

**PENGARUH PEMBERIAN AROMATERAPI PEPPERMINT TERHADAP MUAL  
MUNTAH PADA PASIEN KANKER YANG MENJALANI KEMOTERAPI DI INSTALASI  
MEDIKAL RSUD ARIFIN ACHMAD**

**ERIKA<sup>1\*</sup>, HERNIZAH<sup>2</sup>, KHANSA RIZKI S<sup>3</sup>, MUTIA SARI<sup>4</sup>, RAJA ASMALINDA<sup>5</sup>, SITI  
NURDIYANAH<sup>6</sup>, SYARIFAH AINI<sup>7</sup>**

Dosen Program Studi Magister Keperawatan Universitas Riau<sup>1</sup>, Mahasiswa Program Studi  
Magister Keperawatan Universitas Riau<sup>2,3,4,5,6,7</sup>  
Corresponding Author: rika\_hardi@yahoo.com<sup>1\*</sup>

**Abstract:** *Background: Nausea and vomiting are the most common side effects during chemotherapy and often disrupt patients' quality of life. The purpose of this implementation is to assess the effect of peppermint aromatherapy administration on reducing nausea and vomiting in cancer patients undergoing chemotherapy. The design is a one-group pretest-posttest, with implementation carried out at the Medical Installation of Arifin Achmad Hospital, Riau Province, over eight weeks, including preparation, pre-test, intervention, post-test, analysis, and dissemination. Two patients who meet the inclusion criteria participated as subjects. Human resources involved include researchers, academic supervisors, head nurses, and implementing nurses. The intervention was given through inhalation of peppermint aromatherapy using a nebulizer three times per chemotherapy cycle. Dissemination is planned through internal hospital presentations, academic forums, scientific publications, and community education. The results of the implementation showed a significant decrease in the intensity and frequency of nausea and vomiting based on RINVR measurements, accompanied by an increase in patients' subjective comfort without side effects. In conclusion, peppermint aromatherapy is effective as a non-pharmacological complementary therapy to reduce nausea and vomiting in chemotherapy patients and has the potential to be integrated into oncology nursing practice. Success evaluation was conducted through process observation, pre- and post-intervention measurements using RINVR, patient interviews, and nursing documentation audits. Data collection methods included direct observation, structured interviews, filling out RINVR instruments, and reviewing care records. This implementation supports the development of evidence-based nursing and can serve as a basis for developing SOPs for peppermint aromatherapy in the chemotherapy room.*

**Keywords:** *Peppermint aromatherapy; nausea and vomiting; chemotherapy; complementary therapy; oncology nursing*

**Abstrak:** Latar belakang: Mual dan muntah merupakan efek samping yang paling umum selama kemoterapi dan sering mengganggu kualitas hidup pasien. Tujuan implementasi ini adalah menilai pengaruh pemberian aromaterapi peppermint terhadap penurunan mual dan muntah pada pasien kanker yang menjalani kemoterapi. Desainnya adalah one group pretest posttest, dan implementasi dilakukan di Instalasi Medikal RSUD Arifin Achmad Provinsi Riau selama delapan minggu, meliputi tahap persiapan, pre-test, intervensi, post-test, analisis, dan diseminasi. Dua pasien yang memenuhi kriteria inklusi terlibat sebagai partisipan. Sumber daya manusia yang berperan meliputi peneliti, pembimbing akademik, kepala ruangan, serta perawat pelaksana. Intervensi diberikan melalui inhalasi aromaterapi peppermint menggunakan nebulizer sebanyak tiga kali dalam satu siklus kemoterapi. Diseminasi direncanakan melalui presentasi internal rumah sakit, forum akademik, publikasi ilmiah, serta edukasi kepada masyarakat. Hasil implementasi menunjukkan adanya penurunan bermakna pada intensitas dan frekuensi mual dan muntah berdasarkan pengukuran RINVR, disertai peningkatan kenyamanan subjektif pasien tanpa efek samping. Kesimpulannya, aromaterapi peppermint efektif sebagai terapi komplementer nonfarmakologis untuk mengurangi mual dan muntah pada pasien kemoterapi dan berpotensi diintegrasikan ke dalam praktik keperawatan onkologi. Evaluasi keberhasilan dilakukan melalui observasi proses tindakan, pengukuran pre-post intervensi menggunakan RINVR, wawancara pasien, dan audit dokumentasi keperawatan. Metode pengumpulan data mencakup observasi langsung, wawancara terstruktur, pengisian instrumen RINVR, serta telaah catatan asuhan. Implementasi ini mendukung pengembangan evidence-based nursing dan dapat dijadikan dasar penyusunan SOP aromaterapi peppermint di ruang..

**Kata kunci:** Aromaterapi peppermint; mual muntah; kemoterapi; terapi komplementer; keperawatan onkologi

## A. Pendahuluan

Kanker merupakan suatu penyakit kronis yang menyebabkan sel-sel dalam tubuh berubah dan tumbuh di luar kendali (Belkahla et al., 2017). Ciri khas kanker adalah pembentukan sel abnormal yang berkembang melampaui batas normal, menyerang jaringan sekitar, dan menyebar ke organ lain melalui proses metastasis. Metastasis merupakan penyebab utama kematian pada kasus kanker (Klinis & Queen, 2017). WHO melaporkan bahwa jumlah penderita kanker dunia pada tahun 2020 mencapai 19,3 juta kasus, dengan prevalensi tertinggi pada kanker payudara (11,7%), diikuti kanker paru (11,4%), kanker kolorektal (10%), prostat (7,3%), perut (5,6%), hati (4,7%), serviks (3,1%), dan kanker lain sebesar 46%. Angka tersebut meningkat dibanding tahun 2018 yang mencatat 18,1 juta kasus dan 9,6 juta kematian (WHO dalam Globocan, 2020). WHO (2019) juga memperkirakan kanker menjadi penyebab kematian utama atau kedua pada populasi usia <70 tahun di 112 negara, dengan beban terbesar pada kanker paru sebagaimana dijelaskan dalam studi Global Burden of Disease 2020.

Beberapa metode digunakan dalam penatalaksanaan kanker, seperti pembedahan, kemoterapi, radiasi, hormon, terapi target, serta terapi komplementer (American Cancer Society, 2019). Kemoterapi merupakan terapi antikanker yang paling sering digunakan karena mampu menghambat pembelahan sel dan membunuh sel kanker (Septina et al., 2020). Walaupun efektif, kemoterapi juga memicu banyak efek samping seperti mual muntah, gangguan keseimbangan cairan-elektrolit, dan stomatitis, yang dapat menyebabkan pasien menghentikan terapi dan menurunkan harapan hidup (Sari et al., 2021).

Mual muntah akibat kemoterapi terjadi karena aktivasi *chemoreceptor trigger zone* (CTZ) oleh agen kemoterapi (Sherwood, 2020). Sekitar 70–80% pasien mengalaminya. Jika berat, kondisi ini dapat mengakibatkan dehidrasi, gangguan elektrolit, kelemahan otot, penurunan berat badan, bahkan risiko perdarahan akut saluran cerna. Gejala ini juga menurunkan kualitas hidup, menambah beban biaya kesehatan, serta dapat menyebabkan keterlambatan atau penghentian siklus kemoterapi (Siregar & Suprapt, 2024).

Upaya penanganan mual muntah membutuhkan pendekatan komprehensif. Walau obat antiemetik terus berkembang, tidak semua pasien merespons optimal (Gupta et al., 2021). Karena itu, aromaterapi menjadi terapi komplementer yang banyak digunakan, terutama karena aman, mudah, dan terjangkau. Negara seperti Swiss, Jerman, Inggris, Kanada, dan Amerika Serikat telah mengintegrasikannya dalam praktik keperawatan (Hamndani & Anggorowati, 2019).

Aromaterapi peppermint (*Mentha piperita* L) mengandung menthol (35–45%) dan menthone (10–30%) yang berfungsi sebagai anti-mual dan antispasmodik pada mukosa gastrointestinal dengan mencegah kontraksi otot akibat serotonin (Rapoport, 2017). Dengan teknik inhalasi, molekul peppermint masuk melalui rongga hidung menuju reseptor penghidu dan saraf olfaktorius. Berbagai penelitian menunjukkan efektivitas peppermint dalam menurunkan mual pada pasien kemoterapi atau pasca operasi. Namun, bukti spesifik pada kanker paru masih terbatas.

Mapp et al. (2020) melaporkan bahwa minyak peppermint lebih efektif menurunkan mual dibandingkan handuk dingin. Jafarimanesh et al. (2020) menemukan bahwa terdapat perbedaan bermakna keparahan mual muntah 24–48 jam setelah kemoterapi antara kelompok intervensi dan kontrol. Penelitian lain oleh Efe Ertürk & Taşcı (2021) juga menunjukkan bahwa peppermint menurunkan frekuensi dan tingkat keparahan mual muntah pada pasien kanker. Karena itu, peppermint direkomendasikan sebagai terapi pendukung antiemetik pada Chemotherapy-Induced Nausea and Vomiting (CINV) risiko rendah hingga sedang.

Secara fisiologis, aromaterapi merangsang pelepasan neurotransmitter dan endorfin melalui jalur sistem limbik—hipotalamus—hipofisis, serta jalur olfaktorius menuju thalamus dan neokorteks, sehingga menghasilkan relaksasi dan menekan refleks mual (Setiawan & Susaldi, 2022). Sensasi segar dari peppermint membantu melemaskan otot, memperbaiki pencernaan, dan mengurangi ketidaknyamanan gastrointestinal.

Berdasarkan observasi awal tanggal 11–16 Agustus 2025 di Instalasi Medikal RSUD Arifin Achmad, 8 dari 10 pasien kemoterapi mengalami mual muntah meskipun telah mendapatkan antiemetik, dan belum ada intervensi nonfarmakologis komplementer yang diberikan. Kondisi ini menunjukkan kebutuhan akan pendekatan tambahan yang dapat meningkatkan kenyamanan pasien. Karena itu, kelompok memilih menerapkan aromaterapi peppermint sebagai bagian dari asuhan keperawatan pada pasien kanker paru yang menjalani kemoterapi. Intervensi ini diharapkan dapat meningkatkan kenyamanan, mengurangi ketergantungan farmakologis, dan memperbaiki kualitas hidup pasien selama menjalani terapi.

## B. Metode

Desainnya adalah one group pretest posttest, dan implementasi dilakukan di Instalasi Medikal RSUD Arifin Achmad Provinsi Riau selama delapan minggu, meliputi tahap persiapan, pre-test, intervensi, post-test, analisis, dan diseminasi. Dua pasien yang memenuhi kriteria inklusi terlibat sebagai partisipan. Sumber daya manusia yang berperan meliputi peneliti, pembimbing akademik, kepala ruangan, serta perawat pelaksana. Intervensi diberikan melalui inhalasi aromaterapi peppermint menggunakan nebulizer sebanyak tiga kali dalam satu siklus kemoterapi. Diseminasi direncanakan melalui presentasi internal rumah sakit, forum akademik, publikasi ilmiah, serta edukasi kepada masyarakat.

## C. Hasil dan Pembahasan

### Hasil

Pelaksanaan intervensi EBN mengenai penerapan aromaterapi peppermint terhadap mual muntah pada pasien kanker yang menjalani kemoterapi dilaksanakan selama delapan minggu, mulai dari tahap persiapan hingga evaluasi. Subjek penelitian terdiri atas pasien yang memenuhi kriteria inklusi, yaitu pasien kanker yang menjalani kemoterapi di instalasi medikal RSUD Arifin Achmad Provinsi Riau dengan gejala mual muntah yaitu sebanyak 2 pasien. Hasil pengamatan menunjukkan bahwa sebelum diberikan aromaterapi peppermint, sebagian besar pasien mengalami mual sedang hingga berat (skor 5–8 pada skala VAS). Setelah dilakukan intervensi inhalasi aromaterapi peppermint selama 5–10 menit pada setiap sesi kemoterapi, terjadi penurunan yang bermakna pada intensitas mual dan frekuensi muntah pasien. Kedua responden melaporkan adanya sensasi nyaman dan relaksasi setelah terapi, serta penurunan rasa mual yang signifikan dalam waktu 30–60 menit setelah inhalasi. Selain itu, kelompok juga memperoleh peningkatan kenyamanan pasien secara keseluruhan dan tidak ditemukan efek samping signifikan atau alergi selama penggunaan minyak esensial peppermint.

### Pembahasan

#### Analisis Asuhan Keperawatan Berdasarkan Konsep Terkait

Pengkajian keperawatan dilakukan pada kedua responden pada tanggal 17 Oktober 2025 yaitu pada Ny. I dengan diagnosa medis BCLL, DM, HT dan Ny. R dengan diagnosa medis Ca Recti.

Hasil pengkajian terhadap kedua pasien, diperoleh hasil bahwa kedua responden memiliki keluhan yang sama yaitu mual muntah saat menjalani kemoterapi. Hal ini sesuai dengan Tianto dan Khayati, 2023 mual dan muntah merupakan efek samping kemoterapi yang paling umum. Mual dan muntah yang tidak terkontrol dapat mengganggu pengobatan dan respons pasien secara keseluruhan dan menurunkan tingkat pemulihan pasien. Dikhawatirkan mual dan muntah akan mengganggu aktivitas sehari-hari pasien dan menyebabkan hilangnya nafsu makan, penurunan status gizi dan dehidrasi, serta ketidakseimbangan elektrolit. Insiden mual dan muntah karena efek samping kemoterapi adalah 70-80 %, beberapa kondisi gejala-gejala yang berhubungan dengan pemberian kemoterapi dapat menurunkan aktivitas sehari-hari pasien kanker dan menyebabkan mereka hanya dapat terbaring ditempat tidur dan tidak bisa memenuhi kebutuhan mereka dalam beraktivitas (Manurung, R. dan Utami Adriani, 2020).

Gejala mual muntah merupakan salah satu efek samping yang berat akibat pemberian obat kanker atau kemoterapi. Kondisi ini dapat menjadi sesuatu yang membuat arrie pada pasien yang terkadang membuat pasien memilih untuk menghentikan siklus terapi dan berpotensi untuk mempengaruhi harapan hidup dimasa depan (Syarif, 2020). Walaupun kemoterapi merupakan pilihan pertama untuk melawan kanker, namun belum terbukti dapat menghancurkan sel kanker secara tuntas dan 100%. Kemoterapi tidak hanya merusak sel kanker, tetapi juga mempengaruhi sel sehat dan normal. Kerusakan pada sel yang sehat akan memicu penurunan jumlah sel darah (eritrosit, leukosit dan trombosit), kerusakan sel di area mulut, organ pencernaan dan reproduksi. Hal itu memberikan manifestasi gejala berupa anemia, kelelahan, anoreksia, mudah memar/berdarah, infeksi, gangguan menelan, diare dan mual muntah (Tianto dan Khayati, 2023).

Salah satu tindakan keperawatan mandiri seorang perawat yaitu memberikan rasa nyaman untuk mengurangi atau menghilangkan ketidaknyamanan akibat efek samping kemoterapi dengan pemberian terapi komplementer. Aromaterapi sebagai bagian dari terapi komplementer dapat digunakan untuk meningkatkan kualitas hidup pasien kanker. Teknik aromaterapi inhalasi dapat digunakan untuk meningkatkan relaksasi dan kenyamanan. Pemakaian minyak esensial secara

inhalasi merupakan metode yang dinilai paling efektif, sangat praktis dan memiliki khasiat yang langsung dapat dirasakan efeknya arrierm dengan teknik yang lain, tehnik inhalasi ini lebih mudah untuk masuk ke dalam tubuh tanpa melalui proses barrier barrier sel, molekul-molekul uap akan langsung mengenai reseptor penghidu yang berada pada rongga hidung dan langsung terhubung dengan saraf olfaktorius (Manurung, R. dan Utami Adriani, 2020).

### **Analisis Penerapan Intervensi**

#### **Intervensi Umum Pada Klien**

Terapi umum yang diberikan sesuai dengan Standar Intervensi Keperawatan Indonesia (SIKI, 2018) dengan masalah prioritas yaitu nausea berhubungan dengan efek agen farmakologis dapat dilakukan intervensi berupa observasi berupa identifikasi pengalaman mual, identifikasi isyarat nonverbal ketidaknyamanan, identifikasi dampak mual terhadap kualitas hidup, identifikasi faktor penyebab mual, identifikasi antiemetik untuk mencegah mual, monitor mual, monitor asupan nutrisi dan kalori, serta dilakukan terapi non farmakologis pemberian aromaterapi peppermint untuk mengurangi mual muntah pada pasien kemoterapi.

Intervensi keperawatan utama pada masalah ini adalah pemberian teknik non farmakologi yaitu pemberian aromaterapi peppermint dilakukan mulai dari 30 menit dilakukan kemoterapi hingga selesai. Sebelum melakukan pemberian aromaterapi peppermint, dilakukan pengkajian menggunakan Indeks *nausea, arrier, and retching* (INVR) untuk mengetahui skor mual muntah pada pasien yang dikur sebelum dan sesudah dilakukan pemberian aromaterapi peppermint. Pemberian aromaterapi peppermint bertujuan untuk mengurangi mual muntah pada pasien yang menjalani kemoterapi. Pengobatan non farmakologis yang dikombinasikan dengan obat farmakologis akibat kemoterapi dapat menjadi alternative pilihan dalam mengurangi mual dan muntah. Pengobatan nonfarmakologis yang dapat dilakukan yaitu terapi komplomenter dengan aromaterapi yaitu penggunaan minyak aromatic secara terkontrol untuk menjaga dan meningkatkan kesehatan fisik dan mental. Aromaterapi dengan minyak esensial peppermint dianggap sebagai obat herbal (Purbaningtyas dan Purwanti, 2024).

#### **Alternatif Pemecahan Masalah**

Terapi umum yang diberikan kepada pasien sesuai dengan Standar Intervensi Keperawatan Indonesia (SIKI), dikaitkan dengan pemberian aromaterapi peppermint sebagai terapi non farmakologi. Implementasi yang dilakukan berupa pemberian aromaterapi menggunakan nebulizer.

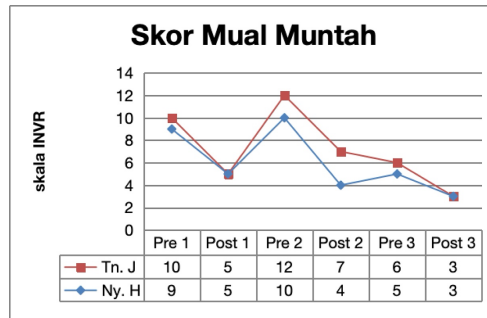
Pemberian aromaterapi dilakukan sebanyak 3x dimulai dari sebelum dilakukan kemoterapi hingga selesai. Sebelum melakukan pemberian aromaterapi, kelompok melakukan penilaian Indeks *nausea, vomiting, and retching* (INVR) untuk mengetahui skor mual muntah pada pasien. Pemberian aromaterapi dimulai 30 menit sebelum kemoterapi dimulai, selanjutnya 2 jam setelah pemberian obat kemoterapi pertama, dan terakhir pada saat kemoterapi selesai. Hasil observasi selama 3 kali pemberian menunjukkan adanya penurunan skor mual muntah pada pasien.

Hasil tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan Ayubbana dan Hasanah (2021) menunjukkan bahwa aromaterapi peppermint efektif menurunkan mual muntah pada pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi. Hasil penelitian tersebut juga sejalan dengan penelitian Efe Erturk dan Tasc (2021) yang yang mendapatkan hasil bahwa minyak peppermint secara signifikan mengurangi frekuensi mual, muntah, muntah-muntah dan tingkat keparahan mual pada pasien kanker yang menjalani kemoterapi.

Aroma dari minyak esensial peppermint dapat mempengaruhi serotonin yang menyebabkan seseorang dalam keadaan rileks dan nyaman, dimana kondisi ini akan menekan stimuls stress yang menyebabkan tubuh merasa nyaman dan menekan mual dan muntah (Tianto dan Khayati, 2023). lebih cepat daripada rasa sakit, sehingga meningkatkan pelepasan serotonin dan arrier. Aromaterapi peppermint juga merangsang pelepasan endokrin, yang membuat tubuhrileks ketika aktivitas saraf simpatis melemah. Merangsang pelepasan endokrin sehingga tubuh terasa rileks saat aktivitas saraf simpatis menurun (Rumapea et al., 2023).

Minyak esensial peppermint telah terbukti mengandung mentol dan menton. Sedangkan sel neuron menginterpretasikan bau melalui proses pernapasan, mengirimkan sinyal ke sistem limbik, dan hipotalamus. Peppermint juga menunjukkan efek anestesi ringan, serta memiliki sifat karminatif dan arriermic yang bekerja di usus kecil saluran pencernaan, membantu mengurangi mual dan muntah. Selain itu, aromaterapi peppermint mudah didapat, mudah digunakan, dan terjangkau (Zahroh et al., 2023)

Grafik 1. Hasil Observasi INVR Pre Test-Post Test



Berdasarkan grafik diatas dapat dilihat bahwa skor mual muntah pada Ny. I dan Ny. R yang diukur menggunakan. Indeks *nausea, vomiting, and retching* (INVR) menunjukkan adanya penurunan tingkat mual muntah pada kedua partisipan. Skor pretest pada pemberian aromaterapi 30 menit sebelum dilaksanakan tindakan kemoterapi Ny. I diperoleh skor mual muntah 9 (mual muntah sedang) dan setelah intervensi menurun menjadi 5 (mual muntah ringan). Pada partisipan Ny.R saat dilakukan pretest skor mual muntah 10 (mual muntah sedang) dan setelah intervensi menurun menjadi 5 (mual muntah ringan). Daya kerja aromaterapi ini bekerja antara 20 menit – 2 jam setelah menghirupnya (Hutasoit, 2022).

Intervensi dilanjutkan pada 2 jam setelah obat pertama diberikan yang menunjukkan adanya perubahan skor mual muntah pada kedua partisipan yaitu pada Ny. I dan Ny. R yang menunjukkan adanya perubahan skor mual muntah yaitu pada Ny. R sebelum intervensi yaitu 10 (mual muntah sedang) dan setelah di intervensi menurun menjadi 4 (mual muntah ringan). Pada partisipan Ny. R saat dilakukan pretest skor mual muntah 12 (mual muntah sedang) dan setelah intervensi menurun menjadi 7 (mual muntah ringan). Selanjutnya pada intervensi terakhir diperoleh skor mual muntah pada Ny. I dan Ny. Ny. R yang menunjukkan adanya perubahan skor mual muntah yaitu pada Ny. R saat *pretest* yaitu 5 (mual muntah ringan) dan setelah di intervensi menurun menjadi 3 (mual muntah ringan). Pada partisipan Ny. R saat dilakukan pretest skor mual muntah 6 (mual muntah ringan) dan setelah intervensi menurun menjadi 3 (mual muntah ringan).

Hasil penurunan skor mual muntah tersebut diperoleh dari intervensi yang telah dilakukan selama 3 kali yaitu 30 menit sebelum kemoterapi dimulai, selanjutnya 2 jam setelah pemberian obat kemoterapi pertama, dan terakhir pada saat kemoterapi selesai. Asumsi peneliti bahwa dengan dilakukannya pemberian aromaterapi akan membuat pasien lebih rileks dan dapat menurunkan mual muntah pada pasien yang menjalani kemoterapi. Penerapan aromaterapi ini yaitu dengan partisipan menghirup aroma dengan nafas normal. Efek pappermint ini secara perlahan dapat menurunkan mual muntah yang dirasakan partisipan.

Mual dan muntah berhubungan dengan efek samping seperti dehidrasi, ketidakseimbangan cairan dan elektrolit, malnutrisi, intoleransi kemoterapi, dan penolakan pengobatan pada pasien. Mual dan muntah yang tidak terkendali dapat menunda jadwal kemoterapi dan menurunkan kualitas hidup pasien. Selain itu, anoreksia dan penurunan berat badan terjadi pada pasien kanker karena berkurangnya asupan makanan dan arrierm yang tidak normal. Kondisi ini mengancam jiwa karena meningkatkan angka kematian, mengurangi tingkat keberhasilan pengobatan, dan menyebabkan tekanan psikologis yang parah pada pasien dan keluarga mereka (Jafarimanesh et al., 2020).

Penelitian yang dilakukan oleh Zorba, (2023) menunjukkan bahwa menghirup campuran arrier termasuk minyak pappermint secara signifikan mengurangi mual muntah pada pasien kemoterapi. Demikian pula, dalam penelitian lain yang dilakukan dengan menggunakan minyak esensial pappermint, ditentukan penurunan keparahan mual dan frekuensi muntah (Efe Erturk dan Tasc, 2021).

Penelitian S. Manurung dan Irawaty, (2021) menunjukkan bahwa terapi komplementer yang diberikan untuk mengatasi mual muntah adalah bagian terapi komplementer yang berupa teknik relaksasi dalam bentuk berbagai intervensi yang dapat membawa pasien menjadi rileks dan dalam suasana hati yang bahagia sehingga pasien dapat mengantisipasi dan menghadapi rasa mual muntah yang dialami akibat kemoterapi sehingga pasien dapat menjalani kemoterapi dengan perasan tenang dan bahagia. Dengan diterapkannya terapi komplementer dalam mengatasi mual muntah pada pasien kanker salah satu efek dari kemoterapi itu sudah dapat diatasi sehingga

program pengobatan pasien dapat terus berjalan dengan baik sampai tuntas sesuai pengobatan yang sudah diprogramkan untuk pasien.

Hasil analisis penelitian Supatmi dan Agustiningih (2020) mengatakan aromaterapi bekerja dengan mengalihkan stimulus mual dan muntah ke stimulus rileks dan segar, hal ini membuat reflek mual menjadi hilang atau berkurang. Selain itu, hasil analisis penelitian Susanti (2021) mengatakan penggunaan inhalasi aromaterapi peppermint selama 5 menit dapat berpengaruh terhadap penurunan skala mual pada pasien kemoterapi. Hal ini karena inhalasi aromaterapi peppermint berpengaruh secara langsung terhadap saraf-saraf di otak sehingga efeknya dapat dirasakan secara langsung oleh pasien setelah menghirupnya. Secara farmakologi, wewangian dari essential oil (EO) dapat mengirimkan efek secara langsung pada sistem saraf pusat dan sistem endokrin tanpa sadar. Melalui inhalasi, molekul-molekul volatile minyak esensial yang melewati reseptor olfaktori di hidung mengenali karakteristik molekuler tersebut dan mengirimkan sinyal ke otak melalui saraf olfaktori. Selain itu, beberapa unsur pokok dari molekul tersebut masuk ke dalam aliran darah melalui paru-paru dan berpengaruh secara langsung terhadap saraf-saraf di otak setelah melewati arrier darah di otak (Rihiantoro et al., 2020).

#### D. Penutup

Berdasarkan hasil pembahasan, implementasi, serta perbandingan dengan penelitian terdahulu, dapat disimpulkan bahwa aromaterapi peppermint terbukti efektif menurunkan intensitas dan frekuensi mual muntah pada pasien kanker yang menjalani kemoterapi di Instalasi Medik RSUD Arifin Achmad. Kandungan aktif peppermint seperti menthol dan menthone bekerja menstimulasi reseptor dingin serta memengaruhi sistem saraf pusat sehingga menekan rangsangan ke pusat muntah, sekaligus memberikan efek relaksasi yang membantu mengurangi gejala baik secara fisiologis maupun psikologis. Seluruh proses asuhan keperawatan mulai dari pengkajian, penetapan diagnosis sesuai SDKI, intervensi manajemen mual sesuai SIKI, implementasi aromaterapi selama satu siklus kemoterapi, hingga evaluasi luaran berdasarkan SLKI menunjukkan bahwa tujuan intervensi tercapai dengan adanya penurunan keluhan mual muntah serta peningkatan kenyamanan pasien. Dengan demikian, aromaterapi peppermint dapat direkomendasikan sebagai intervensi nonfarmakologis yang aman, mudah, dan mendukung kualitas hidup pasien, serta selaras dengan pendekatan keperawatan holistik.

#### Ucapan Terimakasih

Terima kasih kepada pembimbing atas bimbingan yang luar biasa serta RSUD Arifin Achmad atas dukungan dan kesempatan yang diberikan dalam pelaksanaan implementasi ini.

#### Daftar Pustaka

- Ayubhana, S., & Hasanah, U. (2021). Efektifitas aromaterapi peppermint terhadap mual muntah pada pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi. *Holistik Jurnal Kesehatan*, 15(1), 1–7. <https://doi.org/10.33024/hjk.v15i1.3313>
- Efe Erturk, N., & Taşçı, S. (2021). The Effects of Peppermint Oil on Nausea, Vomiting and Retching in Cancer Patients Undergoing Chemotherapy: An Open Label Quasi–Randomized Controlled Pilot Study. *Complementary Therapies in Medicine*, 56(August 2020). <https://doi.org/10.1016/j.ctim.2020.102587>
- Jafarimanesh, H., Akbari, M., Hoseinian, R., Zarei, M., & Harorani, M. (2020). *The Effect of Peppermint ( Mentha piperita ) Extract on the Severity of Nausea , Vomiting and Anorexia in Patients with Breast Cancer Undergoing Chemotherapy : A Randomized Controlled Trial.* <https://doi.org/10.1177/1534735420967084>
- Manurung, R., & Utami Adriani, T. (2020). Pengaruh Pemberian Aromatherapi Jahe Terhadap Penurunan Mual Dan Muntah Pada Pasien Kanker Yang Menjalani Kemoterapi Di Rumah Sakit Umum Imelda Pekerja Indonesia Medan Tahun 2017. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Imelda*, 4(1), 4–14. <https://doi.org/10.52943/jikeperawatan.v4i1.277>
- Manurung, S., & Irawaty, D. (2021). Bebas Mual Muntah Akibat Kemoterapi Dengan Terapi Komplementer Pada Pasien Kanker Payudara. *Journal of Telenursing (JOTING)*, 3(2), 621–628. <https://media.neliti.com/media/publications/435382-none-6fbfd532.pdf>
- Purbaningtyas, S. A., & Purwanti, O. S. (2024). *INTENSITAS MUAL MUNTAH PASIEN KANKER PAYUDARA YANG MENJALANI KEMOTERAPI : STUDI KASUS.* 8, 711–716.
- Rihiantoro, T., Oktavia, C., & Udani, G. (2020). Pengaruh pemberian aromaterapi peppermint

- inhalasi terhadap mual muntah pada pasien post operasi dengan anestesi umum. *Jurnal Keperawatan*, 16(1). <https://ejurnal.poltekkes-tjk.ac.id/index.php/JKEP/article/view/1000/719>
- Rumapea, I. M., Pranoto, S., Hutapea, J., & Nababan, T. (2023). *Pengaruh Aromaterapi Peppermint Terhadap Mual Muntah Pasien Anak yang Menjalani Kemoterapi di Murni Teguh Medan*. 2(2), 78–83.
- Syarif, H. (2020). Pengaruh Terapi Akupresur Terhadap Mual Muntah Akut Akibat Kemoterapi Pada Pasien Kanker ; A Randomized Clinical Trial The Effect of Accupressure Therapy for Acute Nausea Vomiting in Patients with Cancer Chemotherapy ; A Randomized Clinical Trial. *Idea Nursing Journal menderit*, 137–142.
- Tianto, A. N., & Khayati, N. (2023). Pemberian aromaterapi peppermint (*mentha piperita*) mampu mengurangi mual dan muntah akibat kemoterapi. *Ners Muda*, 4(1), 20. <https://doi.org/10.26714/nm.v4i1.12014>
- Zahroh, R., Wafiyah, Q., & Syaiful, Y. (2023). *Effect of Inhaled Peppermint Aromatherapy on Chemotherapy-Induced Acute Nausea and Vomiting among Women with Breast Cancer in Gresik Regency*. 186–190.
- Buana, I., dan Harahap, D. A. (2022). Asbestos, Radon Dan Polusi Udara Sebagai Faktor Resiko Kanker Paru Pada Perempuan Bukan Perokok. *AVERROUS: Jurnal Kedokteran dan Kesehatan Malikussaleh*, 8(1), 1. <https://doi.org/10.29103/averrous.v8i1.7088>
- Dewi, A., Thabrany, H., Satria, A., Puteri, G. C., Fattah, R. A., dan Novitasari, D. (2021). Kanker Paru, Kanker Paling Mematikan Di Indonesia: Apa Saja Yang Telah Kita Atasi Dan Apa Yang Kita Bisa Lakukan. Jakarta: Pusat Kajian Jaminan Sosial Universitas Indonesia (PKJS-UI).
- Sari, N. M. R., Ludiana, dan HS, S. A. S. (2021). Penerapan Relaksasi Otot Progresif Terhadap Tingkat Kemoterapi. *Jurnal Cendikia Muda*, 1(2), 175–187. Diambil dari <https://www.jurnal.akperdharmawacana.ac.id/index.php/JWC/article/view/198/109>
- Sherwood, L. (2020). *Fisiologi Manusia dari Sel ke Sistem*. Jakarta: EGC.
- Siregar, Y. R., dan Suprapt, F. (2024). Terapi Komplementer Keperawatan dalam Mengurangi Mual Muntah akibat Kemoterapi: Literature Review. *The Indonesian Journal of Health Promotion*, 7(3), 559–568. Diambil dari <https://jurnal.unismuhpalu.ac.id/index.php/MPPKI/article/view/4696/3720>
- Gupta, K., Walton, R., dan Kataria, S. P. (2021). *Chemotherapy-Induced Nausea and Vomiting: Pathogenesis, Recommendations, and New Trends*. Elsevier, 16. Diambil dari <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2468294220301131?via%3Dihub>
- Hamndani, D., dan Anggorowati, A. (2019). Intervensi Untuk Mengatasi Mual Antisipatori Pada Pasien Kanker Yang Menjalani Kemoterapi: A Litelatur Review. *Jurnal Smart Keperawatan*, 6(1), 65.
- Setiawan, T., dan Susaldi, S. (2022). Aroma Terapi Peppermint dapat Menurunkan Kejadian Nausea pada Pasien Post Operasi Sectio Caesarea. *Journal of Nursing Education and Practice*, 2(1), 161–169. <https://doi.org/10.53801/jnep.v2i1.85>