

**INHALASI AROMATERAPI UAP AIR PANAS DENGAN
MENGUNAKAN MINYAK KAYU PUTIH UNTUK MENGELUARKAN
DAHAK Tn.H DENGAN PPOK DIRUMAH SAKIT X
PEMATANGSIANTAR**

**Ruud Van Nistel Roy¹, Cesarina Silaban², Maru Mary Jones Panjaitan³,
Yunis Veronika Purba⁴, Jespin Saurlina Manalu⁵**

Akademi Keperawatan Surya Nusantara

Email: xevianroy@gmail.com

ABSTRAK

Pendahuluan: Penyakit Paru Obstruksi Kronis (PPOK) adalah kondisi kronis yang secara signifikan mengganggu kualitas hidup pasien, Penyakit ini ditandai oleh penyumbatan saluran napas yang progresif dan seringkali tidak pernah pulih.

Metode: Penulisan menggunakan metode studi kasus yang didukung dengan Study Literature berdasarkan Evidence Based Practice .

yang berkaitan dengan penyakit PPOK.

Hasil: Penulis menemukan bahwa intervensi terapi inhalasi aromaterapi uap air panas dengan menggunakan minyak kayu putih untuk mengeluarkan dahak pada pasien PPOK.

Kesimpulan: Memberikan asuhan keperawatan pada pasien PPOK dengan mengimplementasikan terapi inhalasi aromaterapi uap air panas dengan menggunakan minyak kayu putih yang bertujuan untuk mengeluarkan dahak berhasil dilakukan.

Kata kunci : Asuhan Keperawatan, PPOK, Terapi Inhalasi Aromaterapi Uap Air Panas Menggunakan Minyak Kayu Putih

PENDAHULUAN

Penyakit paru obstruktif kronik (PPOK) adalah kondisi kronis yang secara signifikan mengganggu kualitas hidup pasien. Penyakit ini ditandai oleh penyumbatan saluran napas yang progresif dan seringkali tidak pernah pulih. PPOK mencakup bronkitis kronis dan emfisema, yang menyebabkan gejala seperti sesak napas, batuk kronis, produksi dahak, dan berkurangnya toleransi terhadap aktivitas fisik. Penyakit ini merupakan masalah kesehatan utama baik secara global maupun di Indonesia. Kejadiannya terus meningkat karena paparan risiko seperti merokok, polusi udara, dan paparan bahan kimia.

Pengobatan PPOK melibatkan berbagai pendekatan, mulai dari terapi farmakologis hingga intervensi nonfarmakologis. Intervensi nonfarmakologis yang semakin diminati adalah terapi komplementer dan alternatif, seperti aromaterapi. Aromaterapi menggunakan minyak esensial dari tanaman untuk meningkatkan relaksasi, mengurangi stres, dan meningkatkan kualitas tidur. Ini semua merupakan faktor penting dalam meningkatkan kualitas hidup penderita PPOK. Minyak esensial seperti kayu putih, peppermint, dan lavender memiliki sifat antiperadangan, ekspektoran, dan

sedatif serta diketahui dapat mendukung fungsi pernapasan pada pasien PPOK.

Penggunaan aromaterapi dalam pengobatan PPOK dapat meningkatkan efektivitas pengobatan konvensional, terutama dengan mengurangi stres psikologis, memperbaiki pola pernapasan, dan meningkatkan kenyamanan pasien. Meskipun

Penggunaannya luas, penelitian tentang efektivitas aromaterapi bagi penderita PPOK masih terbatas. Oleh karena itu, diperlukan penelitian yang lebih mendalam untuk mengevaluasi manfaat aromaterapi sebagai terapi tambahan dalam pengobatan PPOK.

Berdasarkan data RISKESDAS tahun 2018, prevalensi penyakit paru obstruktif kronik (PPOK) di Indonesia yaitu 3,7% dengan frekuensi tinggi di daerah Nusa Tenggara Timur sebesar 10%. Di Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta mencapai 3,1%. Sedangkan untuk daerah Sumatera Utara sendiri tingkat prevalensi yaitu 2,1% (Dewi et al., 2022). Terapi aromaterapi inhalasi uap air panas dengan menggunakan minyak kayu putih untuk mengencerkan sekret dan mudah dikeluarkan. Setelah dilakukan intervensi terapi inhalasi uap air panas menggunakan aromaterapi minyak kayu putih pada pasien PPOK terlihat pasien lebih mudah mengeluarkan

sekret. Diharapkan kepada perawat untuk menerapkan terapi inhalasi uap air panas menggunakan aromaterapi minyak kayu putih untuk membantu bersihan jalan nafas.

Hasil penelitian dari bawa peppermint oil merupakan bagian dari essensial oil yang digunakan pada proses perawatan kesehatan karena berfungsi sebagai antimikroba, anti-inflamasi, analgesik, dan penggunaan lainnya (Setiawan, 2022). Pemberian peppermint oil dapat diberikan secara langsung ataupun dengan menghirup uap air yang telah dicampurkan dengan aromaterapi peppermint oil menggunakan alat yang dinamakan diffuser. Peppermint oil memiliki kandungan 30-45% menthol, 5-13% menthylacetat, 2,5-4% neomenthol, 17-35% menthone, dan 2-5% limonene. Kandungan utama pada peppermint adalah menthol, yang berfungsi sebagai anti radang dan anti bakteri, sehingga dapat melancarkan saluran pernafasan dengan melonggarkan bronkus serta membantu menyembuhkan infeksi akibat bakteri (Setianto et al., 2021)

Irianto (2014) tentang terapi inhalasi uap panas dengan minyak kayu putih terhadap bersihan jalan nafas pada anak dengan ISPA di wilayah Puskesmas Kota Bambu Selatan, bertujuan untuk mengidentifikasi pengaruh terapi inhalasi

uap panas dengan minyak kayu putih terhadap bersihan jalan nafas. Hasilnya menunjukkan mengenai adanya perbedaan bersihan jalan napas sebelum dan sesudah melakukan terapi inhalasi uap panas dengan menggunakan minyak kayu putih, sehingga dapat disimpulkan bahwa intervensi berupa terapi inhalasi uap panas dengan menggunakan minyak kayu putih berpengaruh terhadap Bersihan Jalan Nafas pada pasien ISPA, yaitu terjadinya bersihan jalan napas yang signifikan sesudah melakukan terapi inhalasi uap panas dengan menggunakan minyak kayu putih. Minyak kayu putih diproduksi dari daun tumbuhan *Melaleuca leucadendra* dengan kandungan terbesarnya adalah eucalyptol (cineole). Hasil penelitian tentang khasiat cineole menjelaskan bahwa cineole memberikan efek mukolitik (mengencerkan dahak), bronchodilating (melegakan pernafasan), anti inflamasi dan menurunkan rata-rata eksaserbasi kasus paru obstruktif kronis dengan baik sepertipada kasus pasien dengan asma dan rhinosinusitis. Selain itu efek penggunaan eucalyptus untuk terapi bronkhitis akut terukur dengan baik setelah penggunaan terapi selama empat hari.

METODE

Metode yang dilakukan adalah studi literatur berdasarkan Evidence Based Practice dan studi kasus dengan cara wawancara, pemeriksaan fisik, dokumentasi. Penulis memilih satu pasien di ruang inap dengan penyakit gangguan sistem pernapasan: PPOK. Pasien tersebut dirawat selama 3 hari berturut-turut dan diberikan terapi uap panas kayu putih untuk membantu mengeluarkan dahak pasien.

Standar Prosedur Operasional (SPO)

Terapi inhalasi aromaterapi

Menurut poltekes Denpasar 2024 (Lidya ajeng, 2024) menjelaskan tentang terapi inhalasi aromaterapi inhalasi uap air panas menggunakan minyak kayu putih dengan tujuan untuk membuka saluran pernapasan, mempermudah proses bernapas, mengencerkan lendir, serta membantu pengeluaran lendir dengan indikasi bersihan jalan napas dan mengurangi sesak.

Persiapan alat dan bahan: Air panas dengan suhu 45°C, Baskom plastik kecil, Aroma terapi seperti minyak kayu putih, corong kertas, tisu

Prosedur:

1. Tahap Pra Interaksi:

- a) Mencuci tangan

- b) Menyiapkan alat

2. Tahap Orientasi:

- a) Memberikan salam dan sapa kepada pasien
- b) Menjelaskan tujuan dan prosedur pelaksanaan terapi inhalasi uap air dan minyak kayu putih
- c) Melakukan kontrak pelaksanaan pada pasien

3. Tahap Kerja:

- a) Mencuci tangan
- b) Mengatur posisi duduk pasien
- c) Meletakkan baskom plastik kecil di depan pasien
- d) Menuangkan air panas dengan suhu 45°C ke dalam baskom sebanyak 250 ml atau segelas air
- e) Memasukkan aroma terapi minyak kayu putih ke dalam baskom yang berisi air panas sebanyak 4-5 tetes
- f) Memosisikan pasien dekat dengan baskom berisi air
- g) Menghirup uap air dengan menggunakan corong kertas selama 10-15 menit sehingga uap air bisa langsung terhirup dan tidak keluar
- h) pastikan pasien merasa aman selama tindakan diberikan
- i) alat dan pasien

4. Tahap Terminasi

Catat hasil kegiatan di dalam catatan keperawatan Ruang Rawat Inap

- a) Melakukan evaluasi tindakan
- b) Membersihkan alat
- c) Mencuci tangan
- d) Melakukan dokumentasi keperawatan

5. Dokumentasi

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengkajian keperawatan adalah tahap pertama dalam proses keperawatan dan merupakan suatu proses yang sistematis dalam mengumpulkan data dari berbagai sumber data untuk mengevaluasi dan mengidentifikasi status kesehatan pasien. Pada tahap pengkajian, kegiatan yang dilakukan adalah mengidentifikasi penyakit demam tifoid dengan riwayat keperawatan seperti : identitas pasien, riwayat kesehatan pasien, riwayat kesehatan keluarga, pola aktivitas sehari-hari, pemeriksaan fisik, data spiritual, data sosial, data penunjang diagnostik, pengobatan, analisa data, dan diagnosa keperawatan pada pasien. Pasien H dirawat oleh penulis mulai tanggal 02 Desember-05 Desember 2024, pasien datang kerumah sakit pada tanggal 02 Desember 2024 pada jam 06.31 bersama dengan istrinya, pasien mengeluh merasakan sesak saat bernapas saat bekerja kemudian pasien terus

menerus batuk-batuk dan pasien mengatakan demam naik turun selama 3 hari yang lalu dengan tanda-tanda vital yaitu suhu 39°C, tekanan darah 140/90 mmHg, Nadi 100x/menit, frekuensi pernapasan 30x/menit, SpO2 92%.

Pengkajian adalah langkah awal yang harus dilakukan oleh seorang perawat pasien untuk mendapatkan data-data yang diperlukan. Maka setelah penulis melakukan pengkajian pada Tn.H yang terdiagnosis PPOK, Penulis mampu melakukan pengkajian dan didapati keluhan dari Tn.H, yaitu: sesak napas dan batuk-batuk serta sulit mengeluarkan dahak.

Diagnosa keperawatan yang didapati dari Tn.H adalah gangguan sistem pernapasan dengan PPOK yaitu:

- a. Bersihan jalan napas tidak efektif berhubungan dengan sekresi yang tertahan
- b. Gangguan pertukaran gas berhubungan dengan ketidakseimbangan ventilasi-perfusi
- c. Gangguan pola tidur berhubungan dengan kurang kontrol tidur
- d. Defisit perawatan diri berhubungan dengan kelemahan

1. Intervensi Keperawatan yang dilakukan pada Tn.H dengan PPOK yaitu manajemen jalan napas dan pemantauan respirasi, terapi oksigen, dukungan tidur, dan dukungan perawatan diri.
2. Implementasi keperawatan yang telah yang dilakukan yaitu terapi inhalasi uap air panas menggunakan minyak kayu putih, terapi oksigen, posisi semifowler.
3. Evaluasi terhadap asuhan keperawatan pada Tn.H dengan masalah:
 - a. Bersihan jalan napas tidak efektif berhubungan dengan sekresi yang tertahan. Masalah teratasi
 - b. Gangguan pertukaran gas berhubungan dengan ketidakseimbangan ventilasi-perfusi. Masalah teratasi.
 - c. Gangguan pola tidur berhubungan dengan kurang kontrol tidur. Masalah teratasi
 - d. Defisit perawatan diri berhubungan dengan kelemahan. Masalah teratasi.

Masalah prioritas pada pasien Tn.H dengan diagnosa keperawatan bersihan jalan napas telah teratasi.

KESIMPULAN

Pemberian Implementasi uap panas dan minyak kayu putih dapat melembakan dahak pasien sehingga lebih mudah dikeluarkan pada saat batuk dan sesak pasien

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad, F. F. R. (2021). *Konsentrasi Kalsium Serum Dengan Fungsi Paru Penderita Penyakit Paru Obstruksi Kronik (PPOK)*. Cv. Azka pustaka.
- Andani, E. F. (2018). Skripsi efektifitas posisi high fowler (90. <http://repository.stikes-bhm.ac.id/159/1/20.pdf>
- Antariksa, Budhi, Arief Bakthiar, Wiwien Wiyono, Susanthi Djajalaksana, Faisal Yunus, dan Dkk. 2023. PPOK Pedoman Diagnosis dan Penatalaksanaan di Indonesia. Perhimpunan Dokter Paru Indonesia (PDPI)
- Astuti, M. F., Utomo, B., & Suparmin, S. (2018). Beberapa Faktor Risiko Yang Berhubungan Dengan Penyakit Paru Obstruktif Kronik (Ppok) Petugas Kebersihan Di Kota Purwokerto Tahun 2017. *Buletin Keslingmas*, 37(4), 443-455. <https://doi.org/10.31983/keslingmas.v37i4.3796>
- Dewi, R., Siregar, S., Manurung, R., & Bolon, C. M. T. (2022). Pembinaan Masyarakat Tentang Penyakit Dan Latihan Jalan Kaki Penderita Penyakit Paru Obstruktif Kronik (PPOK) Di Desa Desa Kolam Kecamatan Percut Sei Tuan. *Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada*

- Masyarakat (Ji-SOMBA)*, 1(2), 30-35.
- Dina, Y., & Feriani, P. (2021). Efektifitas Pemberian Aromaterapi Lavender terhadap Penurunan Intensitas Nyeri pada Pasien Post Sectio Caesarea: Metode Literature Review.
- Gao, W. F., Liu, S. Y., & Huang, L. L. (2012). Particle swarm optimization with chaotic opposition-based population initialization and stochastic search technique. *Communications in Nonlinear Science and Numerical Simulation*, 17(11), 4316-4327.
- GOLD GI for COLD. Global Initiative for Chronic Obstructive. GOLD, Glob Lung Dis. Published online 2020:1-44.
http://www.goldcopd.org/uploads/users/files/GOLD_Report_2015_Apr2.pdf
- Hikichi, M., Mizumura, K., Maruoka, S., & Gon, Y. (2019). Pathogenesis of chronic obstructive pulmonary disease (COPD) induced by cigarette smoke. *Journal of thoracic disease*, 11(Suppl 17), S2129.
- Hurst, Marlene. (2016). Belajar Mudah Keperawatan Medikal-Bedah, Vol. 1. Jakarta: EGC.
- Irianto, Koes (2014). Ilmu Kesehatan Anak. Bandung: Alfabeta
- Kementerian Kesehatan RI. (2018). Laporan Riskesdas Provinsi Kalimantan Timur 2018. Lembaga Penerbit Badan Litbang Kesehatan, 304.
- Khoirunnisak, L. (2021). Laporan Pendahuluan Dan Asuhan Keperawatan Dasar Pada Tn. D Dengan Kebutuhan Oksigenasi. 6.
- Lestari, C., & Perangin-angin, R. W. E. P. (2024). Penerapan posisi posisi semi fowler dan teknik pursed lipbreathing untuk meningkatkan saturasi oksigen pada penyakit paru obstruktif kronis (PPOK) di ruang cendrawasih rumah sakit vita insani Pematangsiantar tahun 2024. *Jurnal Akper I BB/Wira Sakti*, 9(1), 54-61.
- Marni. (2014). Asuhan Keperawatan Pada Anak Dengan Gangguan Pernafasan. Yogyakarta: Gosyen.
- Muttaqin, A. (2014). Pengkajian Keperawatan Aplikasi pada Praktik Klinik (A. Suslia, ed.). Jakarta: Salemba Medika.
- Nixson Manurung (2018). keperawatan medikal bedah jilid 2. Trans info Media.
- Nursalam. (2016). Konsep Dan Dokumentasi Keperawatan, Konsep Dan Praktek. Salemba Medika.
- Oktaria, Dwita, and Maharani Sekar Ningrum (2017) "Pengaruh Merokok dan Defisiensi Alfa-1 Antitripsin Terhadap Progresivitas Penyakit Paru Obstruktif Kronis (PPOK) dan Emfisema." *Jurnal Majority* 6.2: 43-49.
- Paramasivan, K. (2017). Penyakit Paru Obstruksi Kronik (PPOK). *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 1102005208, 1-41.
- Pratiwi, Y.N. (2021). Efektivitas Peppermint Oil Pada Balita Dengan Masalah Ketidakefektifan Bersihan Jalan Nafas. *Universitas Muhammadiyah Magelang*, 21-34

- Pratiwi, D. A., Zuriati, Z., Nabil, H. Y., & Yadi, A. (2024). Hubungan Aktivitas Fisik dengan Kualitas Punggung Bawah Mahasiswi Ilmu Kesehatan. *Media Kesehatan Politeknik Kesehatan Makassar*, 19(2), 188-194.
- Price, S.A dan Wilson. 2014. Patofisiologi Konsep Klinis Proses-Proses Penyakit. Jakarta: EGC
- Puspasari, S. F. A., & Fina, S. (2019). Asuhan keperawatan pada pasien dengan gangguan sistem pernapasan. Yogyakarta: Pustaka Baru.
- Puspitaswari. (2021). Asuhan Keperawatan Bersihan Jalan Napas Tidak Efektif Pada Pasien Penyakit Paru Obstruktif Kronis di Ruang Instalasi Gawat Darurat RSUD Sanjiwani Gianyar Tahun 2021. 7–27.
- Sari Yunita, Siti Safaah, I. P. (2019). Perbedaan Efektivitas Aromaterapi Lavender dan Aromaterapi Peppermint terhadap Nyeri pada Pasien Post -Sectio Caesarea di RSUD Ajibarang Siti. 1(1), 47–65.
- Saroh, A. M. (2019). Evaluasi Sebagai Penilaian Antara Perubahan Keadaan Pasien Dengan Tujuan Dan Kriteria Hasil Yang Dibuat Pada Tahap Perencanaan.
- Setianto, D., Indhit, T. U., & Ayubbana, S. (2021). Pengaruh aromaterapi essential oil peppermint terhadap penurunan respiratory rate pada pasien tuberkulosis paru. *Jurnal Cendikia*, 1(2), 223–230. <https://www.jurnal.akperdharmawacana.ac.id/index.php/JWC/article/view/24>
- Setiawan, E. (2022). Gambaran Pemberian Aromaterapi Peppermint Oil Terhadap Frekuensi Napas Pada Anak Dengan Bersihan Jalan Napas Tidak Efektif Akibat Bronkopneumonia Di Ruang Melati Rsud Ciamis. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.
- Smeltzer, Suzane C. (2020). Keperawatan Medikal Bedah Brunner & Suddarth: Edisi 8. Alih Bahasa Agung Waluyo. (et al); editor edisi bahasa Indonesia Monica Ester. (et al). Jakarta: EGC
- Sulistiyawati, Arie, and Yanti Cahyati (2019) "Perbedaan Frekuensi Nafas Sebelum dan Sesudah Latihan Pursed Lip Breathing pada Pasien dengan Serangan Asma." *Jurnal Penelitian Perawat Profesional* 1.1: 121-128.
- Tim Pokja SDKI DPP PPNI (2017). *Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia*. Jakarta Selatan: DPP PPNI. hlm. 1. ISBN 978-602-18445-6-4.
- Tori Rihiantoro, Candra Oktavia and Giri Udani (2018) Pengaruh Pemberian Aromaterapi Peppermint Inhalasi Terhadap Mual Muntah Pada Pasien Post Operasi Dengan Anestesi Umum', *Jurnal Keperawatan*, 14(1).
- Umara, A. F., Wulandari, I. S. M., Supriadi, E., Rukmi, D. K., Silalahi, L. E., Malisa, N., ... & Jainurakhma, J. (2021). Keperawatan Medikal Bedah Sistem Respirasi. Yayasan Kita Menulis
- Utam, S. Y. A. (2018). Buku ajar keperawatan medikal bedah sistem respirasi. Deepublish. <https://books.google.co.id/books?hl=id&lr=&id=2SJdWAAQBAJ&oi=fnd>

&pg=PA1&dq=Buku+anatomi+fisiologi+sistem+pernafasan&ots=fwjK_FNF&sig=4dmumv5PIeVeGRDA9CM13aNi3Wc&redir_esc=y#v=onepage&q=Buku%20anatomi%20fisiologi%20sistem%20pernafasan&f=false se diakses tgl 25 nov 2022 jam 18.22

World Health Organization (WHO). (2022). Chronic Obstructive Pulmonary Disease (COPD). Diakses 12 Februari 2023, dari [https://www.who.int/newsroom/fact-sheets/detail/chronic-obstructive-pulmonary-disease-\(copd\)](https://www.who.int/newsroom/fact-sheets/detail/chronic-obstructive-pulmonary-disease-(copd))