

Implementasi Aromaterapi Peppermint untuk Mengontrol Mual Muntah pada Pasien Post Spinal Anestesi

Firda Susu^{1*}, Magenda Bisma Yudha², Dwi Novitasari³

^{1,2,3}Keperawatan, Fakultas Kesehatan, Universitas Harapan Bangsa, Jl. Raden Patah No. 100, Ledug, Kec. Kembaran, Kab. Banyumas.

E-mail: firdasusu341@mail.com

* Corresponding Author

 <https://doi.org/10.31004/jerkin.v5i1.6135>

ARTICLE INFO

Article history

Received: 25 June 2026

Revised: 09 July 2026

Accepted: 22 July 2026

Kata Kunci:

Anestesi Spinal,
Aromaterapi
peppermint,
PONV, Terapi Non-
Farmakologis.

Keywords:

Spinal Anesthesia,
Peppermint
Aromatherapy,
PONV, Non-
Pharmacological
Therapy.

ABSTRACT

Penelitian ini bertujuan mengedukasi dan menerapkan aromaterapi peppermint sebagai terapi nonfarmakologis untuk mengatasi *Postoperative Nausea and Vomiting* (PONV) pada pasien pascaoperasi dengan spinal anestesi di RSUD Dr. Soedirman Kebumen. Metode meliputi persiapan, edukasi pasien, pemberian aromaterapi peppermint menggunakan diffuser selama 15 menit, serta evaluasi dengan Skor Gordon sebelum dan sesudah intervensi. Responden berjumlah 30 pasien, mayoritas berusia 18–35 tahun (53,3%), perempuan (90%), dan tidak memiliki riwayat merokok (90%). Sebelum intervensi, seluruh pasien (100%) mengalami PONV, sedangkan sesudahnya hanya 40% yang masih mengalami gejala dan 60% tidak lagi mengalami PONV. Hasil ini menunjukkan aromaterapi peppermint efektif menurunkan mual dan muntah pascaoperasi. Kandungan menthol dan menthone berperan sebagai antispasmodik, menenangkan saluran pencernaan, dan memberikan efek relaksasi melalui stimulasi reseptor penciuman. Kegiatan ini juga meningkatkan pemahaman pasien tentang terapi nonfarmakologis serta merekomendasikan aromaterapi peppermint sebagai terapi pendukung di fasilitas kesehatan. Secara keseluruhan, aromaterapi peppermint terbukti efektif, aman, dan mudah diterapkan sebagai alternatif terapi keperawatan holistik pada pasien pasca spinal anestesi.

This study aims to educate and implement peppermint aromatherapy as a non-pharmacological therapy to overcome Postoperative Nausea and Vomiting (PONV) in postoperative patients with spinal anesthesia at Dr. Soedirman Hospital, Kebumen. The method includes preparation, patient education, administration of peppermint aromatherapy using a diffuser for 15 minutes, and evaluation with the Gordon Score before and after the intervention. Respondents numbered 30 patients, the majority aged 18–35 years (53.3%), female (90%), and had no history of smoking (90%). Before the intervention, all patients (100%) experienced PONV, while after the intervention only 40% still experienced symptoms and 60% no longer experienced PONV. These results indicate that peppermint aromatherapy is effective in reducing post-operative nausea and vomiting. The menthol and menthone content act as antispasmodics, soothe the digestive tract, and provide a relaxing effect through stimulation of olfactory receptors. This activity also increases patient understanding of non-pharmacological therapy and recommends peppermint aromatherapy as a supporting therapy in healthcare facilities. Overall, peppermint aromatherapy has been proven to be effective, safe, and easy to implement as an alternative holistic nursing therapy for post-spinal anesthesia patients.



This is an open access article under the CC-BY-SA license.



How to Cite: Firda Susu, et al (2026). Implementasi Aromaterapi Peppermint untuk Mengontrol Mual Muntah pada Pasien Post Spinal Anestesi, 5(1) 1660-1667. <https://doi.org/10.31004/jerkin.v5i1.6135>

PENDAHULUAN

Anestesi spinal merupakan suatu tindakan yang memasukkan obat anestesi lokal ke ruang subaraknoid bertujuan untuk menghilangkan sensasi dan fungsi motoric. Ada beberapa efek samping yang sering terjadi pada pasien dengan spinal anestesi yang paling utama Postoperative Nausea and Vomiting (PONV) atau mual muntah, dimana 20% - 40% semua pasien yang mengalami mual muntah (Lekatompessy et al., 2022). Postoperative Nausea and Vomiting (PONV) merupakan perasaan mual muntah yang di rasakan setelah prosedur anestesi dan pembedahan, PONV adalah komplikasi yang sering terjadi setelah operasi yang menggunakan spinal anestesi (Alfira, 2020).

Angka mual muntah di pasca operasi di Indonesia belum tercatat dengan jelas, kejadian mual muntah sebesar 31,25% post pembedahan. Tingkat kejadian mual muntah yang di laporkan pada penelitian systematic riview adalah 27,7% dengan profilinsi tertinggi yaitu 24 jam pertama pada pasca bedah, pada penelitian lain mual muntah pascaoperasi terjadi pada pasien sekitar 30% dan pada kelompok yang beresiko tinggi kejadian PONV sebanyak 80% serta 1-43% pada pasien dengan sectio caesarea (SC) yang di pengaruhi spinal anestesi. Kejadian mual muntah pascaoperasi dapat disebabkan oleh faktor farmakologi dan non farmakologi. Faktor farmakologi yang utama akibat penggunaan jenis anestesi tertentu atau efek dari suatu obat, faktor non farmakologi berasal dari status fisiologis pada pasien (Tania et al., 2022).

Komplikasi yang terjadi pada spinal anestesi. Efek sistemik utama yang diamati setelah spinal anestesi umumnya bersifat kardiovaskuler dan disebabkan oleh blok preganglion simpatis oleh anestesi lokal. Komplikasi yang sering terjadi pada spinal anestesi adalah hipotensi yang disebabkan oleh blok simpatis, dimana derajat hipotensi bervariasi dan bersifat individual. Komplikasi lain yang mungkin terjadi pada pasien yang menjalani operasi dengan spinal anestesi (Widiyono et al., 2023). Pasien setelah di berikan spinal anestesi selalu terjadi mual muntah dan harus diatasi, kejadian mual muntah disebabkan oleh penggunaan opioid yang di gunakan untuk mengontrol nyeri pascaoperasi menjadi pemicu terjadinya mual muntah pasca operasi dengan pelepasan gopamin dan serotonin, aktifitas opioid pada reseptor mu (μ) yang berada dalam usus sehingga menghambat pernapasan asetilkolin dari pleksus mesenterika dapat mengurangi tonus otot dan aktifitas prisaltik sehingga waktu pengosongan memanjang dan terjadi distensi pada lambung yang mengaktifkan mekanoreseptor visceral dan kemoreseptor sehingga memicu Central Venous Catheter (CVC) di otak (Sarif, 2024).

Penanganan mual muntah dapat menggunakan terapi farmakologi maupun non farmakologi yang berfungsi untuk pencegahan dan pengobatan. Fungsi obat anti mual muntah farmakologis sebagai profilaksis maupun terapi PONV telah sering diteliti namun sampai sekarang masih belum dipahami secara utuh efektivitasnya. Intervensi lain yang dapat dilakukan secara mandiri oleh seorang perawat untuk mengurai mual muntah adalah dengan pemberian aromaterapi. Aromaterapi digunakan dalam praktik secara historis dan diseluruh dunia oleh perawat dan sistem perawatan kesehatan. Sebuah penelitian menemukan penggunaan aromaterapi peppermint sebagai aromaterapi menjadi pengobatan yang paling efektif dalam mengurangi keparahan mual yang terjadi setelah operasi (Arisdiani, 2019) .

Peppermint adalah salah satu minyak esensial terbaik untuk berbagai gangguan pencernaan dan paling efektif bila digunakan dalam minyak pijat, dengan pijatan lembut pada perut searah jarum jam. Mengonsumsi teh peppermint bersamaan akan menciptakan sinergi yang harmonis antara kedua bentuk peppermint tersebut. Secara keseluruhan, Peppermint Essential Oil (PEO) memiliki sifat yang menyegarkan, menstimulasi, dan memulihkan. Jika dikombinasikan dengan lavender, peppermint dapat membantu mencegah pilek dan flu. Gunakan tidak lebih dari tiga tetes dalam mandi, minyak pijat, atau inhalasi (Mustariningrum et al., 2024).

Peppermint mempunyai khasiat untuk mengatasi mual dan muntah, hal ini dikarenakan kandungan menthol (50%) dan menthone (10%-30%) (Mustariningrum et al., 2024) yang tinggi. Selain itu peppermint telah lama di kenal memberi efek karnimatif dan antispasmodik, yang secara khusus bekerja di otot halus saluran gastrointesnal dan seluruh empedu, selain itu peppermint juga mengandung aromaterapi dan minyak esensial yang memiliki efek farmakologis. Aromaterapi merupakan tindakan terapeutik dengan menggunakan minyak esensial yang bermanfaat untuk meningkatkan keadaan fisik dan psikologi sehingga menjadi lebih baik (Lestari, 2022).

Hasil penelitian Komalasari (2024) menjelaskan penggunaan aromaterapi peppermint dapat mengatasi kejadian mual muntah atau PONV dengan jumlah 30 pasien, pada pemberian pre aromaterapi yaitu rata-rata 0,30% dan post aromatepi 0,10% sehingga menunjukkan penurunan sebesar 0,2% dari

pre-post aromaterapi peppermint dengan skor minimal 1 dan maksimal 0. Penelitian yang dilakukan Masruroh (2024) pada penelitian ini menunjukkan kejadian mual muntah sebelum pemberian aromaterapi peppermint hampir seluruhnya responden tidak mengalami mual muntah (normal) sebanyak 25 responden (83,3%) dan yang mengalami mual muntah ringan sebanyak 5 responden (16,7%). Sedangkan setelah pemberian aromaterapi peppermint bahwa seluruhnya responden tidak mengalami mual muntah (normal) sebanyak 30 responden (100%).

Rumah Sakit Umum Daerah Dr. Soedirman Kebumen merupakan tempat Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) yang akan dilakukan penulis. Pasien yang diteliti oleh penulis yaitu seluruh pasien yang melakukan tindakan spinal anestesi. Berdasarkan informasi yang didapatkan dari ruangan IBS RSUD Dr. Soedirman Kebumen untuk 3 bulan terakhir Agustus sampai Oktober pasien yang menjalani operasi dengan menggunakan Spinal Anestesi dalam 3 bulan sebanyak 194 orang dan 68% pasien yang mengalami mual muntah pascaoperasi. Efek yang paling sering terjadi di pascaoperasi yaitu pasien merasakan mual muntah.

METODE

Metode pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini diawali dengan tahap persiapan dan koordinasi melalui survei lapangan serta pengurusan perizinan di RSUD Dr. Soedirman Kebumen. Survei dilakukan untuk mengidentifikasi kondisi dan situasi pelaksanaan kegiatan, menentukan strategi pendekatan, serta mengantisipasi faktor penghambat melalui koordinasi dengan pihak terkait. Kegiatan dilaksanakan pada pasien di ruang Recovery Room (RR) Instalasi Bedah Sentral (IBS) RSUD Dr. Soedirman Kebumen, dengan tujuan memberikan edukasi dan mengimplementasikan aromaterapi peppermint, kemudian dilakukan penilaian tingkat Post Operative Nausea and Vomiting (PONV) setelah tindakan diberikan.

Skrining peserta dilakukan untuk menentukan responden yang memenuhi kriteria sebanyak 30 orang, yaitu pasien pascaoperasi dengan spinal anestesi berusia 18–70 tahun, tidak mengalami komplikasi pascaoperasi, kooperatif, dan bersedia mengikuti kegiatan. Pelaksanaan dilakukan pada 10 Juni–5 Juli 2025 melalui tahap identifikasi karakteristik pasien dan kesiadaan peserta, dilanjutkan tahap implementasi berupa pemberian edukasi menggunakan leaflet serta penerapan aromaterapi peppermint selama 15 menit. Monitoring dilakukan dengan mendorong pasien menerapkan kembali aromaterapi peppermint untuk menurunkan tingkat PONV, sedangkan evaluasi dilakukan dengan mengukur tingkat PONV sebelum dan sesudah pemberian aromaterapi peppermint.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Kegiatan PkM dilakukan pada 10 Juni sampai dengan 5 Juli 2025 di RSUD Dr Soedirman Kebumen dengan jumlah sasaran sebanyak 30 pasien pascaoperasi pada pasien spinal anestesi. Kegiatan PkM dilakukan dengan meminta persetujuan ke pihak RSUD Dr Soedirman Kebumen, kemudian tim PkM meminta koordinasi kepada petugas yang berjaga untuk mengkonfirmasi pasien yang telah dilakukan tindakan operasi setiap harinya.

Implementasi PkM dilaksanakan dengan mengobservasi pasien pasca operasi spinal anestesi , kemudian meminta persetujuan *inform consent* untuk dilakukan pengukuran tingkat PONV pasien menggunakan alat ukur score gordon dan mengimplementasikan aromaterapi *peppermint* yang dilakukan selama kurang lebih 15 menit menggunakan diffuser sehingga memberikan efek penurunan mual muntah Berikut table-tabel yang menunjukkan hasil kegiatan:

Tabel 1. Karakteristik Usia, Jenis Kelamin, dan Riwayat Merokok (n-30)

Usia	frekuensi	Persentase (%)
18-35	16	53,3%
36-52	10	33,3%
53-70	4	13,3
Jenis Kelamin		
Perempuan	27	90,0%
Laki-Laki	3	10,0%
Riwayat Merokok		

Tidak ada	27	90,0%
Ada	3	10,0%

Tabel 1 di atas menyajikan data bahwa peserta mayoritas pada usia 18-35 sebanyak 16 peserta (53,3%), memiliki jenis kelamin perempuan sebanyak 27 peserta (90%) dan tidak ada riwayat merokok yaitu sebanyak 27 peserta (90%).

Tabel 2. Distribusi skor PONV sebelum dan sesudah diberikan aromaterapi *peppermint*.

Variabel	Sebelum		Setelah	
Skor Gordon	frekuensi	Persentase (%)	frekuensi	Persentase (%)
Pasien PONV (1-3)	30	100%	12	40%
Pasien tidak PONV (0)	-	-	18	60%

Tabel 2 diketahui bahwa dari 30 peserta post spinal anestesi seluruh peserta mengalami PONV sebanyak 30 peserta (100%) dan setelah diberikan aromaterapi *peppermint* sebanyak 18 peserta sudah tidak mengalami PONV.

Pembahasan

Usia

Berdasarkan tabel 1 diperoleh data bahwa peserta Pengabdian Kepada Masyarakat berdasarkan usia terbanyak yaitu pada rentang usia 18-35 tahun berjumlah 16 pasien (53.3%). Penelitian yang dilakukan oleh (Khasanah et al., 2021) menunjukkan bahwa mayoritas responden yang mengalami PONV paling banyak adalah usia 17-25 dengan jumlah 23 peserta (47.9 %) dikarenakan kelompok usia tersebut cenderung mengeluh dan stres akibat operasi yang dijalani dibanding pasien usia 36-45. Sedangkan usia 36-45 lebih berpengalaman terhadap perasaan mual sehingga bisa lebih cepat beradaptasi. Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian (Nurdiansyah et al., 2024) PONV sebanyak 19 peserta (59,4%), berdasarkan umur mayoritas di usai 26-34 tahun sebanyak 16 peserta (51,6%).

Berdasarkan hasil penelitian, pasien dengan rentang usia 18–35 tahun merupakan kelompok terbanyak yang menjalani operasi dengan menggunakan spinal anestesi. Hal ini dapat dijelaskan dari aspek anatomi dan fisiologis kelompok usia muda, yang umumnya memiliki struktur tulang belakang yang masih fleksibel, ruang intervertebralis yang mudah dikenali, serta elastisitas jaringan yang mempermudah pelaksanaan tindakan anestesi spinal. Usia ini, komplikasi seperti hipotensi berat, retensi urin, dan gagal blok lebih jarang terjadi dibandingkan pada pasien lanjut usia, karena respons hemodinamik dan metabolisme obat anestesi masih berada pada kondisi optimal. Selain itu, usia 18–35 tahun merupakan kelompok usia produktif yang secara statistik lebih sering menjalani tindakan bedah, seperti operasi ortopedi akibat aktivitas fisik tinggi atau operasi obstetri pada wanita usia. Pasien usia muda merupakan kandidat yang ideal untuk anestesi regional, termasuk spinal anestesi, karena tingkat keberhasilan teknik ini lebih tinggi dan risiko efek samping sistemik lebih rendah dibandingkan pada pasien lanjut usia. Dengan demikian, dominasi kelompok usia 18–35 tahun dalam penggunaan spinal anestesi dapat dijelaskan melalui faktor klinis, fisiologis, dan frekuensi kebutuhan operasi di usia produktif (Miller et al., 2020).

Dalam perencanaan layanan anestesi di fasilitas kesehatan, kelompok usia muda seperti 18–35 tahun perlu dipertimbangkan sebagai target utama edukasi dan sosialisasi manfaat anestesi spinal, karena kelompok ini terbukti mampu mentoleransi prosedur dengan baik dan memiliki risiko komplikasi yang rendah. Demikian, dapat diasumsikan bahwa kelompok usia muda (terutama 18–35 tahun) tidak hanya menjadi penerima aktif anestesi spinal dalam praktik klinis, tetapi juga merupakan kelompok yang aman untuk prosedur tersebut. Asumsi ini diperkuat oleh bukti klinis dari studi yang telah dilakukan, sekaligus menjadi dasar penting bagi pengembangan praktik anestesi yang lebih inklusif terhadap berbagai kelompok usia (Samdal et al., 1989).

Jenis Kelamin

Berdasarkan tabel 1 diperoleh data bahwa peserta pengabdian kepada masyarakat berdasarkan jenis kelamin bahwa perempuan sebanyak 27 peserta (90%) ini sejalan dengan penelitian yang menunjukkan jenis kelamin peserta pada penelitian ini sebagian besar adalah perempuan yaitu sebanyak 27 orang (Edwar & Khampai, 2022). Penelitian ini sejalan juga dengan penelitian dari mayoritas peserta dalam penelitian ini adalah berjenis kelamin perempuan, yaitu sebanyak 31 responden (52,5%) (Naufal & Delfi, 2022).

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pasien perempuan lebih banyak menjalani operasi dengan spinal anestesi dibandingkan laki-laki. Hal ini dapat dikaitkan dengan karakteristik indikasi klinis yang lebih sering dialami perempuan, terutama pada bidang obstetri dan ginekologi. Spinal anestesi merupakan teknik anestesi regional yang sangat umum digunakan dalam prosedur seperti operasi caesar dan berbagai operasi ginekologi karena memberikan analgesia yang efektif dengan risiko komplikasi yang relatif rendah. Menurut (Barash dan Stoelting 2017) dalam *Clinical Anesthesia*, spinal anestesi memungkinkan onset anestesi yang cepat serta kontrol nyeri yang baik tanpa memerlukan intubasi, sehingga lebih aman dan nyaman bagi pasien perempuan, terutama pada masa persalinan. Selain itu, perempuan cenderung lebih sering menjalani prosedur medis elektif dan rutin, sehingga proporsi mereka dalam penggunaan spinal anestesi lebih besar. Faktor fisiologis dan anatomis juga mempengaruhi keberhasilan dan keamanan teknik spinal anestesi pada perempuan usia produktif. Oleh karena itu, tingginya jumlah pasien perempuan yang menjalani operasi dengan spinal anestesi mencerminkan kebutuhan medis yang spesifik serta efektivitas dan keamanan teknik ini dalam praktik klinis (Barash et al., 2017).

Dalam praktik klinis anestesi, spinal anestesi merupakan salah satu teknik yang paling banyak digunakan, terutama pada prosedur-prosedur operasi dengan kebutuhan anestesi regional. Salah satu kelompok pasien yang paling dominan menerima spinal anestesi adalah pasien obstetri, khususnya perempuan yang menjalani tindakan operasi caesar. Berdasarkan uraian tersebut, dapat diasumsikan bahwa sebagian besar kasus penggunaan spinal anestesi dalam praktik sehari-hari di rumah sakit, terutama di bagian kebidanan dan kandungan, adalah pada pasien perempuan. Dalam banyak laporan kasus dan penelitian klinis, mayoritas prosedur spinal anestesi dilakukan untuk keperluan obstetrik seperti sectio caesarea atau manajemen nyeri saat persalinan. Maka dari itu, secara proporsional, perempuan merupakan populasi penerima terbanyak dari teknik anestesi spinal (Chestnut et al., 2019).

Riwayat Merokok

Tabel 1 diperoleh data berdasarkan riwayat merokok pada peserta, dengan riwayat tidak merokok lebih banyak yaitu berjumlah 27 pasien (90%) sedangkan peserta yang memiliki riwayat merokok berjumlah 3 pasien (10%). Hal ini sejalan dengan penelitian oleh berdasarkan riwayat merokok didapatkan bukan perokok (64,7%) lebih banyak daripada perokok (Ahyati et al., 2024). Selaras juga dengan penelitian dimana pada penelitian ini, responden yang tidak merokok lebih banyak yaitu 43 peserta (84,3%) dibandingkan dengan responden yang merokok. Hal ini disebabkan karena mayoritas responden yang diteliti adalah perempuan (Suprihatin et al., 2016)

Berdasarkan hasil penelitian, sebagian besar responden tidak memiliki riwayat merokok, dan mayoritas dari mereka adalah perempuan. Fenomena ini dapat dijelaskan melalui pendekatan teori perilaku kesehatan yang dibahas oleh Menekankan bahwa perempuan secara umum memiliki tingkat kesadaran kesehatan yang lebih tinggi dibandingkan laki-laki. Hal ini berkaitan dengan konstruksi sosial dan budaya yang menjadikan perempuan sebagai figur utama dalam menjaga kesehatan diri, keluarga, dan lingkungan sekitar. persepsi terhadap risiko kesehatan sangat mempengaruhi keputusan perilaku, termasuk keputusan untuk merokok atau tidak. Perempuan, menurut mereka, lebih mempertimbangkan konsekuensi jangka panjang dari kebiasaan merokok, terutama terhadap fungsi reproduksi, kehamilan, dan peran sebagai ibu. Kesadaran ini terbentuk melalui proses pendidikan kesehatan, pengalaman sosial, serta tanggung jawab moral terhadap anak dan keluarga (Mubarak & Cahayatin, 2009).

Dalam konteks pemilihan metode anestesi regional, khususnya anestesi spinal, terdapat sejumlah faktor yang memengaruhi keputusan klinis, salah satunya adalah riwayat merokok pada pasien. Merokok memiliki efek sistemik terhadap fungsi organ vital, terutama paru-paru dan sistem kardiovaskular. Efek jangka panjang dari merokok seperti bronkokonstriksi kronis, hipersekresi mukus, dan gangguan pertukaran gas menyebabkan perubahan fisiologis yang signifikan, yang dapat memperbesar risiko komplikasi selama dan setelah tindakan anestesi. Maka dapat diasumsikan bahwa dalam penelitian ini pasien dengan riwayat merokok memiliki kecenderungan lebih rendah untuk menjalani prosedur operasi dengan spinal anestesi dibandingkan pasien non-perokok. Asumsi ini dibangun atas dasar pertimbangan fisiologis, farmakologis, serta risiko teknis dan klinis yang berkaitan dengan status merokok pasien (Hadzic, 2017)

Distribusi skor PONV sesudah dan sebelum diberikan aromaterapi peppermint di RSUD Dr Soedirman Kebumen.

Berdasarkan tabel 2 diperoleh data rata-rata skor *pre* dan *post* pemberian aromaterapi *peppermint* semua peserta mengalami PONV yaitu sebanyak 30 peserta (100%) sedangkan pada *post* pemberian aromaterapi *peppermint* yaitu menurun sebanyak 18 peserta (60%). Hal ini selaras dengan pernyataan bahwa aromaterapi *peppermint* dapat menurunkan mual muntah pada pasien (Hariyani et al., 2025). Penelitian ini menunjukkan penurunan signifikan pada kelompok eksperimen dari rata-rata skor PONV 4,68 menjadi 2,68, sedangkan pada kelompok kontrol penurunan terjadi dari 4,84 menjadi 4,04. Uji statistik Independent Sample T-Test menunjukkan perbedaan yang signifikan antara kedua kelompok ($p < 0,05$). Penelitian ini menunjukkan bahwa aromaterapi *peppermint* efektif dalam mengurangi PONV dan dapat diaplikasikan secara klinis dalam manajemen PONV Permata et al., (2024)

Hal ini sejalan dengan teori yang menyatakan bahwa *peppermint* memiliki kandungan utama berupa *menthol* dan *menthone*, yang bekerja secara langsung pada pusat mual di otak (*chemoreceptor trigger zone*) serta memiliki efek antiemetik alami. Kandungan tersebut dapat merangsang reseptor penciuman yang terhubung dengan sistem limbik, memberikan efek relaksasi dan membantu menekan refleks mual Widayanti, (2014).

Pemberian aromaterapi melalui inhalasi dapat memengaruhi sistem saraf pusat melalui jalur olfaktori dan menghasilkan efek menenangkan serta menurunkan stimulasi pada pusat muntah di otak. Dengan demikian, penggunaan aromaterapi *peppermint* secara inhalasi menjadi salah satu metode terapi nonfarmakologis yang efektif untuk mengatasi PONV Potter & Perry, (2010).

Postoperative Nausea and Vomiting (PONV) merupakan salah satu komplikasi pascaoperasi yang paling sering terjadi, khususnya pada pasien yang menjalani anestesi spinal salah satu pendekatan dalam mengurangi gejala mual dan muntah pascaoperasi adalah penggunaan metode non-farmakologis, seperti aromaterapi *peppermint*, yang dianggap aman, mudah diaplikasikan, dan memiliki efek terapeutik yang cukup signifikan. *Peppermint* (*Mentha piperita*) mengandung komponen aktif utama seperti *menthol*, yang diketahui memiliki efek antiemetik melalui mekanisme kerja yang menenangkan saluran pencernaan dan menghambat sinyal mual di pusat muntah otak. Dalam konteks anestesi spinal, di mana pasien tetap sadar selama prosedur dan memiliki kemungkinan mengalami efek samping seperti hipotensi yang dapat memicu mual, penggunaan *peppermint* sebagai aromaterapi menjadi intervensi potensial yang efektif. Dari data tersebut, maka asumsi penelitian yang dibangun adalah Aromaterapi *peppermint* melalui inhalasi efektif dalam menurunkan intensitas PONV pada pasien pasca operasi dengan anestesi spinal, dibandingkan sebelum diberikan intervensi (Permata et al., 2024).

SIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pemberian aromaterapi *peppermint* efektif dalam menurunkan tingkat mual dan muntah pascaoperasi (PONV) pada pasien yang menjalani anestesi spinal. Sebagian besar responden berada pada kelompok usia 18–35 tahun, dengan dominasi perempuan sebagai subjek penelitian. Setelah dilakukan intervensi aromaterapi *peppermint*, terjadi penurunan signifikan terhadap kejadian PONV. Hal ini membuktikan bahwa aromaterapi *peppermint* merupakan terapi non-farmakologis yang dapat digunakan sebagai alternatif atau pendukung dalam mengurangi gejala mual dan muntah pascaoperasi.

Saran dalam penelitian ini yaitu: 1) Bagi institusi kesehatan, disarankan untuk mempertimbangkan penggunaan aromaterapi *peppermint* sebagai bagian dari penatalaksanaan standar pascaoperasi, terutama pada pasien perempuan usia muda yang cenderung memiliki risiko PONV lebih tinggi. 2) Bagi perawat, perlu meningkatkan pengetahuan dan keterampilan dalam menerapkan aromaterapi *peppermint* sebagai pendekatan holistik dan non-invasif dalam pelayanan keperawatan pascaoperasi. 3) Bagi peneliti selanjutnya, dianjurkan untuk melakukan penelitian lebih luas dengan jumlah sampel yang lebih besar dan variasi jenis operasi untuk memperkuat generalisasi hasil penelitian ini.

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti menyampaikan ucapan terima kasih kepada pihak yang sudah berkontribusi dalam pelaksanaan penelitian dan penyusunan artikel ini.

REFERENSI

- Ahyati, N. S., Yuliana, K. I., & Yuliana, I. (2024). Hubungan Jenis Kelamin Dan Riwayat Merokok Dengan Mutasi Gen Egfr Kanker Paru Tipe Adenokarsinoma. *Jurnal Mahasiswa Pendidikan Dokter*, 1–8.
- Alfira. (2020). Efek akupresur pada titik p6 dan st36 untuk mencegah post operative nausea and vomiting pada pasien laparatomi dengan spinal anestesi. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik*, 16(1), 30–33.
- Arisdiani. (2019). Pengaruh intervensi keperawatan non farmakologi aromaterapi jahe terhadap mual muntah pasien post operasi.
- Barash, P. G., Cullen, B. F., & Stoelting, R. K. (2017). *Clinical Anesthesia* (7th ed.). Wolters Kluwer.
- Chestnut, D. H., Wong, C. A., Tsen, L. C., Ngan Kee, W. D., & Beilin, Y.; Mhyre, J. M. Polley, L. S. (2019). *Chestnut's Obstetric Anesthesia: Principles and Practice* (6th ed.). Elsevier.
- Edwar, R., & Khampai. (2022). Hubungan Hipotensi Dengan Kejadian Post Operative Nausea and Vomiting (Ponv) Pada Pasien Spinal Anestesi Di Rs Pku Muhammadiyah Gamping. *Doctoral Dissertation*.
- Hadzic, A. (2017). *Hadzic's textbook of regional anesthesia and acute pain managemen* (2nd ed.). McGraw-Hill Education.
- Hariyani, T., Rajin, M., Urifah, S., & Fatmawati, D. A. (2025). Pengaruh Aromaterapi Peppermint Terhadap Spinal Anestesi Di Instalasi Kamar Bedah Dan Sterilisasi Rsi Jombang Anestesi merupakan suatu tindakan yang bertujuan untuk menghilangkan rasa sakit (nyeri) pada tubuh (Majid). Umumnya tindakan pembedahan pada . 3(1), 22–31.
- Komalasari, C. D. (2024). Pemberian aromaterapi peppermint untuk mencegah mual muntah pada pasien pasca operasi dengan anestesi umum di rumah sakit jatiwinangun purwokerto. 2(9), 1310–1325.
- Lekatompessy, P. G., Devi, C. I. A., Siahaya, P. G., & Hataul, I. I. (2022). Faktor Risiko dengan Angka Kejadian Post Operative Nausea and Vomiting pada Pasien yang Dilakukan Anestesi Spinal di RSUD Dr . M . Haulussy Ambon dan RS Bhayangkara Ambon Tahun 2022. *Pattimura Medical Review*, 4(April).
- Lestari, A. D. (2022). Akupresur dan Aromaterapi Metode Tradisional Klomplementer dalam Mengatasi Ketidaknyamanan pada Masa Kehamilan Berdasarkan Bukti.
- Miller, R. D., Cohen, N. H., & Eriksson, L. I. (2020). *Miller's Anesthesia* (R. D. Miller (ed.); 9th ed.). Elsevier Health Sciences.
- Mubarak, W. I., & Cahayatin, N. (2009). *Ilmu Keperawatan Komunitas: Konsep dan Aplikasi dalam Praktik*. Salemba Medika.
- Mustariningrum, D. L. T., Khiong, T. K., & Wardani, F. D. A. K. (2024). *Rahasia Pengobatan Alami Dengan Peppermint Essential Oil* (R. . Alfian (ed.)). UNJ PRESS.
- Naufal, A., & Delfi, Y. S. (2022). Hubungan Lama Operasi dengan Terjadinya Shivering pada Pasien Pasca Spinal Anestesi di Ruang Recovery Room. *Jurnal Nurse*, 5(2), 53–65. <https://doi.org/10.57213/nurse.v5i2.259>
- Nur Khasanah, R., Tamara Yuda, H., Agung Nugroho, F., & Muhammadiyah Gombang, Stik. (2021). Pengaruh Inhalasi Peppermint sebagai Terapi Non Farmakologi terhadap Penurunan. 59–65.
- Nurdiansyah, P., Susanto, A., & Burhan, A. (2024). Overview of the Incidence of Post Operative Nausea and Vomiting in Spinal Anesthesia for Sectio Caesarea Patients in the Recovery Room of Fatimah Cilacap Islamic Hospital. *Java Nursing Journal*, 2 (1). <https://doi.org/https://doi.org/10.61716/jnj.v2i1.31>
- Permata, P. P., Burhan, A., & Handayani, R. N. (2024). Pengaruh Pemberian Aromaterapi Peppermint terhadap Post Operative Nausea and Vomiting (Ponv) Post Operasi Spinal Anestesi di Rsud 45 Kuningan. *Jurnal Inovasi Global*, 2(10), 1517–1534. <https://doi.org/10.58344/jig.v2i10.187>
- Potter, P. A., & Perry, A. G. (2010). *Fundamental Keperawatan: Konsep, Proses dan Praktik* (Edisi 7). EGC.
- Samdal, F., Almdahl, S. M., & Skogesal, O. (1989). [Spinal anesthesia in young adults]. *Tidsskrift for den Norske laegeforening : tidsskrift for praktisk medicin, ny raekke*, 109(30), 3115–3117.
- Sarif. (2024). Effect Of Acupressure On Nausea And Vomiting Post Cesarean Section. *Jurnal Kesehatan*, 18, 1–12. <https://doi.org/10.36082/qjk.v18i1.1575>
- Supriha, Mubarak, W. I., & Cahayatin, N. (2016). Hubungan antara kebiasaan merokok, aktivitas fisik,

riwayat keluarga dengan kejadian hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Nguter.

Tania, M., Ching, G., Hardiyani, T., & Hardini, D. S. (2022). Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Mual Muntah Post Operasi Factors Affecting the Event of Post Operation Nausea and Vomiting. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 16(1), 16–21.

Widayanti, A. (2014). romaterapi dan Terapi Komplementer dalam Keperawatan. Nuha Medika.

Widiyono, Aryani, A., & Suryani. (2023). Kejadian Hipotermi Berdasarkan Lama Operasi Dan Suhu Ruang Kamar Bedah (Widiyono (ed.)). Lembaga Chakra Brahmana Lentera.