

## **Aromaterapi Pappermint Mengatasi Batuk Pilek Pada Balita di PMB Hasna Dewi Kota Pekanbaru**

**Yuyun Ramadhani<sup>1</sup>, Liva Maita<sup>2\*</sup>, Een Husanah<sup>3</sup>**

<sup>1-3</sup> Fakultas Kesehatan, Universitas Hang Tuah Pekanbaru

Email: [livamaita@gmail.com](mailto:livamaita@gmail.com)

**Abstrak :** Balita merupakan istilah bagi anak yang berusia 1-5 tahun atau biasa juga disebut usia prasekolah, pada masa ini merupakan periode penting dalam proses tumbuh kembang anak. Batuk pilek adalah gangguan saluran pernafasan atas atau infeksi primer nasofaring dan hidung yang ditandai dengan iritasi atau peradangan selaput lendir hidung yang diakibatkan oleh infeksi dari suatu virus, yaitu salah satunya adalah infeksi human rhinovirus (HRV). Salah satu cara untuk mengatasi masalah tersebut adalah dengan memberikan terapi non farmakologi yaitu dengan pemberian aromaterapi peppermint. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Epektifitas aromaterapi pappermint untuk mengurangi batuk pilek pada balita di PMB Hasna Dewi Kota Pekanbaru Tahun 2023. Metode penelitian ini menggunakan pre-eksperiment dengan Desain One Grup Pre Test Post Test. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan accidental sampling dengan mempertimbangkan kriteria inklusi dan eksklusi dengan jumlah sampel 30 orang dan pengumpulan data menggunakan kuesioner. Metode analisis menggunakan uji wilcoxon. Hasil Uji Chi wolcoxon didapatkan  $P = 0,000$  artinya ada epektifitas aromaterapi peppermint untuk mengurangi batuk pilek. Diharapkan bagi PMB Hasna Dewi Kota Pekanbaru dapat mengkombinasi terkait massage batuk pilek yang disertai dengan pemberian aromaterapi peneliti selanjutnya dapat menggunakan aromaterapi dengan jenis dan metode lain yang lebih inovatif agar dapat mengurangi penggunaan obat farmakologi.

**Kata Kunci:** Balita; Batuk Pilek;Aromaterapi Pappermint

**Abstract :** Toddler is a term for children aged 1-5 years or commonly called preschool age, at this time is an important period in the process of child growth and development. Coughing colds are upper respiratory tract disorders or primary infections of the nasopharynx and nose characterized by irritation or inflammation of the nasal mucous membranes caused by infection from a virus, one of which is human rhinovirus (HRV) infection. One way to overcome this problem is to provide non-pharmacological therapy, namely by giving peppermint aromatherapy. This study aims to determine the effectiveness of pappermint aromatherapy to reduce cold coughs in toddlers at PMB Hasna Dewi Pekanbaru City in 2023. This research method uses pre-experiment with One Group Pre Test Post Test Design. The sampling technique in this study used accidental sampling by considering the inclusion and exclusion criteria with a total sample of 30 people and data collection using a questionnaire. The analysis method uses the wilcoxon test. The results of the Chi Wolcoxon Test obtained  $P = 0.000$  means that there is an effectiveness of peppermint aromatherapy to reduce cold cough. It is hoped that PMB Hasna Dewi Pekanbaru City can combine cough and cold massage with the provision of aromatherapy. Future researchers can use aromatherapy with other types and methods that are more innovative in order to reduce the use of pharmacological drugs.

**Keywords:** Toddlers; Cold Cough; Aromatherapy Pappermint

## PENDAHULUAN

Batuk pilek merupakan gangguan saluran pernafasan atas atau infeksi primer nasofaring dan hidung yang ditandai dengan iritasi atau peradangan selaput lendir hidung yang diakibatkan oleh infeksi dari suatu virus, selaput lendir yang meradang memproduksi banyak lendir sehingga hidung menjadi tersumbat dan sulit bernafas. Gejala diantaranya pilek, mata mengeluarkan banyak air, kepala pusing dan seringkali demam ringan yang terjadi pada bayi dan balita. Kecenderungan terjadinya batuk pilek pada balita dipengaruhi oleh tingkat imunitas yang dimiliki oleh balita tersebut, penularan batuk pilek ini dapat terjadi melalui droplet atau melalui kontak fisik dari benda atau sentuhan dengan orang yang telah terkontaminasi oleh virus penyebab batuk pilek (Ariani & Wahyuni, 2021).

Di lihat dari hasil data epidemiologi Nasional yang spesifik mengenai batuk pilek/*common cold* belum tersedia. Namun, terdapat data epidemiologi Nasional mengenai angka kejadian infeksi saluran pernafasan akut (ISPA) dan berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas, 2018) prevalensi ISPA di Indonesia sekitar 93.620 kasus dan Di Provinsi Riau terdapat 2.813 kasus sedangkan di Kota Pekanbaru sendiri pada tahun 2018 sebesar 50,40% dan pada tahun 2019 angka kejadian batuk pilek yang terjadi pada balita sebesar 111.586 jiwa. (Kemenkes RI, 2018).

Ada beberapa cara untuk mengatasi batuk pilek pada balita yaitu, dengan cara farmakologi dan nonfarmakologi. Cara farmakologi adalah dengan memberikan obat-obatan kepada penderita, sedangkan cara nonfarmakologi adalah memberikan terapi herbal salah satunya dengan cara dipijat dan aromaterapi (Maula & Rusdiana, 2016). Aromaterapi biasa dipergunakan untuk rileksasi dan pengobatan, aromaterapi adalah metode pengobatan untuk merevitalisasi (menggiatkan balik ) dan meregulasi (mengatur) kinerja organ-organ tubuh. Salah satu essential oil primer dalam pengobatan aromaterapi merupakan Peppermint oil, Essential oil ini berasal dari penyulingan daun *Mentha piperita* yang kaya khasiat, aromanya amat menyegarkan dan membangkitkan semangat, Karena kandungan zat yang terdapat dalam peppermint oil memiliki khasiat analgesik (peredam nyeri), antispasmodik (anti kejang), espektoran (pengencer dahak) serta dekongestan (pelega saluran napas). *Peppermint oil* pula berguna mengobati gangguan pencernaan seperti sakit lambung dan konstipasi, nyeri otot, radang sendi, batuk, sinusitis serta sakit kepala (Pratiwi et al., 2020).

*Peppermint oil* merupakan salah satu jenis esensial oil yang bermanfaat untuk meredakan Stres, Penambah nafsu makan serta pereda batuk pilek pada anak. Penggunaan peppermint oil ini dianggap lebih efektif untuk mengatasi batuk pilek karena bisa dijadikan alternatif untuk anak yang tidak mau meminum obat dan cara penggunaan peppermint oil ini juga sangat mudah hanya dihirup atau dioles saja di beberapa bagian tertentu pada area tubuh. (Utami, 2018)

Menurut hasil penelitian (Pratiwi, 2021) dalam (Utami, 2018) mengatakan balita yang mengalami batuk pilek yang diberikan aromaterapi peppermint dapat berkurang dengan pemberian aromaterapi ini dengan cara mengoleskan peppermint oil pada dada, punggung dan leher anak setelah mandi pagi dan sore atau 2x sehari selama 6 hari berturut-turut. Di PMB Hasna Dewi merupakan salah satu bidan praktek mandiri yang memberikan terapi non farmakologi, yaitu pijat pada bayi, Pada tiga bulan terakhir dari bulan November 2022 - Januari 2023 ada sekitar 107 bayi balita dan anak yang melakukan pijat, jumlah balita yang

melakukan pijat batuk pilek pada tiga bulan terakhir yaitu bulan November 2022 – Januari 2023 ada sekitar 31 orang. Setelah dikonfirmasi dengan bidan dilapangan, bidan mengatakan terapi nonfarmakologi yang diberikan hanya terapi pijat belum ada terapi aromaterapi peppermint untuk mengurangi batuk pilek pada balita. Berdasarkan uraian diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul “Efektivitas Aromaterapi Peppermint Untuk Mengurangi Batuk Pilek Pada Balita Di PMB Hasna Dewi Di Kota Pekanbaru.

## METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah penelitian pre eksperimental, Desain penelitian yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah pre eksperimental dengan pendekatan *One Group Pretest-Posttest Design*. Populasi dalam Penelitian ini adalah balita berusia 1- 5 tahun yang berjumlah 30 responden Sampel penelitian ini bulan November 2022 hingga Januari 2023 sebanyak 31 balita. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan accidental sampling. Analisis data menggunakan uji statistik T-Test.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

**Tabel 1. Efektivitas Aromaterapi Pappermint Untuk Mengurangi Batuk Pilek Terhadap Balita di PMB Hasna Dewi Kota Pekanbaru**

Batuk Pilek	n	Mean	Standar Deviasi (SD)	Maksimal-Minimal	Selisih Mean	P Value
Pre test	30	3,13	0,860	4-2	1,2	0,000
Post test	30	1,93	0,828	1-3		

Berdasarkan tabel 10 dapat dilihat bahwa rata-rata batuk pilek sebelum diberikan aromaterapi adalah 3,13 (SD 0,860), nilai maksimal 4 dan nilai minimal 2, dan setelah diberikan selama 6 hari kemudian batuk pilek meningkat menjadi 1,93 (SD 0,828), nilai maksimal 1 dan nilai minimal 3, terjadi peningkatan rata-rata batuk pilek pada balita sebesar 1,2. Hasil uji wilcoxon signed ranks didapatkan  $p$  value  $0,000 < 0,05$ , artinya terdapat efektivitas aromaterapi peppermint untuk mengurangi batuk pilek pada balita di PMB Hasna Dewi Kota Pekanbaru Tahun 2023.

Dikatakan efektif jika pada saat dilakukan observasi setelah 6 hari diberikan aromaterapi balita yang awalnya mengalami batuk pilek sedang menjadi batuk pilek ringan dan batuk pilek ringan menjadi tidak batuk pilek dan kualitas tidur yang awalnya selalu terbangun menjadi lebih baik dan nafsu makan balita juga sudah kembali seperti sebelum mengalami batuk pilek, dan pernafasan balita kembali normal Karena kandungan dari pappermint oil ini mengandung antibiotic yang membantu membunuh bakteri dan virus yang berakumulasi menjadi sputum dalam jalan nafas, sehingga tanda-tanda inflamasi pada klien seperti batuk, sputum, demam dan sesak nafas berkurang (Y. N. Pratiwi, 2021). Menurut

(Utami, 2018) pappermint memiliki kandungan ekstrak *menthol* yang dapat menghasilkan efek dekongestan yang berkhasiat untuk mengencerkan lendir yang membuat hidung tersumbat sehingga menimbulkan perasaan lega dan mudah bernafas. Selain itu *peppermint* juga mengandung antibiotik yang dapat membantu mengurangi akumulasi sputum akibat reaksi inflamasi yang disebabkan virus dan bakteri penyebab penyakit ISPA.

## KESIMPULAN

Ada efektivitas Aromaterapi pappermint untuk mengurangi batuk pilek pada balita di PMB Hasna Dewi Kota Pekanbaru Tahun 2023. Dilihat dari hasil uji Chi Wilcoxon Dengan nilai  $P < 0,05$ .

## DAFTAR PUSTAKA

- Ariani, N., & Wahyuni, A. (2021). Peningkatan Pengetahuan Ibu-ibu PKK Desa Tatah Layap Terhadap Penggunaan Obat Batuk dan Pilek di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Bakti Untuk Negeri*, 1(April), 13–17.
- Arifin, I, Prasetyo, KT, Yasin, N. (2009). Evaluasi penggunaan obat common cold pada pengobatan sendiri di masyarakat desa karanggondang kecamatan mlogo kabupaten jepara. *Jurnal Ilmu Farmasi Dan Farmasi Kliik*, 6(1), 18– 25.
- Kemenkes RI. (2018). Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018. *Kementrian Kesehatan RI*, 53(9), 1689–1699.
- Pratiwi, F., Subarnas, A., Farmasi, F., & Padjadjaran, U. (2020). *Farmaka Farmaka*. 18, 66–75.
- Pratiwi, Y. N. (2021). Efektivitas Peppermint Oil Pada Balita Dengan Masalah Ketidakefektifan Bersihan Jalan Nafas. *Universitas Muhammadiyah Magelang*, 21–34.