

**FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MAKASSAR**

Skripsi, 19 Februari 2026

M. Naufal Ary¹, Nurmila², Miftahul Akhyar³, Nur Fadilah Amin⁴.

¹Mahasiswa Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Makassar, Indonesia. Email: mnaufalasry@gmail.com,

^{2,3}Dosen Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Makassar, Indonesia.

⁴Dosen Departemen Al-Islam Kemuhammadiyah Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Makassar, Indonesia.

**“PENGARUH PENGGUNAAN PERMEN MENTOL SEBAGAI
DISTRAKSI ORAL TERHADAP UPAYA BERHENTI MEROKOK (UBM)
UNTUK PENCEGAHAN PENYAKIT PPOK PADA PASIEN RAWAT
JALAN DI PUSKESMAS SUNGAI MERDEKA KABUPATEN KUTAI
KARTANEGARA”**

Abstrak

Latar Belakang: PPOK merupakan masalah kesehatan yang berkaitan erat dengan kebiasaan merokok sehingga diperlukan strategi efektif untuk meningkatkan UBM.

Tujuan: Mengetahui pengaruh penggunaan permen mentol sebagai distraksi oral terhadap UBM pada pasien rawat jalan.

Metode: Penelitian menggunakan desain quasi-eksperimen satu kelompok pretest–posttest dengan sampel 30 responden yang dipilih secara purposive sampling. Pengukuran dilakukan menggunakan Kuesioner 5A Modifikasi dan pemeriksaan spirometri sebelum serta sesudah intervensi selama ± 60 hari. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat menggunakan uji paired sample t-test.

Hasil: Sebagian besar responden memiliki kepatuhan penggunaan permen mentol yang tinggi (83,3%). Secara deskriptif terjadi perbaikan fungsi paru setelah intervensi, serta peningkatan rerata skor UBM dari 59,17 menjadi 59,87. Hasil uji paired sample t-test menunjukkan perbedaan bermakna secara statistik ($p = 0,040$).

Kesimpulan: Permen mentol sebagai distraksi oral berpengaruh positif dan signifikan terhadap peningkatan UBM serta berpotensi sebagai intervensi non-farmakologis pendukung.

Kata Kunci : Permen mentol, distraksi oral, UBM, PPOK, spirometri.