

Edukasi Pemanfaatan Jahe Merah Pada Penyakit Infeksi Saluran Pernafasan Akut (Ispa)

Novita Anggraini ¹⁾; Sri Pamilia Maharani ²⁾; Dewi Caya Novitri ³⁾; Fery Surahman Saputra ⁴⁾

^{1,2,3,4)} Universitas Dehasen Bengkulu

Email: 1anggraininovita859@gmail.com

ARTICLE HISTORY

Received [08 Januari 2026]

Revised [05 April 2026]

Accepted [10 April 2026]

KEYWORDS

Utilization, Red Ginger, ISPA.

This is an open access article under the [CC-BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license



ABSTRAK

ISPA atau Infeksi Saluran Pernapasan Akut merupakan penyakit infeksi yang dapat mempengaruhi kerja sistem pernapasan manusia. ISPA merupakan infeksi pada struktur pernapasan bagian atas yang disebabkan oleh mikroorganisme termasuk pada rongga hidung, faring, dan laring yang tidak memiliki fungsi pertukaran gas (Mustafa, et.al., 2023). Diperkirakan 13 juta manusia meninggal dunia akibat penyakit ISPA. Beban penyakit sangat bervariasi mulai kurang lebih dari 4 juta dari 13 juta orang dua pertiga dari total global India (48%), Indonesia (38%), Ethiopia (4,4%), Pakistan (4,3%), China (3,5%), Sudan (1,5%), dan Nepal (0,3%). ISPA baru terjadi hampir terjadi setiap bagian dunia, pada tahun 2022 jumlah kasus ISPA terbanyak di dunia terdapat di Asia Tenggara. Sekitar 30 negara penyumbang kasus. (WHO, 2022) Angka kejadian ISPA di Indonesia menunjukkan jumlah yang tergolong tinggi yaitu 166.702 di Tahun 2022 angka ini memenuhi cakupan 53% dari target sasaran 50%. Dari 53% cakupan kejadian ISPA tersebut 31,4% di antaranya terjadi pada balita. ISPA menjadi penyebab utama kematian terbanyak kedua pada kelompok anak balita (12-59 bulan) yaitu sebesar 9,4%. Penyakit ini merupakan infeksi saluran pernapasan akut dengan gejala demam, batuk kurang dari 2 minggu, pilek/ hidung tersumbat dan/atau sakit tenggorokan (Kemenkes RI, 2022). Upaya penanganan ISPA selain dengan pengobatan medis juga dapat didukung menggunakan bahan alami. Kombinasi jahe dan madu terbukti memberikan efek sinergis dalam meredakan gejala ISPA. Jahe merah (*Zingiber officinale* var. *rubrum*) merupakan tanaman herbal yang telah lama dikenal dan digunakan oleh masyarakat Indonesia sebagai bahan pengobatan tradisional. Jahe merah mengandung senyawa aktif seperti gingerol, shogaol, dan zingerone yang memiliki sifat antiinflamasi, antioksidan, dan antimikroba. Kandungan tersebut bermanfaat dalam membantu meredakan gejala ISPA, seperti mengurangi peradangan pada saluran pernapasan, meredakan batuk, serta meningkatkan daya tahan tubuh.

ABSTRACT

Acute Respiratory Tract Infection (ARI) is an infectious disease that can affect the human respiratory system. ARI is an infection of the upper respiratory tract caused by microorganisms, including the nasal cavity, pharynx, and larynx, which lack gas exchange (Mustafa et al., 2023). An estimated 13 million people die from ARI. The disease burden varies widely, ranging from approximately 4 million of the 13 million people in India (48%), Indonesia (38%), Ethiopia (4.4%), Pakistan (4.3%), China (3.5%), Sudan (1.5%), and Nepal (0.3%). New ARIs occur in almost every region of the world. In 2022, Southeast Asia had the highest number of ARI cases worldwide. Approximately 30 countries contributed to the number of cases. (WHO, 2022) The incidence of acute respiratory infections (ARI) in Indonesia is relatively high, reaching 166,702 in 2022. This figure reaches 53% of the 50% target. Of this 53%, 31.4% of ARTI cases occur in toddlers. ARI is the second leading cause of death in children under five (12-59 months), accounting for 9.4%. This disease is an acute respiratory infection with symptoms of fever, cough lasting less than two weeks, runny nose/nasal congestion, and/or sore throat (Ministry of Health, 2022). In addition to medical treatment, ARTI treatment can also be supported by the use of natural ingredients. The combination of ginger and honey has been shown to have a synergistic effect in relieving ARTI symptoms. Red ginger (*Zingiber officinale* var. *rubrum*) is a herbal plant long known and used by Indonesians as a traditional medicine. Red ginger contains active compounds such as gingerol, shogaol, and zingerone, which have anti-inflammatory, antioxidant, and antimicrobial properties. These ingredients are useful in helping relieve symptoms of ARI, such as reducing inflammation in the respiratory tract, relieving coughs, and increasing the body's immune system.

PENDAHULUAN

ISPA merupakan singkatan dari Infeksi Saluran Pernafasan Akut yang diadaptasi dari istilah dalam bahasa Inggris *Acute Respiratory Infection* (ARI). ISPA atau Infeksi Saluran Pernapasan Akut merupakan penyakit infeksi yang dapat mempengaruhi kerja sistem pernapasan manusia. ISPA merupakan infeksi pada struktur pernapasan bagian atas yang disebabkan oleh mikroorganisme termasuk pada rongga hidung, faring, dan laring yang tidak memiliki fungsi pertukaran gas (Mustafa, et.al., 2023).

ISPA atau yang kita ketahui sebagai penyakit pada saluran pernapasan, penyakit ini merupakan infeksi yang terjadi pada saluran pernapasan baik saluran pernapasan atas maupun bawah. Korban penyakit ini adalah semua kalangan usia, mulai dari bayi, remaja, orang dewasa hingga lansia, hal ini terjadi karena ISPA sangat mudah menular. Dari seluruh tingkatan usia, pada usia bayi merupakan usia yang sangat rentan terkena penyakit ini, hal ini terjadi karena bayi belum memiliki kekebalan tubuh yang stabil dan masih rentan terhadap berbagai virus dan bakteri (Ismah, Z, et.al., 2021).

Penyakit ISPA merupakan penyakit yang paling sering menyebabkan kematian terhadap anak balita, sehingga ISPA masih merupakan penyakit yang mengakibatkan kematian yang cukup tinggi, kematian tersebut sebagian besar disebabkan oleh Pneumonia. Sebagai kelompok penyakit, ISPA juga merupakan penyebab utama kunjungan pasien ke sarana kesehatan yakni sebanyak 40%-60% kunjungan berobat di puskesmas dan 15%-30% kunjungan berobat di rumah sakit. Gejala yang sering ditemui adalah batuk pilek, dan kesukaran bernafas. ISPA dapat dibagi menjadi dua bagian yaitu ISPA atas dan ISPA bawah. ISPA terdiri beberapa faktor antara lain faktor lingkungan, faktor individu anak serta faktor perilaku. Diperkirakan 13 juta manusia meninggal dunia akibat penyakit ISPA. Beban penyakit sangat bervariasi mulai kurang lebih dari 4 juta dari 13 juta orang dua pertiga dari total global India (48%), Indonesia (38%), Ethiopia (4,4%), Pakistan (4,3%), China (3,5%), Sudan (1,5%), dan Nepal (0,3%). ISPA baru terjadi hampir terjadi setiap bagian dunia, pada tahun 2022 jumlah kasus ISPA terbanyak di dunia terdapat di Asia Tenggara. Sekitar 30 negara penyumbang kasus. (WHO, 2022).

Angka kejadian ISPA di Indonesia menunjukkan jumlah yang tergolong tinggi yaitu 166.702 di Tahun 2022 angka ini memenuhi cakupan 53% dari target sasaran 50%. Dari 53% cakupan kejadian ISPA tersebut 31,4% di antaranya terjadi pada balita. ISPA menjadi penyebab utama kematian terbanyak kedua pada kelompok anak balita (12-59 bulan) yaitu sebesar 9,4%. Penyakit ini merupakan infeksi saluran pernapasan akut dengan gejala demam, batuk kurang dari 2 minggu, pilek/ hidung tersumbat dan/atau sakit tenggorokan (Kemenkes RI, 2022).

Upaya penanganan ISPA umumnya dilakukan dengan terapi farmakologis. Namun, penggunaan obat secara berlebihan dan tidak rasional dapat menimbulkan efek samping serta meningkatkan risiko resistensi obat. Oleh karena itu, diperlukan alternatif atau terapi pendukung yang aman, mudah diperoleh, dan terjangkau oleh masyarakat, salah satunya melalui pemanfaatan tanaman obat tradisional.

Jahe merah (*Zingiber officinale* var. *rubrum*) merupakan tanaman herbal yang telah lama dikenal dan digunakan oleh masyarakat Indonesia sebagai bahan pengobatan tradisional. Jahe merah mengandung senyawa aktif seperti gingerol, shogaol, dan zingerone yang memiliki sifat antiinflamasi, antioksidan, dan antimikroba. Kandungan tersebut bermanfaat dalam membantu meredakan gejala ISPA, seperti mengurangi peradangan pada saluran pernapasan, meredakan batuk, serta meningkatkan daya tahan tubuh.

Meskipun jahe merah memiliki potensi manfaat yang besar, pengetahuan masyarakat mengenai cara pemanfaatan jahe merah yang benar, aman, dan efektif dalam membantu penanganan ISPA masih terbatas. Banyak masyarakat yang belum memahami dosis, cara pengolahan, serta perannya sebagai terapi pendukung, bukan pengganti pengobatan medis. Oleh karena itu, kegiatan edukasi mengenai pemanfaatan jahe merah pada ISPA sangat penting untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat.

Berdasarkan uraian tersebut, diperlukan suatu kegiatan edukasi tentang pemanfaatan jahe merah sebagai upaya pendukung dalam pencegahan dan penanganan ISPA. Edukasi ini diharapkan dapat membantu masyarakat memanfaatkan potensi tanaman herbal secara tepat guna, aman, dan berbasis pengetahuan, sehingga dapat berkontribusi dalam meningkatkan derajat kesehatan masyarakat.

METODE

Metode penyuluhan yang digunakan dalam kegiatan edukasi pemanfaatan jahe merah pada penyakit Infeksi Saluran Pernapasan Akut (ISPA) di Desa Kunduran Kecamatan Ulu Musi adalah metode edukatif dan partisipatif yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan serta pemahaman masyarakat. Adapun metode yang digunakan meliputi:

1. Ceramah (Penyampaian Materi)

Metode ceramah digunakan untuk menyampaikan informasi dasar mengenai ISPA, meliputi pengertian, penyebab, gejala, faktor risiko, serta upaya pencegahan. Selain itu, disampaikan pula materi tentang jahe merah, kandungan zat aktif, manfaat jahe merah dalam membantu meredakan gejala ISPA, serta perannya sebagai terapi pendukung. Penyampaian materi dilakukan secara sederhana dan menggunakan bahasa yang mudah dipahami oleh peserta.

2. Diskusi dan Tanya Jawab

Metode diskusi dan tanya jawab digunakan untuk meningkatkan keaktifan peserta serta menggali pemahaman mereka terhadap materi yang telah disampaikan. Peserta diberikan kesempatan untuk bertanya mengenai pemanfaatan jahe merah, cara pengolahan, dosis yang aman, serta hal-hal yang perlu diperhatikan dalam penggunaannya. Metode ini diharapkan dapat meluruskan kesalahpahaman yang mungkin ada di masyarakat.

3. Demonstrasi

Demonstrasi dilakukan dengan memperagakan secara langsung cara pengolahan jahe merah yang benar dan aman, misalnya pembuatan minuman jahe merah sebagai terapi pendukung ISPA. Melalui

metode ini, peserta dapat melihat dan memahami langkah-langkah pengolahan, takaran bahan, serta cara konsumsi yang tepat.

4. Media Penyuluhan

Media yang digunakan dalam penyuluhan meliputi leaflet, poster, dan presentasi (PowerPoint) yang berisi informasi singkat dan menarik mengenai ISPA dan pemanfaatan jahe merah. Media ini berfungsi sebagai alat bantu penyampaian materi sekaligus sebagai bahan bacaan yang dapat dibawa pulang oleh peserta.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Aktivitas

Hasil kegiatan penyuluhan tentang ISPA pada Balita di Dusun II Kesa Kunduran Kecamatan Ulu Musi Kabupaten Empat Lawang, yaitu rata-rata pengetahuan pre-test tentang ISPA sebelum diberikan penyuluhan tentang penyakit ISPA adalah 24 dalam kategori cukup. Kemudian rata-rata pengetahuan post-test ibu-ibu yang mempunyai balita tentang ISPA setelah diberikan penyuluhan tentang penyakit ISPA adalah 18 dalam kategori baik.

Tabel 1

No.	Kuesioner	Rata-Rata Nilai	Kategori
1.	Kuesioner Pre-Test	24	Cukup
2.	Kuesioner Post-Test	18	Baik

Penyelesaian Masalah

Permasalahan utama yang dihadapi masyarakat terkait penyakit Infeksi Saluran Pernapasan Akut (ISPA) di Desa Kunduran Kecamatan Ulu Musi adalah tingginya angka kejadian ISPA serta masih rendahnya pengetahuan masyarakat mengenai pencegahan dan penanganan ISPA secara tepat. Selain itu, pemanfaatan tanaman obat tradisional seperti jahe merah belum dilakukan secara optimal dan sering kali belum sesuai dengan cara pengolahan serta dosis yang aman.

Upaya penyelesaian masalah dilakukan melalui kegiatan edukasi kesehatan mengenai pemanfaatan jahe merah sebagai terapi pendukung dalam penanganan ISPA. Edukasi ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat tentang ISPA, mulai dari penyebab, gejala, hingga langkah pencegahannya. Dengan pemahaman yang baik, masyarakat diharapkan mampu melakukan tindakan pencegahan sejak dini dan mengenali kapan harus mencari pelayanan kesehatan.

Selain itu, penyelesaian masalah dilakukan dengan memberikan informasi yang benar dan berbasis pengetahuan mengenai jahe merah, meliputi manfaat, kandungan, cara pengolahan, serta aturan konsumsi yang aman. Demonstrasi pengolahan jahe merah juga diberikan agar masyarakat dapat mempraktikkan secara langsung pemanfaatannya di rumah sebagai terapi pendukung, bukan sebagai pengganti pengobatan medis.

Untuk memastikan keberhasilan kegiatan, dilakukan evaluasi melalui tanya jawab dan penilaian sebelum dan sesudah penyuluhan. Evaluasi ini bertujuan untuk mengukur peningkatan pengetahuan peserta serta efektivitas kegiatan edukasi. Dengan adanya edukasi yang berkelanjutan, diharapkan masyarakat dapat memanfaatkan jahe merah secara bijak dan tepat, sehingga dapat membantu mengurangi keluhan ISPA dan meningkatkan derajat kesehatan masyarakat

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Kegiatan edukasi pemanfaatan jahe merah pada penyakit Infeksi Saluran Pernapasan Akut (ISPA) dapat meningkatkan pengetahuan dan pemahaman masyarakat mengenai ISPA serta upaya penanganannya. Melalui penyuluhan yang dilakukan, masyarakat menjadi lebih memahami penyebab, gejala, dan cara pencegahan ISPA secara tepat.

Selain itu, edukasi mengenai pemanfaatan jahe merah memberikan wawasan kepada masyarakat tentang manfaat jahe merah sebagai terapi pendukung dalam membantu meredakan gejala ISPA. Masyarakat juga memperoleh pengetahuan mengenai cara pengolahan dan aturan konsumsi jahe merah yang aman dan benar, sehingga dapat dimanfaatkan secara optimal tanpa menggantikan pengobatan medis.

Dengan meningkatnya pengetahuan dan kesadaran masyarakat, diharapkan pemanfaatan jahe merah dapat dilakukan secara bijak sebagai bagian dari upaya promotif dan preventif kesehatan. Edukasi

ini berpotensi mendukung penurunan keluhan ISPA serta meningkatkan derajat kesehatan masyarakat secara berkelanjutan.

Saran

1. Secara teoritis
Dapat memberikan pengetahuan tentang penyakit Infeksi Saluran Pernapasan Akut.
2. Secara praktik
Para warga memiliki pengetahuan dan informasi tentang ISPA pada masyarakat. Terutama bagi para warga yang berada di Desa Kunduran Kecamatan Ulu Musi.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kegiatan edukasi pemanfaatan jahe madu pada penyakit infeksi saluran pernafasan akut (ISPA) ini dilakukan di Desa Kunduran Kecamatan Ulu Musi pada tanggal 13 November s/d 13 Desember 2025. Dalam proses Kuliah Kerja Nyata (KKN) Tematik dan penulisan laporan ini, kami banyak mendapat bantuan moral maupun material dari berbagai pihak.

DAFTAR PUSTAKA

- Gusti Ayu. (2023). *Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Seimbang Dengan Upaya Pencegahan Stunting Pada Balita Di Desa Batu Agung, Kecamatan Jembrana*.
- Ismah, Z, Harahap, N, Aurallia, N, et.al. 2021. *Buku Ajar Epidemiologi Penyakit Menular Jilid 1*. Medan : Yayasan Markaz Khidmat Al- Islam.
- Kemendes RI. 2022b. *Pencegahan Dan Pengendalian Penyakit Menular 2022*. Jakarta : Kementerian kesehatan RI.
- Kemendes RI. 2022. *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2021*. Jakarta: Kementerian kesehatan RI.
- Khoiriyah, H., & Ismarwati, I. (2023). Faktor Kejadian Stunting Pada Balita. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 12(01), 28–40.
- Mustafa, M. K., Herlina S. S. Indro S, A Bungawati,. 2021. *Pencemaran Udara dan ISPA*. Purbalingga : Eureka Media Aksara.
- Purnama S, G,. (Ed). 2016. *Penyakit Berbasis Lingkungan*. Denpasar : Ministry Of Health.
- Situmeang, L. 2023. *Pencegahan Dan Pengendalian Ispa*. Jawa Tengah : Cv.Eureka Media Aksara.
- WHO. 2022. Pencegahan dan pengendalian infeksi saluran pernapasan akut (ISPA). *World Health Organization*. <https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/69707/?sequence=14>
World Health Organization 2022.