

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN**

WELDA PUTRI

Ns. LUSSY EFRIDAYANTI, S.Kep., M.Kep

**EFEKTIVITAS INHALASI SEDERHANA MINYAK KAYU PUTIH DAN
MINYAK DAUN MINT TERHADAP PENINGKATAN BERSIHAN JALAN
NAPAS PADA ANAK PENDERITA ISPA DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS SUKAMERINDU BENGKULU**

xvi + 81 hlm, 8 tabel, 4 gambar, 11 lampiran

ABSTRAK

Infeksi Saluran Pernapasan Akut merupakan salah satu penyakit yang sering terjadi pada anak dan dapat menyebabkan gangguan bersihan jalan napas akibat penumpukan sekret pada saluran pernapasan. Salah satu intervensi nonfarmakologis yang dapat digunakan untuk membantu meningkatkan bersihan jalan napas adalah inhalasi sederhana menggunakan Minyak Kayu Putih dan Minyak Daun Mint.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas inhalasi sederhana minyak kayu putih dan minyak daun mint terhadap peningkatan bersihan jalan napas pada anak penderita ISPA di Wilayah Kerja Puskesmas Sukamerindu.

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan rancangan *pretest-posttest two group design*. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat menggunakan *paired sample t-test*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum intervensi pada kelompok minyak kayu putih, sebagian besar responden mengalami jalan napas tidak bersih sebanyak 7 anak (70,0%), dan setelah intervensi seluruh responden mengalami peningkatan menjadi jalan napas bersih sebanyak 10 anak (100%). Pada kelompok minyak daun mint, sebelum intervensi sebagian besar responden mengalami jalan napas tidak bersih sebanyak 7 anak (70,0%), dan setelah intervensi seluruh responden mengalami peningkatan menjadi jalan napas bersih sebanyak 10 anak (100%).

Kesimpulan, inhalasi sederhana menggunakan minyak kayu putih dan minyak daun mint sama-sama efektif dalam meningkatkan bersihan jalan napas pada anak penderita ISPA, namun minyak daun mint menunjukkan efektivitas yang sedikit lebih baik dibandingkan minyak kayu putih.

Kata Kunci: Bersihan Jalan Napas, Inhalasi Sederhana, ISPA, Minyak Kayu Putih, Minyak Daun Mint.

Daftar Bacaan : 35 (2019 – 2025)

MUHAMMADIYAH UNIVERSITY OF BENGKULU
FACULTY OF HEALTH SCIENCES
NURSING STUDY PROGRAM

WELDA PUTRI

Ns. LUSSY EFRIDAYANTI, S.Kep., M.Kep

THE EFFECT OF DEEP BREATHING EXERCISES ON REDUCING BLOOD PRESSURE IN ELDERLY HYPERTENSIVES IN THE SUKAMERINDU PUBLIC HEALTH CENTER, BENGKULU CITY

xvi + 81 pages, 8 tables, 4 figures, 11 appendices

ABSTRACT

Acute Respiratory Tract Infection (ARI) is a common illness in children and can cause impaired airway clearance due to the accumulation of secretions in the respiratory tract. One non-pharmacological intervention that can be used to help improve airway clearance is simple inhalation using eucalyptus oil and mint leaf oil.

This study aims to determine the effectiveness of simple inhalation of eucalyptus oil and mint leaf oil on improving airway clearance in children with acute respiratory infections (ARI) in the Sukamerindu Community Health Center area.

This study was a quantitative study with a two-group pretest-posttest design. Data analysis was performed using univariate and bivariate methods using paired sample t-tests.

The results showed that before the intervention in the eucalyptus oil group, the majority of respondents experienced airway clearance (70.0%), and after the intervention, all respondents experienced improvement in airway clearance (100%). In the peppermint oil group, before the intervention, the majority of respondents experienced airway clearance (70.0%), and after the intervention, all respondents experienced improvement in airway clearance (100%).

Conclusion: Simple inhalation using eucalyptus oil and peppermint oil is equally effective in improving airway clearance in children with acute respiratory infections (ARI), but peppermint oil demonstrated slightly greater effectiveness than eucalyptus oil.

Keywords: *Airway Clearance, Simple Inhalation, ARI, Eucalyptus Oil, Peppermint Oil.*

Reading List: 35 (2019 – 2025)

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Infeksi Saluran Pernapasan Akut (ISPA) merupakan infeksi akut yang melibatkan organ saluran pernapasan bagian atas maupun bawah, disebabkan oleh berbagai mikroorganisme seperti virus, jamur, dan bakteri yang akan menyerang host, apabila ketahanan tubuh menurun. Gejala ISPA bervariasi mulai dari batuk, pilek, demam, hingga sesak napas, yang jika tidak ditangani dengan baik dapat menyebabkan komplikasi serius seperti pneumonia dan bahkan kematian pada anak-anak (Achar et al., 2024).

Menurut *World Health Organization* (WHO) tahun 2024, bahwa infeksi saluran pernapasan akut masih menjadi penyebab utama morbiditas dan mortalitas pada anak di bawah usia 5 tahun di seluruh dunia. Penyakit ini termasuk pneumonia, bronkitis, bronkiolitis, dan infeksi pernapasan lain. Pneumonia, salah satu bentuk ISPA yang paling berat, merupakan penyebab tunggal utama kematian akibat penyakit infeksi pada anak di bawah 5 tahun secara global, dengan lebih dari 700.000 kematian setiap tahun.

Berdasarkan data Kementerian Kesehatan (Kemenkes) pada tahun 2024, umur paling rentan terserang infeksi penyakit ISPA yaitu kisaran usia 6-23 bulan. Data survei yang dirilis oleh Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, tercatat bahwa sekitar 5,2 % balita di Indonesia didiagnosis mengalami Infeksi Saluran Pernapasan Akut (ISPA) oleh tenaga kesehatan. Ini berarti bahwa lebih kurang 1 dari setiap 20 anak balita mengalami ISPA dalam periode survei tersebut, menunjukkan bahwa penyakit ini masih

merupakan masalah kesehatan masyarakat yang signifikan di kelompok usia dini (Kemenkes, 2024).

Menurut Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023, prevalensi nasional ISPA pada balita mencapai 86.364 orang dan beberapa provinsi dengan prevalensi ISPA tertinggi yaitu Aceh 22,1%, Sumatra Utara 21,0%, Sumatra Barat 29,8%, Riau 19,4%, Jambi 18,8%, Bengkulu 24,6%, Sumatra Selatan 25,4% dan Lampung 26,1%. Balita dengan ISPA tertinggi terjadi pada kelompok umur ≤ 1 tahun sebesar 26,6% dan umur 1-4 tahun 35,7% banyak terjadi pada balita berjenis kelamin laki-laki dengan prevalensi 23,2% (SKI, 2023).

Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kota Bengkulu (2025) ditemukan kasus ISPA pada balita yaitu 2,72%, dimana terdapat tiga puskesmas terbanyak pasien yang mengalami ISPA yaitu Puskesmas Sukamerindu sebanyak 2.499 orang, Puskesmas Sawah Lebar sebanyak 2.171 orang, dan Puskesmas Padang Serai sebanyak 2.069 (Dinkes Kota Bengkulu, 2025).

Data Puskesmas Sukamerindu tahun 2023 didapat penderita ISPA sebanyak 3.416 orang. Data Puskesmas Sukamerindu tahun 2024 didapat penderita ISPA sebanyak 2.808 orang. Data Puskesmas Sukamerindu tahun 2025 didapat penderita ISPA sebanyak 3029 orang (Rekam Medis Puskesmas Sukamerindu, 2025).

Prevalensi ISPA pada anak-anak yang tinggi, disebabkan karena sistem kekebalan tubuh mereka yang belum sepenuhnya matang. Hasani et al., (2024) menjelaskan bahwa kelompok usia ini paling rentan terhadap ISPA, seringkali diperburuk oleh lingkungan yang kurang higienis, paparan polusi udara, serta

kurangnya asupan gizi yang adekuat, yang kesemuanya meningkatkan risiko anak untuk terserang ISPA berulang. Hal ini tentunya berdampak pada kualitas hidup anak, menghambat pertumbuhan dan perkembangan mereka, serta seringkali mengganggu proses belajar di sekolah, di mana salah satu manifestasi klinis yang sering menyertai kondisi ini adalah gangguan bersihan jalan napas.

Gangguan bersihan jalan napas terjadi ketika terdapat penumpukan sekret atau lendir yang menghambat aliran udara di saluran pernapasan, suatu kondisi yang sangat umum pada anak penderita ISPA. Anak-anak yang mengalami kondisi ini seringkali menunjukkan kesulitan bernapas, batuk efektif yang tidak memadam, dan peningkatan usaha napas. Jika tidak segera diatasi, gangguan bersihan jalan napas dapat memicu hipoksia, asidosis, dan pada kasus yang parah dapat mengancam jiwa, sehingga upaya untuk meningkatkan bersihan jalan napas menjadi krusial dalam manajemen ISPA pada anak, termasuk melalui pendekatan terapi non-farmakologi (Nuur et al., 2022).

Terapi non-farmakologi seringkali menjadi pilihan yang aman, efektif, minim efek samping, dan dapat dilakukan secara mandiri di rumah untuk membantu mengatasi gejala gangguan pernapasan, termasuk memperbaiki bersihan jalan napas. Salah satu metode non-farmakologi yang telah banyak diteliti dan diterapkan untuk membantu melonggarkan jalan napas dan mengurangi gejala pernapasan adalah inhalasi sederhana. Inhalasi sederhana bekerja dengan prinsip menghirup uap air yang mengandung zat-zat tertentu, sehingga dapat membantu mengencerkan sekret dan melegakan saluran

pernapasan (Rahman, 2023). Pada konteks ini, minyak kayu putih dan minyak daun mint merupakan dua agen yang patut dipertimbangkan.

Minyak kayu putih dan minyak daun mint telah lama dikenal dalam pengobatan tradisional sebagai agen yang memiliki sifat dekongestan dan ekspektoran. Menurut Wulandari & Waliyanti, (2023) minyak kayu putih (*Eucalyptus oil*) mengandung senyawa aktif seperti cineol yang memberikan efek hangat dan melegakan pernapasan, serta memiliki sifat antiseptik. Sementara itu, Pamularsih et al., (2025) menambahkan minyak daun mint (*Peppermint oil*) mengandung menthol yang memberikan sensasi dingin dan menyegarkan, serta membantu membuka saluran pernapasan yang tersumbat.

Hasil penelitian Anisah & Parmilah, (2025) menyatakan bahwa “setelah dilakukan intervensi selama 3 hari yaitu setiap pagi dan sore, bersihan jalan nafas pasien kembali efektif dibuktikan dengan tidak adanya penumpukan sekret, batuk, dan suara nafas tambahan ronkhi berkurang. Hal ini menunjukkan bahwa pemberian terapi inhalasi sederhana dengan minyak kayu putih efektif untuk mengatasi masalah bersihan jalan napas yang tidak efektif pada anak penderita ISPA”.

Hasil penelitian Pratiwi & Christiani, (2025) juga menyatakan bahwa “sebelum dan sesudah diberikan intervensi inhalasi sederhana peppermint adalah 12,50 sedangkan jumlah rank negatif 300.00, p-value sebesar .000, terlihat bahwa $p\text{-value } 0,000 < 0,05$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima, sehingga menunjukan bahwa ada pengaruh pemberian inhalasi sederhana peppermint dalam mengurangi gejala ISPA pada balita di wilayah kerja puskesmas Tenganan kabupaten Semarang”.

Berdasarkan hasil observasi awal pada tanggal 27 Januari 2026 yang dilakukan pada Puskesmas Sukamerindu Bengkulu terhadap 10 responden anak penderita ISPA menunjukkan bahwa 8 anak mengalami kesulitan dalam membersihkan jalan napas secara mandiri, ditandai dengan batuk tidak efektif dan adanya suara napas tambahan, serta merasa tidak nyaman dengan kondisi pernapasan mereka. Hanya 2 responden yang menunjukkan bersihan jalan napas yang adekuat setelah mendapatkan penanganan standar seperti pemberian tetes hidung salin. Angka ini mengindikasikan bahwa masih diperlukan intervensi tambahan yang efektif dan dapat diterima oleh masyarakat untuk mengatasi masalah bersihan jalan napas pada anak penderita ISPA di wilayah tersebut, yang menjadi alasan dilakukannya penelitian ini.

Berdasarkan fenomena, hasil observasi, dan urgensi di atas, tujuan dilakukannya penelitian ini adalah untuk mengkaji lebih dalam mengenai efektivitas inhalasi sederhana minyak kayu putih dan minyak daun mint terhadap peningkatan bersihan jalan napas pada anak penderita ISPA. Dengan demikian, diharapkan manfaat penelitian ini dapat dirasakan oleh pelayanan keperawatan, anak penderita ISPA dan keluarga, serta menjadi dasar bagi penelitian selanjutnya.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, dapat diidentifikasi beberapa masalah sebagai berikut:

1. Tingginya angka kejadian ISPA pada anak di Wilayah Kerja Puskesmas Sukamerindu Bengkulu.

2. Banyaknya anak penderita ISPA yang mengalami gangguan bersihan jalan napas.
3. Adanya kebutuhan akan intervensi non-farmakologi yang efektif dan aman untuk meningkatkan bersihan jalan napas pada anak penderita ISPA.

1.3 Pembatasan Masalah

Penelitian ini dibatasi pada efektivitas inhalasi sederhana minyak kayu putih dan minyak daun mint terhadap peningkatan bersihan jalan napas pada anak penderita ISPA. Variabel yang akan diteliti meliputi intervensi inhalasi sederhana minyak kayu putih dan minyak daun mint, serta peningkatan bersihan jalan napas yang diukur melalui observasi tanda-tanda klinis

1.4 Rumusan Masalah

Rumusan masalah pada penelitian ini yaitu “Apakah inhalasi sederhana minyak kayu putih dan minyak daun mint efektif terhadap peningkatan bersihan jalan napas pada anak penderita ISPA di Wilayah Kerja Puskesmas Sukamerindu Bengkulu?”.

1.5 Tujuan Penelitian

1.5.1 Tujuan umum

Diketahui efektivitas inhalasi sederhana minyak kayu putih dan minyak daun mint terhadap peningkatan bersihan jalan napas pada anak penderita ISPA di Wilayah Kerja Puskesmas Sukamerindu Bengkulu.

1.5.2 Tujuan khusus

1. Diketahui karakteristik responden penderita ISPA di Wilayah Kerja Puskesmas Sukamerindu Bengkulu.

2. Diketahui tingkat bersihan jalan napas pada anak penderita ISPA sebelum diberikan intervensi inhalasi sederhana minyak kayu putih di Wilayah Kerja Puskesmas Sukamerindu Bengkulu.
3. Diketahui tingkat bersihan jalan napas pada anak penderita ISPA sesudah diberikan intervensi inhalasi sederhana minyak kayu putih di Wilayah Kerja Puskesmas Sukamerindu Bengkulu.
4. Diketahui tingkat bersihan jalan napas pada anak penderita ISPA sebelum diberikan intervensi inhalasi sederhana minyak daun mint di Wilayah Kerja Puskesmas Sukamerindu Bengkulu.
5. Diketahui tingkat bersihan jalan napas pada anak penderita ISPA sesudah diberikan intervensi inhalasi sederhana minyak daun mint di Wilayah Kerja Puskesmas Sukamerindu Bengkulu.
6. Diketahui efektivitas inhalasi sederhana antara minyak kayu putih dan minyak daun mint terhadap peningkatan bersihan jalan napas pada anak penderita ISPA di Wilayah Kerja Puskesmas Sukamerindu Bengkulu.

1.6 Manfaat Penelitian

1.6.1 Manfaat teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memperkaya khazanah ilmu pengetahuan di bidang keperawatan anak, khususnya terkait pengembangan intervensi non-farmakologi untuk penanganan ISPA serta memberikan kontribusi pada pengembangan teori mengenai efektivitas minyak esensial dalam meningkatkan bersihan jalan napas pada kondisi pernapasan akut.

1.6.2 Manfaat praktis

1. Bagi Institus Pendidikan

Memberikan rekomendasi praktik berbasis bukti bagi perawat dalam mengaplikasikan inhalasi sederhana minyak kayu putih dan minyak daun mint sebagai salah satu intervensi keperawatan untuk meningkatkan bersihan jalan napas pada anak penderita ISPA.

2. Bagi Anak Penderita ISPA dan Keluarga

Memberikan alternatif terapi komplementer yang mudah dilakukan, aman, dan terjangkau untuk membantu mengatasi gangguan bersihan jalan napas pada anak penderita ISPA, sehingga dapat meningkatkan kenyamanan dan mempercepat proses penyembuhan.

3. Bagi Pelayanan Kesehatan

Memberikan informasi dan data yang relevan dalam upaya peningkatan kualitas pelayanan kesehatan, khususnya dalam penanganan kasus ISPA pada anak, serta dapat menjadi dasar pengembangan program kesehatan masyarakat yang inovatif.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar dan referensi bagi peneliti lain yang tertarik untuk melakukan penelitian lebih lanjut terkait intervensi non-farmakologi dalam penanganan masalah pernapasan pada anak.

1.7 Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

No	Nama, Tahun, Judul Jurnal	Metode Penelitian	Hasil	Persamaan dan Perbedaan
1	Anisah & Parmilah, (2025). Terapi Inhalasi Sederhana (Minyak Kayu Putih) Untuk Mengatasi Ketidakefektifan Bersihan Jalan Napas Pada Anak Dengan Infeksi Saluran Pernafasan Akut (Ispa)	Studi kasus	Pemberian terapi inhalasi sederhana dengan minyak kayu putih efektif untuk mengatasi masalah bersihan jalan napas yang tidak efektif pada anak penderita ISPA.	Persamaan : Variabel menggunakan terapi inhalasi sederhana, bersihan jalan napas, sampel pada anak dengan ISPA Perbedaan : Metode penelitian menggunakan studi kasus
2	Cintamie et al., (2024). Penerapan Inhalasi Uap Dengan Minyak Kayu Putih Dalam Meningkatkan Bersihan Jalan Napas Pada Anak Prasekolah Dengan Ispa Di Rumah Sakit Medika Stania Sungailiat	Studi kasus	Inhalasi uap dengan minyak kayu putih dapat meningkatkan bersihan jalan napas pada anak ispa dengan masalah bersihan jalan napas tidak efektif	Persamaan : Variabel menggunakan terapi inhalasi sederhana, bersihan jalan napas, sampel pada anak dengan ISPA Perbedaan : Metode penelitian menggunakan studi kasus
3	Pamularsih et al., (2025). Efektifitas Pemberian Aromaterapi Peppermint Terhadap Gejala Pada Pasien Infeksi Saluran Pernapasan Akut Di IGD RSUP Tadjuddin Chalid	Studi kasus	Aromaterapi peppermint efektif dalam mengatasi masalah ISPA pada Tn.I di Instalasi Gawat Darurat (IGD) RSUP Dr. Tadjuddin Chalid Makassar.	Persamaan : Menggunakan minyak peppermint dan sampel pada penyakit ISPA Perbedaan : Menggunakan intervensi aromaterapi, dan metode penelitian studi kasus
4	Wulandari & Waliyanti, (2023). Efektifitas Inhalasi Uap Minyak Kayu Putih & Fisioterapi Dada Untuk Mengatasi Bersihan Jalan Nafas Tidak Efektif Pada Pasien Lansia Dengan Penyakit PPOK	Case report	Terapi inhalasi menggunakan minyak kayu putih disertai dengan fisioterapi dada dan batuk efektif terbukti efektif	Persamaan : Menggunakan variabel inhalasi dengan minyak kayu putih Perbedaan :

			dalam menangani masalah bersihan jalan nafas pada pasien lansia dengan PPOK sehingga dapat diterapkan secara mandiri oleh lansia	Metode penelitian dengan case report, sampel pada pasien lansia dengan PPOK
5	Rahman, (2023). Efektifitas Penerapan Inhalasi Sederhana Aromaterapi Peppermint Terhadap Penurunan Frekuensi Pernapasan Pada Penderita Tuberculosis Paru Di Wilayah Kerja Puskesmas Mentok Tahun 2023	Pra eksperimen dengan pendekatan <i>one group pre-post test</i>	Ada perbedaan nilai rata-rata Frekuensi Pernapasan penderita Tuberculosis Paru sebelum dan sesudah menghirup Aromaterapi Peppermint secara teratur di Wilayah Kerja Puskesmas Mentok Tahun 2023	Persamaan : Menggunakan variabel inhalasi dengan minyak papermint Perbedaan : Metode penelitian dengan pra eksperimen dengan pendekatan one group pre-post test, sampel pada pasien lansia dengan TB paru