

JURNAL PROMOTIF PREVENTIF

Studi Kasus Penerapan Aroma Terapi (Lavender) Untuk Mengatasi Kualitas Tidur Pada Anak *Bronkopneumoni*

Case Study of Application of Aroma Therapy (Lavender) to Address Sleep Quality in Bronchopneumoni Children

Maria Florensia Tay, Yosefina Nelista

Program Studi Profesi Ners, Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan Universitas Nusa Nipa

Article Info

Article History

Received: 24 Jan 2024

Revised: 05 Feb 2024

Accepted: 12 Feb 2024

ABSTRACT / ABSTRAK

Bronchopneumonia is a type of pneumonia that causes inflammation in the lung parenchyma that extends to the broncheoli caused by bacteria, viruses, parasites, fungi or foreign objects whose symptoms include hyperthermia, restlessness, shortness of breath, diarrhea, vomiting, and dry cough and usually occur in children. The problem that is often felt is sleep disorders which can be reduced through the implementation of lavender aromatherapy. This case study aims to analyze the effect of implementing lavender aromatherapy on improving sleep quality in children who experience sleep disorders. The research is descriptive research with a case study approach. The subjects in this study were two children suffering from bronchopneumonia with the main complaint of disturbed sleep patterns. The location of the case study is in the Melati room at RSUD dr. T.C Hillers Maumere. This research data was taken using interview, observation and documentation methods. Data collection instruments used the pediatric nursing care assessment format and the Pittsburgh sleep quality index PSQI questionnaire with pain assessment from the NRS and the PQRST method. The implementation of lavender aroma therapy was carried out 3 times for 1-5 minutes and evaluation was carried out before and after implementation. The results of the study showed that after implementing lavender aromatherapy 3 times with a duration of 1-5 minutes, it was able to improve the quality of children's sleep.

Key words: *Bronchopneumonia, giving lavender aromatherapy, sleep quality*

Bronkopneumonia adalah salah satu jenis pneumonia yang mengakibatkan peradangan di parenkim paru yang meluas sampai bronkeoli disebabkan oleh bakteri, virus, parasit, jamur atau benda asing yang menyebabkan gejala seperti hipertermi, gelisah, sesak napas, diare, muntah, serta batuk kering dan biasanya terjadi pada anak-anak. Masalah yang sering dirasakan adalah gangguan tidur yang dapat dikurangi melalui implementasi pemberian aromaterapi lavender. Studi kasus ini bertujuan untuk menganalisis penerapan implementasi pemberian aromaterapi lavender terhadap peningkatan kualitas tidur pada anak yang mengalami gangguan tidur. Penelitian merupakan penelitian deskriptif dengan pendekatan studi kasus. Subjek dalam studi ini adalah dua orang anak penderita bronkopneumoni dengan keluhan utama gangguan pola tidur. Lokasi studi kasus adalah di ruang Melati RSUD dr. T.C Hillers Maumere. Data penelitian ini diambil menggunakan metode wawancara, observasi dan dokumentasi. Instrument pengumpulan data menggunakan format pengkajian asuhan keperawatan anak dan kuesioner Pittsburgh sleep quality indeks PSQI dengan penilaian nyeri dari NRS dan metode PQRST. Implementasi pemberian aroma terapi lavender dilakukan selama 3 kali selama 1-5 menit dan dilakukan evaluasi sebelum dan sesudah implementasi. Hasil studi menunjukkan bahwa setelah dilakukan implementasi pemberian aromaterapi lavender selama 3 kali yang berdurasi 1-5 menit mampu meningkatkan kualitas tidur anak.

Kata kunci: *Bronkopneumoni, pemberian aromaterapi lavender, kualitas tidur*

Corresponding Author:

Name : Yosefina Nelista

Affiliate : Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan Universitas Nusa Nipa

Address : Jl. Kesehatan No 3, Kelurahan Beru, Kecamatan Alok Timur

Email : nelistayosefina@gmail.com

PENDAHULUAN

Bronkopneumonia merupakan bagian dari pneumonia, yaitu penyakit sistem pernapasan yang mempengaruhi jalan napas disebabkan adanya obstruksi yang menyebabkan saturasi oksigen dapat menurun. Ketika saturasi menurun maka dapat meningkatkan angka morbiditas dan mortalitas anak. (Purnamiasih, 2020). Menurut laporan *World Health Organization* (WHO), bronkopneumonia menyebabkan kematian pada anak terhitung 808.694 pada tahun 2017 dan tahun 2019 angka kasus pneumonia terjadi 740.180 pada anak di bawah usia 5 tahun. (WHO, 2022). Berdasarkan Kementerian Kesehatan (Kemenkes) tahun 2018, bronkopneumonia di Indonesia mengalami peningkatan pada tahun 2015-2018 yang awalnya 94,12% menjadi 97,30%. Pada data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 untuk kelompok umur 1-4 tahun memiliki presentase sebesar 2,1% dengan kasus pneumonia (Riskesdas, 2018). Menurut data *United Nations Children's Fund* (UNICEF) tahun 2018 Indonesia menduduki peringkat keenam dari 15 negara dengan angka kematian pneumonia tertinggidi usia bayi dibawah lima tahun (Balita) yaitu sebesar 19.000. (UNICEF, 2019). Kasus pneumonia di Kalimantan Selatan terhitung sebanyak 23.915 dengan presentase 1,74%. Pada Kota Banjar Baru terhitung sebanyak 1.457 kasus pneumonia dengan presentase 1,47% (Riset Kesehatan Dasar, 2020). Data jumlah pneumonia provinsi NTT di 2022 sebanyak 3.091 kasus dan Kabupaten Sikka 62 kasus (sumber Dinas Kesehatan Provinsi NTT). Data bronkopneumonia diruang Melati pada tahun 2022 sebanyak 181 kasus dan pada tahun 2023 dari bulan November sebanyak 295 kasus.

Tanda dan gejala dari bronkopneumonia antara lain; batuk-batuk, sesak napas, disertai pilek. Sehingga anak menjadi rewel dan tidak dapat tidur nyenyak karena batuk yang dialaminya. Gangguan tidur merupakan masalah yang paling sering muncul pada anak yang dirawat di rumah sakit. Stressor yang dialami anak berdampak pada kualitas tidur yang buruk bagi anak, dan dapat menjadi salah satu penyebab gangguan tumbuh kembang pada anak (Wong & Hockenberry, 2015) penatalaksanaan non farmakologi menjadi alternatif yang aman dilakukan. Salah satu terapi non farmakologis yaitu dengan pemberian aromaterapi Pertiwi et al. (2016).

Penanganan gangguan tidur dapat dilakukan melalui 2 cara yaitu farmakologi dan non farmakologi. Secara farmakologi dapat diberikan obat-obatan sedatif. Namun pemberian obat-obatan ini beresiko mengganggu tumbuh kembang jika diberikan pada anak-anak. Oleh karena itu penatalaksanaan non farmakologi menjadi alternatif yang aman dilakukan yaitu dengan pemberian aromaterapi lavender Pertiwi et al. (2016). Hasil penelitian menunjukkan bahwa kedua responden balita sesudah diberikan terapi komplementer essential oil lavender dan dilakukan dengan pijatan pada dada dan punggung dapat meningkatkan kualitas tidur menjadi cukup baik. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Utami (2015) di tempat penitipan anak LKIA Pontianak menunjukkan bahwa pengaruh pemberian aromaterapi lavender terhadap kualitas tidur siang anak prasekolah. Aromaterapi lavender dapat meningkatkan kualitas tidur anak prasekolah. Penelitian ini juga mengungkapkan bahwa gangguan tidur pada anak dapat mempengaruhi fisik dan psikologis, disfungsi keluarga maupun ancaman buruk bagi aktifitasnya disekolah maupun komunitas.

Aromaterapi adalah suatu terapi yang meliputi penggunaan minyak esensial yang berasal dari tanaman, yang dapat digunakan sebagai salah satu terapi alternatif dengan

memanfaatkan uap minyak/minyak atsiri dan melibatkan organ penciuman manusia (Niken, 2007). Penelitian yang dilakukan oleh Cho et al. (2017) pemberian aromaterapi lavender pada pasien menunjukkan adanya peningkatan kualitas tidur setelah pemberian aromaterapi selama 3 hari perawatan. Penelitian terkait pemberian aromaterapi juga dilakukan oleh Pertiwi et al. (2016) menunjukkan hasil adanya penurunan kecemasan pada anak yang mendapatkan aromaterapi rosemary. Tujuan dari penelitian ini adalah melakukan asuhan keperawatan tentang penerapan aroma terapi (lavender) untuk mengatasi kualitas tidur pada anak bronkopneumoni.

BAHAN DAN METODE

Penelitian ini menggunakan penelitian deskriptif dengan pendekatan studi kasus. Subjek dalam studi ini adalah dua orang anak penderita bronkopneumoni dengan keluhan utama gangguan pola tidur. Lokasi studi kasus adalah di ruang Melati RSUD dr. T.C Hillers Maumere. Implementasi pemberian aroma terapi lavender dilakukan selama 3 kali selama 1-5 menit. Pada penelitian ini, subyeknya ialah 2 klien anak dengan bronkopneumoni yang mengalami gangguan tidur. Teknik pengambilan partisipan dalam penelitian ini menggunakan *purposive sampling* yaitu dengan mengambil subjek penelitian yang memenuhi kriteria inklusi anak dengan diagnosa medis bronkopneumonia, anak dengan masalah keperawatan bersihan jalan napas tidak efektif, anak yang mengalami gangguan tidur.

Studi kasus ini terdiri dari 3 tahap meliputi pengumpulan data, wawancara, observasi dan dokumentasi. Alat atau instrument pengumpulan data menggunakan format pengkajian asuhan keperawatan anak dan kuesioner pengukuran kualitas tidur anak menggunakan *Pittsburgh sleep quality indeks* PSQI. Analisa data Setelah dilakukan pengumpulan data melalui observasi, wawancara dan studi dokumentasi selanjutnya peneliti melakukan analisis data. *Pittsburgh sleep quality indeks* PSQI dengan nilai skor 0 sangat baik, 1 cukup baik, 2 agak buruk, 3 sangat buruk. Dalam penelitian ini menunjukkan bahwa sebelum diberikan aromaterapi lavender responden 1 mengalami kualitas tidur agak buruk dengan skor 2 dan responden 2 mengalami kualitas sangat buruk dengan skor 3 Dari data yang dikumpulkan, kemudian peneliti menegakkan diagnose keperawatan. Kemudian peneliti menyusun intervensi atau rencana keperawatan, melakukan implementasi atau penatalaksanaan serta mengevaluasi asuhan keperawatan yang telah diberikan kepada klien.

HASIL

Tabel 1. Karakteristik Responden

Variabel	Karakteristik Responden		
	Usia	Jenis kelamin	Diagnosa Medis
Responden 1	1 tahun 11 bulan	Perempuan	Bronkopneumoni
Responden 2	2 tahun 2 bulan	Laki-Laki	Bronkopneumoni

Sumber: Data Primer, 2024

Berdasarkan tabel diatas, responden 1 berusia 1 tahun 11 bulan berjenis kelamin perempuan dengan diagnosa media ronkopneumonia dan responden 2 berusia 2 tahun 2 bulan dengan berjenis kelamin laki-laki dengan diagnosa medis bronkopneumoni.

Tabel 2. Skor kualitas tidur Sebelum dan Sesudah Diberikan aromaterapi lavender

Responden	Kualitas tidur	
	Pre test	Post test
Responden 1	2 (agak buruk)	1 (cukup baik)
Responden 2	3(sangat buruk)	1 (cukup baik)

Sumber: Data Primer (diolah), 2024.

Hasil menunjukkan bahwa responden 1 pre test mengalami skor 2 yaitu kualitas tidur buruk dan post test mengalami peningkatan skor kualitas tidur menjadi 1 yaitu cukup baik, responden 2 skor nilai pre test 3 yaitu kualitas buruk dan post test nilai skor 1 yaitu kualitas tidur baik.

PEMBAHASAN

Pada responden 1 dan responden 2 dilakukan tindakan pemberian aromaterapi yang dilakukan sebanyak 3 kali yaitu pada sore hari. Dilakukan dengan memberikan aromaterapi yang dikombinasikan dengan pijatan. Pijatan dilakukan di bagian punggung dan dada. Kualitas tidur diukur menggunakan PSQI. Hal ini sejalan dengan penelitian Penelitian Ahmed et al., (2019) dilakukan dengan memberikan aromaterapi yang dikombinasikan dengan pijatan pada 2 kelompok yang berbeda. Pijatan dilakukan di bagian kaki dan tangan. Terapi ini diberikan disamping terapi rutin yang didapatkan oleh anak selama dirawat di rumah sakit.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum diberikan aromaterapi lavender responden 1 mengalami kualitas tidur agak buruk dan responden 2 mengalami kualitas sangat buruk sehingga jika anak yang kurang tidur dapat merusak suasana hati dan mengganggu proses pertumbuhan anak. Hal ini sejalan dengan penelitian Penelitian Utami (2015) di tempat penitipan anak LKIA Pontianak menunjukkan bahwa pengaruh pemberian aromaterapi lavender terhadap kualitas tidur siang anak prasekolah. Aromaterapi lavender dapat meningkatkan kualitas tidur anak prasekolah. Penelitian ini mengungkapkan bahwa gangguan tidur pada anak dapat mempengaruhi pertumbuhan dan psikologis, dapat berdampak buruk bagi aktifitasnya disekolah maupun komunitas.

Terapi komplementer adalah bentuk pengobatan holistic dengan terapi tradisional yang digabungkan dalam pengobatan modern dapat digunakan sebagai tambahan untuk terapi konvensional, terapi komplementer dikenal juga sebagai terapi modalitas dengan pendekatan ortodoks dalam pelayanan kesehatan. Terapi komplementer juga disebut sebagai terapi alternative sebagai sebuah domain luas dalam sumber daya pengobatan yang meliputi kesehatan, modalitas, praktik dan ditandai dengan teori dan keyakinan, dengan cara yang berbeda dari sistem pelayanan kesehatan yang umum di masyarakat budaya yang ada (Mukhamad Rajin, 2020).

Lavender merupakan minyak aromaterapi yang banyak digunakan saat ini, baik secara inhalasi (dihirup) ataupun dengan teknik pijatan. Lavender mengandung linalool yang memiliki efek menenangkan / relaksasi. Lavender juga dapat membantu meringankan insomnia, kecemasan, dan depresi. Aromaterapi lavender meningkatkan gelombang alfa di dalam otak, gelombang ini menggambarkan keadaan yang rileks padaseseorang dan akan mehilang apabila seseorang banyak pikiran atau dalam keadaan mental yang sibuk (Dewi, 2013).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa setelah diberikan terapi komplementer aromaterapi lavender kualitas tidur balita menjadi cukup baik, hal ini dikarenakan dengan memberikan terapi komplementer aromaterapi lavender pada balita sesering mungkin dengan cara menghirup lavender dapat meningkatkan gelombang alfa dan keadaan ini diasosiasikan dengan bersantai (relaksasi), karena minyak lavender mengandung linalool yang memiliki efek menenangkan / relaksasi merupakan yang salah satu manfaatnya adalah dapat memperbaiki kuantitas tidur. Hal ini sejalan dengan penelitian Penelitian Buckle (2015) sewaktu minyak esensial dihirup, molekul bau yang terkandung dalam minyak esensial rosemary yaitu zat 1,8-cineol dan linalool diterima oleh olfactory epithelium. Kemudian, di tempat inilah berbagai sel neuron mengubah bau tersebut dan menghantarkannya ke susunan saraf pusat lalu dihantarkan menuju sistem limbik otak. Kemudian, pada sistem limbik inilah molekul bau akan dihantarkan ke hipotalamus dan merangsang hipotalamus untuk menghasilkan Corticotropin Releasing Factor (CRF). Selanjutnya, CRF akan merangsang kelenjar pituitary untuk meningkatkan produksi proopiomelanocortin (POMC) sehingga produksi enkephalin oleh medulla adrenal meningkat. Selain itu, kelenjar pituitary juga menghasilkan endorfin sebagai neurotransmitter yang mempengaruhi suasana hati menjadi kondisi rileks.

KESIMPULAN DAN SARAN

Hasil studi kasus menunjukkan bahwa pemberian aroma terapi lavender dilakukan 3 kali dengan durasi 1-5 menit dapat meningkatkan kualitas tidur pada anak dengan *bronkopneumonia*.

Diharapkan bagi pasien/masyarakat hasil study kasus dapat menjadi salah satu cara untuk meningkatkan kualitas tidur pada anak dan terapi ini bisa ditindaklanjuti sendiri di rumah. Hasil study ini diharapkan dapat menjadi salah satu intervensi mandiri keperawatan dalam mengatasi gangguan tidur pada anak.

DAFTAR PUSTAKA

- Arufina, M.W., 2019. Asuhan Keperawatan Pada Pasien Anak Dengan Bronkopneumonia Dengan Fokus Ketidakefektifan Bersihan Jalan Nafas Di Rsud Kabupaten Magelang.
- Astuti, W.T., Marhamah, E. and Diniyah, N., 2019. Penerapan terapi inhalasi nebulizer untuk mengatasi bersihan jalan napas pada pasien bronkopneumonia. *Jurnal Keperawatan Karya Bhakti*, 5(2), pp.7-13.
- Cho, E.H., Lee, M.Y. and Hur, M.H., 2017. The effects of aromatherapy on intensive care unit patients' stress and sleep quality: a nonrandomised controlled trial. *Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine*, 2017.
- Damanik, S.M. and Sitorus, E., 2020. Buku Materi Pembelajaran Keperawatan Anak.
- Damayanti, I. and Nurhayati, S., 2019. Asuhan Keperawatan Pada Anak Dengan Bronkopneumonia. *Buletin Kesehatan: Publikasi Ilmiah Bidang kesehatan*, 3(2), pp.161-181.
- Kaunang, C.T., Runtunuwu, A.L. and Wahani, A.M., 2016. Gambaran karakteristik pneumonia pada anak yang dirawat di ruang perawatan intensif anak RSUP Prof. Dr. RD Kandou Manado periode 2013-2015. *e-Clinic*, 4(2).

- Krismawati, I., Wuulansari, A.D. and Hastuti, T.P., 2020. Asuhan Keperawatan Pada An. N Dengan Diare Cair Akut (Dca) Di Ruang Seruni Rsud Kabupaten Muntilan. *Viva Medika: Jurnal Kesehatan, Kebidanan Dan Keperawatan*, 14(01), Pp.84-93.
- Liu, H., Wang, W. and Gao, X., 2020. Comparison of the efficacy of ambroxol hydrochloride and N-acetylcysteine in the treatment of children with bronchopneumonia and their influence on prognosis. *Experimental and therapeutic medicine*, 20(6), pp.1-1.
- Pakcheshm, B., Bagheri, I. and Kalani, Z., 2020. The impact of using "ISBAR" standard checklist on nursing clinical handoff in coronary care units. *Nursing Practice Today*
- Pertiwi, A., Idriansari, A. and Kusumaningrum, A., 2016. Pengaruh aromaterapi Rosemary (*Rosmarinus officinalis*) terhadap penurunan tingkat kecemasan akibat hospitalisasi pada anak usia prasekolah. *Jurnal Keperawatan Sriwijaya*, 3(1).
- Sauri, M.S., 2023. *Asuhan Keperawatan Pada An. W Dengan Diagnosa Bronkopneumonia Di Ruang 'Adn Rumah Sakit Islam Sultan Agung Banjarbaru* (Doctoral Dissertation, Universitas Islam Sultan Agung).
- Suartawan, I.P., 2019. Bronkopneumonia pada Anak usia 20 Bulan. *Jurnal Kedokteran*, 5(1), pp.198-206.
- Wong, D.L., Hockenberry, M.J., Wilson, D., Winkelstein, M.L. and Kline, N.E., 2003. Wong's nursing care of infants and children. (*No Title*).
- Wulan, A.J., 2017. Tatalaksana Terkini Bronkopneumonia pada Anak di Rumah Sakit Abdul Moeloek. *Jurnal Medula*, 7(2), pp.6-12.
- Wulandari, A., Tuldjanah, M. and Ernawati, E., 2022. Swamedikasi Penggunaan Tablet Zinc untuk Diare pada Pasien Dewasa di Desa Sejahtera, Kecamatan Palolo Kabupaten Sigi, Sulawesi Tengah. *Jurnal Masyarakat Berdaya dan Bermitra (MATRA)*, 1(1), pp.7-13.