

### **EFEKTIVITAS PENGGUNAAN UAP AIR JAHE TERHADAP PENURUNAN GEJALA ISPA DI DESA KEMUNINGSARI LOR**

Cahya Tribagus Hidayat, Nabilah Auliya, Sofiyatun, Puteri Kusuma W.F.  
Universitas Muhammadiyah Jember, Fakultas Ilmu Kesehatan, Program Studi Ners  
Jl. Karimata No. 49 Telp. (0331) 332240, Fax (0331) 337957 Kotak Pos 104 Jember 68121

#### **ABSTRAK**

Penyakit Infeksi Saluran Pernafasan Akut (ISPA) masih menjadi salah satu masalah kesehatan masyarakat yang penting untuk diperhatikan. Terapi inhalasi adalah pemberian obat secara langsung ke dalam saluran napas melalui penghisapan. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui efektifitas uap air jahe terhadap gejala ispa pada balita di Desa Kemuningsari Lor. Jenis penelitian yang digunakan adalah eksperimental. Responen penelitian ini terdiri dari 12 balita yang mengalami gejala ISPA seperti batuk berdahak dan hidung tersumbat. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan eksperimen dan desain penelitian *one-group pretest-posttest*. Populasi penelitian ini sebanyak 56 balita ISPA dengan pengambilan sampel 12 responden. Pengumpulan data menggunakan lembar observasi dan analisis menggunakan uji statistik bivariat *Paired Samples T-Test*. Hasil penelitian menunjukkan perbedaan frekuensi nafas dan kapasitas paru sebelum dan setelah intervensi yaitu 5,977 ( $p$ -value=0,000) dan -4,168 ( $p$ -value=0,002). Responden yang mengalami batuk berdahak dan hidung tersumbat mengalami penurunan dengan jumlah presentase 80% dan 77,7%. Kesimpulan terdapat efektifitas pemberian uap air jahe terhadap gejala ISPA pada balita di Desa Kemuningsari Lor.

Received: November 2024

Reviewed: November 2024

Published: November 2024

Plagiarism Checker No 234

Prefix DOI : Prefix DOI : 10.8734/Nutricia.v1i2.365

**Copyright : Author**

**Publish by : Nutricia**



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

#### **PENDAHULUAN**

Penyakit Infeksi Saluran Pernafasan Akut (ISPA) masih menjadi salah satu masalah kesehatan masyarakat yang penting untuk diperhatikan, karena merupakan penyakit akut dan bahkan dapat menyebabkan kematian pada balita di berbagai negara berkembang termasuk negara Indonesia (Akbar et al., 2023). Infeksi Saluran Pernafasan Akut atau ISPA merupakan masalah kesehatan yang sangat serius baik di dunia maupun di Indonesia. United Nations International Children's Emergency Fund (UNICEF) dan World Health Organization (WHO) pada tahun 2008 telah melaporkan bahwa ISPA merupakan penyebab kematian paling besar pada manusia dibandingkan dengan jumlah kematian akibat AIDS, malaria dan campak. ISPA menyebabkan lebih dari 2 juta anak meninggal dunia tiap tahunnya, yang didominasi balita umur 1 sampai 4 tahun. Kasus kematian balita seluruhnya dari umur 1-5 tahun akibat ISPA, tiga perempatnya terjadi pada 15 negara. Indonesia menempati peringkat keenam di dunia dengan jumlah kasus ISPA sebanyak 6 juta kasus per tahun (Depkes RI, 2020).

Menurut Kemenkes RI (2017) kasus ISPA mencapai 28% dengan 533,187 kasus yang ditemukan pada tahun 2016 dengan 18 provinsi diantaranya mempunyai prevalensi diatas angkanasional. Selain itu ISPA juga sering berada pada daftar 10 penyakit terbanyak di rumah sakit dan Puskesmas (Amalia et al., 2023).

Terapi komplementer memiliki banyak manfaat namun belum digunakan secara maksimal di masyarakat karena belum banyak masyarakat yang mengetahui tentang khasiat dari terapi tersebut, selain itu terapi komplementer yang ada di masyarakat belum tersedia dalam bentuk yang modern dan praktis sehingga belum banyak yang menggunakan (Zuliyanti et al., 2021). Terapi inhalasi adalah pemberian obat secara langsung ke dalam saluran napas melalui

penghisapan. Terapi pemberian inhaler ini, salah satunya dapat menggunakan uap air jahe. Keuntungan terapi inhalasi ini adalah melonggarkan pernafasan balita, meringankan hidung tersumbat dan masalah pernapasan seperti batuk dan pilek (Irawati et al., 2023). Terapi inhalasi adalah pemberian obat secara langsung ke dalam saluran napas melalui penghisapan. Jahe mengandung gingerol, flavonoid, agen bakteri, agen peradangan dan zat beta-agonis yang bekerja untuk relaksasi otot polos sehingga dapat menjadi terapi alami yang baik untuk melegakan batuk dari gejala ISPA. Menghirup uap jahe hangat dapat membantu meringankan hidung tersumbat dan masalah pernapasan lainnya seperti flu dan pilek (Daeli et al., 2021).

Desa Kemuningsari Lor masuk dalam Kecamatan Panti Kabupaten Jember yang terdiri dari 3 dusun, yaitu Dusun Kemuning krajan, Dusun Kemuning sari lor dan Dusun Summersari. Dengan luas wilayah desa Kemuningsari Lor 160.71 Km<sup>2</sup>, Fasilitas kesehatan di Desa jubung terdiri dari 1 puskesmas pembantu, 1 polindes, 1 Ambulance, 10 posyandu dan beberapa praktek mandiri. Berdasarkan hasil wawancara dengan perangkat Desa Kemuning sari lor yang dilakukan pada 14 Oktober 2024 didapatkan jumlah seluruh kepala keluarga yang berada di Desa Kemuning sari lor sebanyak 7.137 dan 2031 KK terdiri dari jumlah laki-laki sebanyak 3.593 orang dan jumlah perempuan sebanyak 3.544 orang. Berdasarkan hasil wawancara dengan bidan wilayah terdapat balita di Desa Kemuningsari lor sebanyak 433 balita. Dan didapatkan sejumlah 43 balita di Desa Kemuningsari lor mengalami ISPA selama 3 bulan terakhir. Berdasarkan hasil pengkajian diatas terdapat upaya untuk menyelesaikan masalah kesehatan tersebut kelompok mengangkat masalah kesehatan pada balita dengan ISPA sebagai prioritas masalah utama.

### **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan eksperimen dan desain penelitian *one-group pretest-posttest*. Penelitian kualitatif adalah penelitian yang berbentuk deskriptif atau menggambarkan fenomena atau fakta penelitian secara apa adanya. Sedangkan eksperimen metode penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang terkendalikan. Studi kasus di batasi oleh tempat dan waktu serta kasus yang dipelajari berupa peristiwa, aktivitas atau individu (Sugiyono, 2019).

Intervensi yang dilakukan adalah pemberian uap air jahe. Subjek penelitian sebanyak 12 orang yang dipilih berdasarkan keluhan gejala ISPA. Analisis data pada penelitian ini adalah analisis bivariat *Paired Samples T-Test* untuk mendeskripsikan perbandingan efektifitas sebelum dan setelah pemberian uap air jahe terhadap balita dengan ispa di Desa Kemuningsari Lor. Subjek penelitian diukur berdasarkan perubahan indikator frekuensi nafas (RR), kapasitas paru (SPO<sub>2</sub>), batuk berdahak dan hidung tersumbat.

### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

#### 1. Usia

Responden yang mengalami gejala ISPA seperti batuk berdahak dan hidung tersumbat berusia 3-5 tahun, dengan distribusi frekuensi usia pada tabel 1.1.

Tabel 1.1 Distribusi Frekuensi Usia Balita Yang Mengalami Gejala ISPA

Usia	Frekuensi	%
3	2	16,7
4	5	41,7
5	5	41,7

Usia Responden yang mengalami gejala ISPA seperti batuk berdahak dan hidung tersumbat rata-rata berusia 4-5 tahun. Usia merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi risiko seseorang terkena infeksi saluran pernapasan akut (ISPA). Anak-Anak di bawah usia 5 tahun dan orang lanjut usia lebih rentan terkena ISPA karena daya tahan tubuhnya yang rendah. Menurut WHO (World Health Organization) pada tahun 2020 diketahui ISPA pada balita 1-5 tahun terdapat 1.988 kasus dengan prevalensi (42,91%). Ispa masih menjadi penyebab utama morbiditas dan mortalitas penyakit menular di dunia (Yusuf et al., 2023).

#### 2. Hidung Tersumbat dan Batuk Berdahak

Tabel 1.2 Distribusi Frekuensi Perubahan Batuk dan Hidung Tersumbat Sebelum dan Setelah Implementasi

Variable	N	Pre	t	p-value
Batuk berdahak sebelum intervensi	5	100%	-4,000	0,016
Batuk berdahak setelah intervensi	5	80%		
Hidung tersumbat sebelum intervensi	9	100%	-4,000	0,004
Hidung tersumbat setelah intervensi	9	77,7%		

Tabel 1.2 menjelaskan terdapat 5 balita batuk berdahak, dan 9 balita hidung tersumbat. Setelah diberikan uap air jahe, terdapat 80% balita dapat mengeluarkan dahak dan 77,7% balita mengatakan hidung tersumbat berkurang. Jahe dipercaya sebagai obat herbal untuk batuk kering hingga batuk produktif (Septiana et al., 2023). Jahe mengandung antimikroba, yang dapat meningkatkan kebersihan jalan nafas (Jaybhaye et al., 2022). Hasil tersebut signifikan dengan nilai t pada variable batuk berdahak 4,000 (p-value=0,016) dan hidung tersumbat 4,000 (p-value=0,004) yang berarti terdapat perbedaan yang signifikan pada kondisi batuk berdahak dan hidung tersumbat pada balita.

Peningkatan kebersihan jalan nafas pada anak ISPA dilakukan dengan simulasi terapi uap sederhana. Terapi uap sederhana merupakan cara pemberian obat melalui hidung dengan cara menghirup uap ke dalam saluran pernafasan, menggunakan bahan sederhana dan mudah dilakukan di rumah dan biaya yang lebih terjangkau (Septiana et al., 2023). Terapi uap juga merupakan terapi suportif yang sering kali dianjurkan karena dinilai dapat membantu melegakan saluran napas sehingga kebersihan jalan nafas menjadi efektif. Terapi uap ini sangat baik jika dikombinasikan dengan minyak kayu putih. Minyak kayu putih mengandung chineol yang memberikan efek mukolitik (pengencer dahak), bronchodilating (pelebaran pernafasan), anti inflamasi (Ridwan, 2021). Uap air panas akan mengalami evaporasi dan kondensasi saat dihirup dan masuk ke dalam saluran pernafasan. Uap air yang dihirup dapat meningkatkan transport aliran udara (air flow) dari mulut ke trakea dan bronkus bagian atas sehingga dapat meningkatkan aktifitas mukosiliaris hidung dan membantu pengeluaran lendir. Kedua mekanisme yang ditimbulkan oleh inhalasi uap ini dinilai dapat membantu pernafasan anak ISPA dan mengurangi gejala yang dirasakan (Firdausi, 2020).

### 3. RR, SPO2

Tabel 1.3. Hasil Uji t *pre-post* implementasi

Variabel	N	Mean	SD	t-test	p-value
RR sebelum intervensi	12	26,75	1,765	5,977	0,000
RR setelah intervensi	12	23,92	1,311		
SPO2 sebelum intervensi	12	97,92	0,900	-4,168	0,002
SPO2 setelah intervensi	12	99,00	0,739		

Tabel 1.3 menjelaskan 12 balita mengalami perubahan frekuensi nafas dan kapasitas paru sebelum dan setelah dilakukan intervensi. RR sebelum intervensi memiliki rata-rata nilai 26,75 dengan standar deviasi 1,76. Setelah dilakukan intervensi nilai rata-rata RR 23,92 dengan standar deviasi 1,311. Kapasitas paru sebelum dilakukan intervensi memiliki nilai rata-rata 97,92 dengan standar deviasi 0,9 dan kapasitas paru setelah intervensi memiliki nilai

rata-rata 99,00 dengan standar 0,739. Tabel 1.3 menjelaskan bahwa sebelum dan setelah dilakukan implementasi inhaler sederhana uap air jahe balita signifikan mengalami perubahan RR dengan hasil uji  $t=5,977$  dan nilai  $p\text{-value}=0,000$  ( $p\text{-value} < 0,05$ ).  $SPO_2$  balita juga signifikan mengalami perubahan dengan hasil uji  $t= -4,168$  dan nilai  $p\text{-value} 0,002$  ( $p\text{-value} < 0,05$ ). Nilai  $t$  pada RR menjelaskan bahwa terdapat penurunan frekuensi nafas pada balita antara sebelum diberikan implementasi dan setelah diberikan implementasi. Nilai  $t$  pada  $SPO_2$  menjelaskan bahwa terdapat kenaikan kapasitas paru sebelum diberikan implementasi dan setelah diberikan implementasi.

Menghirup uap air jahe hangat juga dapat membantu meringankan hidung tersumbat dan masalah pernapasan lainnya seperti flu dan pilek. Pemberian uap jahe dapat meningkatkan kapasitas paru pada klien, yang mana dalam penelitian didapatkan hasil terdapatnya peningkatan kapasitas paru pada penderita ISPA. Jahe mengandung senyawa bioaktif yang bermanfaat bagi kesehatan. Memiliki sifat antimikroba yang dapat membantu melawan infeksi bakteri ataupun virus dan efek antiperadangan (Ulfa, 2022).

### **KESIMPULAN**

Hasil penelitian efektifitas inhaler sederhana pembuatan uap air jahe dalam mengurangi gejala ispa pada balita di Desa Kemuningsari lor terbukti efektif, yakni setelah 12 balita dengan gejala ISPA diberikan inhaler uap air jahe mengalami hidung tersumbat berkurang, frekuensi nafas menurun, kapasitas paru meningkat. Diperlukan intervensi lebih lanjut untuk mengurangi gejala ispa yang lain seperti demam dan sakit tenggorokan.

### **DAFTAR PUSTAKA**

- Akbar, Z., Renaldi, R., Dewi, O., Rany, N., & Hamid, A. (2023). Perilaku Pencegahan ISPA di Wilayah Kerja Puskesmas Bunut Kabupaten Pelalawan. *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 9(1), 12–20. <https://doi.org/10.25311/keskom.vol9.iss1.1127>
- Amalia, R. N., Asnifatima, A., & Khodijah Parinduri, S. (2023). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Keluhan Subjektif Gangguan Pernapasan ISPA pada Petani di Kampung Cideruem Kecamatan Caringin Kabupaten Bogor Tahun 2022. *Promotor*, 6(3), 197–203. <https://doi.org/10.32832/pro.v6i3.245>
- Daeli, W. G., Harefa, J. P. N., Lase, M. W., Pakpahan, M., & Lamtiur, A. (2021). Hubungan Pengetahuan Ibu dengan Perilaku Pencegahan ISPA pada Anak Balita di Kampung Galuga. *Jurnal Kedokteran Meditek*, 27(1), 33–38. <https://doi.org/10.36452/jkdoktmeditek.v27i1.1939>
- Firdausi, N. I. (2020). EFEKTIFITAS TERAPI UAP AIR DAN MINYAK KAYU PUTIH TERHADAP BERSIHAN JALAN NAPAS PADA ANAK USIA BALITA PADA PENDERITA INFEKSI SALURAN PERNAPASAN ATAS DI PUSKESMAS LEYANGAN. *Kaos GL Dergisi*, 8(75), 147–154. <https://doi.org/10.1016/j.jnc.2020.125798> <https://doi.org/10.1016/j.smr.2020.02.002> <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/810049> <http://doi.wiley.com/10.1002/anie.197505391> <http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/B9780857090409500205>
- Irawati, Dewiyanti, & Alwi. (2023). Effect of Education Based on Disease Prevention Module Acute Respirational Infection on The Level of Knowledge of Women in Posyandu Paccinongan Working Area of Tino Health Center, Jenepono District. *Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 9(2), 2023.
- Jaybhaye, D. L., Chandra, S., Johar, S., & Nagre, A. S. (2022). Effect of honey and ginger mixture on productive cough in pediatrics patients. *International Journal of Basic & Clinical Pharmacology*, 11(3), 237. <https://doi.org/10.18203/2319-2003.ijbcp20221038>
- Ridwan, M. (2021). *Jurnal Trimas*. 1(1), 19–24.
- Septiana, N., Maulina, & , Ardhia, , Dara. (2023). Pemberdayaan Ibu Dalam Menangani Ispa Pada Anak Dengan Pemanfaatan Terapi Komplementer. *Jurnal Pengabdian Kolaborasi Dan Inovasi IPTEKS*, 1(5), 682–688. <https://doi.org/10.59407/jpki2.v1i5.135>
- Ulfa, E. (2022). Pengaruh Pemberian Uap Jahe Hangat Dan Berkumur Air Garam Terhadap Kapasitas Paru Pada Penderita Ispa Di Puskesmas Kota Bukittinggi Tahun 2021. *Human Care*

*Journal*, 7(1), 122. <https://doi.org/10.32883/hcj.v7i1.1445>

Yusuf, A., Sakti S, R. P., & Cahyadi, I. (2023). Hubungan Perilaku Kebiasaan Merokok di dalam Rumah Terhadap Kejadian Infeksi Saluran Pernapasan atas (ISPA) pada Balita di Puskesmas Pamengkang Kabupaten Cirebon. *Malahayati Nursing Journal*, 5(12), 4457–4471. <https://doi.org/10.33024/mnj.v5i12.12511>

Zuliyanti, N. I., Lailla, J. H., Syuniarita, R., & Satriandhini, M. (2021). PENGETAHUAN DAN PENERIMAAN TERAPI KOMPLEMENTER IBU NIFAS BERBASIS KEARIFAN LOKAL DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS GEBANG KABUPATEN PURWOREJO. *Jurnal Komunikasi Kesehatan*, 12(2). <https://doi.org/10.56772/jkk.v12i2.237>