

Penerapan Inhalasi Sederhana menggunakan Daun Mint terhadap Ketidakbersihan Jalan Nafas pada Keluarga Ny.A dengan TB Paru

Rismayanti Maimunah, Kurnia Rachmawati*

Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Kedokteran, Universitas Lambung Mangkurat, Jl. Ahmad Yani KM. 36
Banjarbaru, 70714

*Email korespondensi: kurnia.rachmawati@ulm.ac.id

ABSTRAK

TB adalah penyakit infeksi menular yang disebabkan oleh bakteri *mycobacterium tuberculosis* yang menyerang paru-paru dan organ lainnya. Salah satu gejala TB Paru adalah sesak nafas. Sesak nafas merupakan gejala nyata adanya gangguan trakeobronkial, parenkim paru dan rongga pleura. Salah satu cara yang dapat mengurangi sesak nafas tersebut yaitu dengan memberikan aroma terapi daun mint dengan inhalasi sederhana atau metode penguapan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui penerapan inhalasi sederhana menggunakan daun mint terhadap ketidakbersihan jalan nafas pada asuhan keperawatan keluarga Ny. A dengan TB Paru. Metode yang digunakan adalah studi kasus asuhan keperawatan keluarga Ny. A dengan TB Paru terhadap ketidakbersihan jalan nafas melalui penerapan inhalasi sederhana menggunakan daun mint yang dilaksanakan 3 kali sehari pada pagi siang, dan sore selama 3 hari. Hasil studi kasus menunjukkan setelah dilakukan penerapan inhalasi sederhana selama 3 hari, terjadi penurunan frekuensi pernafasan dan sesak nafas pada Ny. A. Penerapan inhalasi sederhana dengan daun mint dapat menurunkan sesak dan frekuensi pernafasan pada pasien penderita TB. Memberikan inhalasi atau menghirup uap hangat dengan daun mint bertujuan untuk relaksasi saluran pernafasan, menekan proses peradangan dan pembengkakan selaput lendir, mengencerkan dan memudahkan pengeluaran dahak, dan melegakan pernafasan. Daun mint merupakan daun yang mengandung menthol sehingga dapat melonggarkan bronkus dan melancarkan pernafasan. Aromaterapi menthol yang terdapat pada peppermint memiliki anti inflamasi, sehingga nantinya akan membuka saluran pernafasan. Dapat disimpulkan terapi komplementer penerapan inhalasi sederhana menggunakan daun mint selama 3 hari memperlihatkan hasil terjadi penurunan frekuensi pernafasan dan sesak pada pasien TB Paru.

Kata-Kata Kunci: Inhalasi Sederhana, Daun Mint, TB Paru

ABSTRACT

TB is an infectious disease caused by the bacterium *Mycobacterium tuberculosis* that attacks the lungs and other organs. One of the symptoms of pulmonary TB is shortness of breath. Shortness of breath is a real symptom of tracheobronchial disorders, lung parenchyma and pleural cavities. One way that can reduce shortness of breath is by giving mint leaf aromatherapy with a simple inhalation or evaporation method. The purpose this research is knowing the application of simple inhalation using mint leaves to the cleanliness of the airway in the nursing care of Mrs. A with pulmonary TB. The method of research is a case study of Mrs. A with pulmonary TB against airway obstruction through the application of simple inhalation using mint leaves which is carried out 3 times a day in the morning, afternoon and evening for 3 days. The results showed that after applying simple inhalation for 3 days, there was a decrease in shortness of breath in Ny. A. The application of simple inhalation with mint leaves can reduced the frequency of breathing and shortness of breath in patients with TB. Giving inhalation or inhaling warm steam with mint leaves aimed to relax the respiratory tract, suppress the inflammatory process and swelling of the mucous membranes, thin and facilitate the expulsion of phlegm, and relieve breathing. Mint leaves were leaves that contain menthol so that it could loosen the bronchi and facilitate breathing. The menthol aromatherapy found in peppermint had anti-inflammatory properties, so it will open the respiratory tract. It can be concluded that complementary therapy using simple inhalation using mint leaves for 3 days showed a decrease in respiratory frequency in pulmonary TB patients

Keywords: Simple Inhalation, Mint Leaces, Pulmonary TB

Cite this as: Maimunah, R., Rachmawati, K. Penerapan Inhalasi Sederhana menggunakan Daun Mint terhadap Ketidakbersihan Jalan Nafas pada Keluarga Ny.A dengan TB Paru. Nerspedia. 2023;5(4): 370-375.

PENDAHULUAN

Penyakit menular merupakan penyakit yang dapat ditularkan atau dipindahkan dari satu

orang ke orang lainnya dari berbagai media baik secara langsung atau perantara. Penyakit menular adalah penyakit yang disebabkan oleh transmisi infeksius atau agent dari seseorang ke orang lain (1). Penyakit ini umumnya menjadi prioritas karena sifat menularnya yang dapat menyebabkan wabah dan menimbulkan kerugian yang besar (2). Salah satu penyakit menular TB. TB adalah penyakit infeksi menular yang disebabkan oleh bakteri *mycobacterium tuberculosis* yang menyerang paru-paru dan organ lainnya. Penyakit ini dapat menular melalui inhalasi droplet atau percikan dari orang yang terinfeksi tersebut (3). Sekitar 75% pasien TB adalah pasien yang berumur antara 15-50 tahun dan merupakan usia yang produktif. Hal ini berakibat pada kehilangan pendapatan rumah tangga dikarenakan perkiraan pasien TB akan kehilangan waktu kerjanya 3 sampai 4 bulan. Selain mendapat kerugian secara materi, TB juga memberikan dampak buruk secara sosial yaitu stigma masyarakat yang mengucilkan penderita TB (4).

Pada tahun 1993, penyakit TB begitu meluas sehingga ditetapkan sebagai keadaan darurat TB global oleh WHO pada saat itu. WHO melaporkan tahun 2010 ditemukan 8,8 juta penderita TB baru di dunia dengan angka kematian 1,1 juta penderita TB tanpa HIV. Indonesia masih termasuk dalam kategori *HIGH Burden Countries* dengan insiden dan prevalensi yang tinggi (4). Kasus baru TB di Indonesia adalah 420.994 kasus pada tahun 2017 (5). WHO telah mengembangkan strategi penanggulangan TB dengan strategi DOTS (*Directly Observed Treatment Short-course*). Fokus utama dalam strategi ini adalah menemukan dan menyembuhkan pasien. Menemukan dan menyembuhkan merupakan cara yang terbaik dalam langkah pencegahan penularan TB (5). Depkes RI juga membuat

penanggulangan TB pada bidang promotif dengan penyuluhan kesehatan. Penyuluhan ini diperlukan karena penyakit TB banyak berkaitan dengan pengetahuan dan perilaku (6).

Pelayanan kesehatan terkhusus TB paru tidak terlepas dari keterlibatan keluarga sebagai orang terdekat pasien. Salah satu keluarga yang mengalami kesehatan maka akan mempengaruhi kesehatan keluarga lainnya (5). Perilaku keluarga sangat berperan penting untuk mengurangi risiko penularan TB. Meningkatnya penderita TB paru disebabkan perilaku yang tidak sehat. Ditjen Pemberantasan Penyakit Menular dan Penyehatan Lingkungan (P2MPL) menyebutkan bahwa hasil survey di Indonesia salah satu penyebab tingginya angka kejadian TB paru adalah kurangnya tingkat pengetahuan (5). Keluarga dapat berperan sebagai PMO (Pengawas Minum Obat) dan motivator sehingga pasien dapat termotivasi menjalani pengobatan sesuai aturan sampai sembuh (7).

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 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. Menthol sebagai kandungan utama dalam daun mint memiliki sifat anti bakteri yang dapat mengatasi infeksi, melonggarkan bronkus dan mengencerkan sputum. Menthol juga dapat membantu melegakan pernafasan seperti hidung sehingga dapat membuat bernafas

menjadi lebih mudah dan berfungsi sebagai anastesi ringan. Daun mint juga mengandung Vit A dan C yang dapat meredakan flu dan mengatasi peradangan (8).

Manfaat aroma terapi antara lain mengatasi insomnia dan depresi, meredakan kegelisahan, mengurangi perasaan ketegangan, meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan tubuh, pikiran, jiwa yang sering digabungkan dengan praktik pengobatan alternatif. Aroma terapi tidak hanya bekerja bila hanya ada gangguan saja, tetapi juga dapat menjaga kestabilan dan keseimbangan sistem yang terdapat dalam tubuh sehingga tubuh menjadi menarik. Oleh karena itu, aroma terapi merupakan pengobatan holistik untuk menyeimbangkan semua fungsi tubuh (8). Pada pasien TB Paru yang mengalami gejala klinis adalah salah satunya sesak nafas biasanya keluarga pasien panik dengan cara apa melakukan atau mengurangi gejala sesak nafas selain menggunakan bantuan oksigen pada saat di rumah penderita TB Paru tidak mempunyai peralatan oksigen maka pasien tersebut perlu diajarkan cara sederhana dengan metode penguapan atau inhalasi sederhana.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain studi kasus, melalui metode pendekatan asuhan keperawatan komprehensif yang meliputi pengkajian, penegakan diagnosis keperawatan, perencanaan, implementasi, dan evaluasi keperawatan. Studi kasus dilakukan pada bulan Desember 2021 dan Januari 2022. Pertemuan yang dilakukan terdiri dari 10 pertemuan yaitu 1 kali pengkajian dan 9 kali implementasi yang dilakukan selama 3 hari berturut-turut dari tanggal 7 sampai 8 Januari 2022 yang

dilakukan pada pagi, siang dan sore hari. Studi kasus dilakukan di Desa Sungai Landas Kecamatan Karang Intan, Kabupaten Banjar, Kalimantan Selatan kepada keluarga Ny. A dengan TB Paru. Pasien tinggal di Desa Sungai Landas. RT. 01. Desa Sungai Landas mempunyai luas wilayah 4.668,00 km² yang mempunyai jumlah penduduk 1372 orang yang terdiri dari laki laki sejumlah 691 orang sedangkan laki-laki 681 orang. Desa Teluk Selong memiliki fasilitas pelayanan kesehatan berupa 1 buah posyandu balita dan lansia, 1 buah poslindes yang ditempati oleh bidan desa, dan 1 buah Puskesmas Karang Intan yang berjarak ± 5 km² atau sekitar 10 menit dari desa Sungai landas. Peneliti mendapatkan data pasien melalui wawancara, observasi, dan pemeriksaan fisik. Peneliti telah mendapatkan ijin dari pasien untuk melakukan asuhan keperawatan.

Intervensi utama yang dilakukan yaitu inhalasi sederhana menggunakan daun mint selama 3 hari pada pagi, siang dan sore hari. Proses pembuatan inhalasi sederhana menggunakan daun mint dengan cara memasukkan 10 lembar daun mint di dalam wadah yang berisi air hangat 500ml kemudian mendekatkan wadah tersebut ke pasien dan menghirup uapnya. Hasil penelitian akan disajikan dalam bentuk tabel dan narasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil pengkajian yang didapatkan melalui wawancara, observasi, dan pemeriksaan fisik didapatkan data yaitu inisial Ny. A berusia 38 tahun, beragama islam dan bersuku banjar sehingga bahasa sehari-hari yang digunakan di rumah adalah bahasa banjar. Ny. A memiliki pendidikan terakhir sederajat SD,

dengan pekerjaan sebagai ibu rumah tangga. Berdasarkan hasil pengkajian, Ny. A mengeluhkan batuk berdahak dan sesak nafas apalagi setelah melakukan aktivitas berat maka akan semakin terasa sesak.. Berdasarkan hasil pemeriksaan tanda-tanda vital didapatkan hasil tekanan darah 120/80 mmHg, nadi 108x/ menit, nafas 24x/ menit, berat badan 36 kg, dan tinggi badan 140 cm, sehingga didapatkan IMT 19 (normal). Saat dilakukan auskultasi didapatkan ronchi pada paru sebelah kanan.

Ny. A mengatakan baru pengobatan TB mulai tanggal 3 Desember 2021, keluhan sudah dirasakan saat awal Februari 2021 yaitu demam, keringat dingin malam hari, batuk serta tidak nafsu makan Setelah itu Ny. A pergi ke Puskesmas Karang Intan 2, dan dirujuk ke rs yang ada di Martapura, akan tetapi pada saat itu Ny. A tidak pergi ke rs karena takut akan covid-19 sehingga tetap berada di rumah dan hanya membeli obat warung untuk mengobati demam dan batuknya. Keluhan makin dirasakan saat bulan November sehingga Ny. A pergi ke Puskesmas untuk ke dua kalinya, kemudian di Puskesmas tes BTA dan hasil nya positif, kemudian Ny. A menerima pengobatan mulai tanggal 3 Desember 2021. Sebelum sakit berat badan Ny. A 46 kg, pada bulan Oktober berat badan Ny. A adalah 36 kg.

Intervensi keperawatan yang dilakukan untuk mengatasi diagnosis ketidakbersihan jalan nafas adalah dengan menggunakan inhalasi sederhana menggunakan daun mint selama 3 hari pada pagi, siang dan sore hari selama 15 menit. Sebelum pemberian implementasi dilakukan perhitungan frekuensi pernafasan pada Ny, A terlebih dahulu, kemudian setelah dilakukan implementasi dilakukan lagi perhitungan frekuensi pernafasan pada Ny, A.

Sesuai dengan penelitian Leni Sundari dll (2021) yang mengatakan bahwa pemberian inhalasi sederhana menggunakan daun mint dapat menurunkan frekuensi pernafasan dan sesak pada pasien TB paru.

Tabel 1. Frekuensi pernafasan sebelum dan setelah intervensi inhalasi sederhana menggunakan daun mint selama 3 hari

Hari	waktu	Pre	Post
1	Pagi	24x/menit	24x/menit
	Siang	24x/menit	24x/menit
	Sore	24x/menit	24x/menit
2	Pagi	24x/menit	24x/menit
	Siang	24x/menit	24x/menit
	Sore	24x/menit	22x/menit
3	Pagi	23x/menit	22x/menit
	Siang	22x/menit	20x/menit
	Sore	20x/menit	20x/menit

Kemenkes (5) menyebutkan gejala dari TB Paru adalah batuk berdahak 2-3 minggu atau lebih, batuk biasanya diiringi dengan gejala lain seperti dahak bercampur darah, tidak nafsu makan, badan terasa lemas, keringat dingin malam hari, demam lebih dari 3 hari, mual, muntah dan sesak nafas. Sesak nafas diakibatkan oleh adanya sumbatan pada saluran pernafasan dikarenakan adanya kuman TB. Sesak nafas adalah ketika seseorang mengalami kesulitan bernafas atau nafas terasa berat, adanya ketidakmampuan untuk membersihkan sekresi atau adanya obstruksi pada saluran pernafasan. Saat terjadi sesak nafas, ada peningkatan kerja pernafasan akibat bertambahnya resistensi elastis paru (9).

Upaya untuk mengurangi gejala klinis sesak nafas pada pasien Tuberkulosis Paru selain menggunakan obat-obatan medis dapat mengurangi sesak nafas yaitu dengan memberikan aromaterapi daun mint dengan inhalasi sederhana atau metode penguapan. Inhalasi sederhana adalah memberikan obat dengan cara dihirup dalam bentuk uap ke dalam saluran pernafasan yang dilakukan dengan bahan dan cara yang sederhana serta dapat dilakukan dalam lingkungan keluarga. Memberikan inhalasi atau menghirup uap hangat bertujuan untuk relaksasi saluran pernafasan, menekan proses peradangan dan pembengkakan selaput lendir, mengencerkan dan memudahkan pengeluaran dahak, dan melegakan pernafasan (8).

Penerapan inhalasi sederhana dapat menggunakan daun mint (*Mentha Piperita*) pada pasien Tb Paru. Daun mint mengandung herbal aromatik yang memiliki sifat farmakologi yang digunakan sebagai obat tradisional. Daun mint mengandung menthol dan menunjukkan sifat anti bakteri dan anti virus serta dapat memberikan efek relaksasi dan anti inflamasi dan menghambat hipersekresi lendir saluran napas, sehingga dapat meredakan status pernapasan pasien (9).

KETERBATASAN

Peneliti menyadari bahwa dalam pelaksanaan penelitian terdapat keterbatasan yang dapat memengaruhi proses penelitian. Keterbatasan pada penelitian ini adalah pada saat dilakukan implementasi seharusnya dilakukan pada jam yang sama, akan tetapi kadang-kadang waktu implementasi bisa telat dari jadwal yang telah ditentukan.

ETIKA PENELITIAN

Etik yang digunakan dalam penelitian ini meliputi *informed consent* secara lisan dan telah mendapatkan persetujuan dari klien untuk diberikan asuhan keperawatan berupa implementasi inhalasi sederhana menggunakan daun mint selama 3 hari. Peneliti menerapkan aspek etika keperawatan berupa *autonomy* yaitu kebebasan pasien untuk memilih, *beneficience* yaitu melakukan tindakan yang bermanfaat untuk klien, dan *non maleficience* yaitu berbuat hal yang tidak merugikan klien.

KONFLIK KEPENTINGAN

Tidak terdapat konflik kepentingan dalam proses penelitian. Penelitian dilakukan sesuai prosedur. Penelitian tidak berhubungan dengan kepentingan pihak lain atau manapun.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada instansi Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Lambung Mangkurat karena telah memfasilitasi terlaksananya penelitian ini serta instansi terkait lainnya seperti Puskesmas Karang Intan dan Keluarga Ny. A yang telah memberikan izin sehingga penelitian ini dapat dilakukan. Penulis juga mengucapkan terima kasih sebesar-besarnya kepada pihak yang telah membantu dan selalu mendukung penulis selama penelitian ini dilakukan.

PENUTUP

Kesimpulan pada penelitian ini yaitu pemberian asuhan keperawatan berupa inhalasi sederhana menggunakan daun mint

dapat menurunkan frekuensi pernafasan dan sesak pada pasien TB Paru. Awalnya frekuensi pernafasan adalah 24x/menit, dan setelah diberikan intervensi frekuensi pernafasan menjadi 20x/menit. Karya tulis ilmiah akhir ners ini diharapkan dapat menjadi acuan dalam melakukan penelitian lanjutan terkait permasalahan TB paru khususnya di bidang lahan basah untuk meningkatkan tingkat pengendalian penyakit menular. Selain itu, hasil penelitian ini dapat menjadi sarana bagi fasilitas pelayanan kesehatan untuk melakukan terapi komplementer yaitu penerapan inhalasi sederhana menggunakand daun mint.

REFERENSI

1. Irwan, (2017). 'Epidemiologi Penyakit Menular'. Absolute Media: Yogyakarta
2. Widoyono. (2011). ' Penyakit Tropis: Epidemiologi, Penularan, Pencegahan & Pemberantasan'. Jakarta: Erlangga.
3. Nurarif. H, dkk. (2015). 'Aplikasi Asuhan Keperawatan Berdasarkan Diagnosa Medis dan Nanda Nic-Noc, Edisi Revisi Jilid 1,2,3'. Yogyakarta: Mediaction Jogja.
4. Anna uyainah, dkk (2014). 'Spirometri'. Jakarta: Departemen Ilmu Penyakit Dalam FKUI RSCM. Vol 1 no. 1
5. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). 'Info Data Infomasi Tuberkulosis 2018'. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
6. Kumboyono. (2011). 'Perbedaan Efek Penyuluhan Kesehatan Menggunakan Media Cetak Dengan Media Audio Visual Terhadap Peningkatan Pengetahuan Pasien Tuberculosis'. Jurnal Ilmu Kesehatan Keperawatan..7, (1)
7. Nugroho, R., A., (2011). 'Studi Kualitatif Faktor Yang Melatarbelakangi Drop Out Pengobatan Tuberculosis Paru'. Jurnal Kesehatan Masyarakat, 7(1), 83- 90.
8. Lusianah., Indriyani, E D & Suratun. (2012). 'Prosedur Keperawatan'. Jakarta: TIM
9. Amelia, Sherly., Oktarina, Rona., &. Riko Astuti. (2018). 'Aromaterapi Peppermint Terhadap Masalah Keperawatan Ketidakefektifan Bersihan Jalan Nafas Anak Dengan Bronkopneumonia'. Research of Education and Art Link in Nursing Journal 1(2):77–83