungan Upt Puskesmas tandang Buhit Balige. *Malahayati Nursing Journal*, 2(3), 632-640.
- Vitriлина, Stefani & Megawati. (2020). Pengaruh Inhalasi Sederhana Menggunakan Aromaterapi Daun Mint (*Mentha Piperita*) terhadap Penurunan Sesak Nafas Pada Pasien Tuberculosis Paru Di Puskesmas.
- Wahyu, Putri & Gusman (2024). Pemberian Aroma Terapi Daun Mint (*Mentha Piperita*) untuk Mengurangi Sesak Nafas Dengan Diagnosa TB Paru di RSUD Arifin Achmad