

## **Penguatan pencegahan ISPA dengan wedang jahe halal pada anak melalui pemberdayaan ibu balita di Posyandu Mardi Rahayu 2b Mangkang Semarang**

**Tri Diana Puspita Rini<sup>1</sup>, Rissa Maharani Dewi<sup>2</sup>, Shelomita Risti Oktavia<sup>1</sup>, Dayyana Rizkya Hanum<sup>1</sup>**

<sup>1</sup>Program Sudi Sarjana Farmasi, Fakultas Farmasi, Universitas Islam Sultan Agung Semarang, Indonesia

<sup>2</sup>Program Sudi Profesi Apoteker, Fakultas Farmasi, Universitas Islam Sultan Agung Semarang, Indonesia

Penulis korespondensi : Tri Diana Puspita Rini

E-mail : tridianapuspita@unissula.ac.id

Diterima: 26 April 2025 | Direvisi: 06 Mei 2025 | Disetujui: 07 Mei 2025 | Online: 07 Mei 2025

© Penulis 2025

### **Abstrak**

Infeksi Saluran Pernapasan Akut (ISPA) merupakan salah satu masalah kesehatan yang sering menyerang anak balita, terutama di lingkungan dengan paparan polusi tinggi dan kondisi imun yang lemah. Pencegahan ISPA tidak hanya bergantung pada layanan medis, namun juga dapat diperkuat melalui pendekatan herbal alami yang aman dan halal. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu balita dalam mencegah ISPA melalui pemanfaatan wedang herbal halal sebagai imunostimulan alami. Program dilaksanakan di Posyandu Mardi Rahayu 2B, Kelurahan Mangkang, Kota Semarang, dengan metode penyuluhan materi ISPA, pelatihan pembuatan wedang jahe, pembagian leaflet, serta sesi diskusi dan tanya jawab kepada ibu balita sebagai sasaran dalam penguatan pencegahan ISPA. Hasil pengabdian masyarakat ini menunjukkan adanya peningkatan pemahaman ibu balita mengenai ISPA dan keterampilan mereka dalam meracik wedang herbal secara mandiri. Program ini diharapkan dapat menjadi model pemberdayaan masyarakat berbasis potensi lokal untuk mendukung kesehatan anak secara preventif dan berkelanjutan.

**Kata kunci:** ISPA; balita; wedang herbal; pemberdayaan ibu; posyandu; pengabdian masyarakat

### **Abstract**

Acute Respiratory Infections (ARI) are among the most common health problems affecting toddlers, particularly in areas with high pollution exposure and weakened immune systems. ARI prevention can be strengthened not only through medical intervention but also through the use of natural and halal herbal remedies. This community service program aimed to enhance the knowledge and skills of mothers with toddlers in preventing ARI through the utilization of halal herbal beverages as natural immune boosters. The program was conducted at Posyandu Mardi Rahayu 2B, Mangkang Subdistrict, Semarang City, and included educational sessions on ARI, hands-on training in preparing ginger herbal drinks (wedang jahe), leaflet distribution, and an open discussion and Q&A session. The results showed an increase in both awareness and practical skills among participants in using herbal remedies to support their children's health. This initiative is expected to serve as a community-based empowerment model that utilizes local potential to promote preventive and sustainable child health practices.

**Keywords:** ARI; toddlers; herbal drink; women empowerment; posyandu

## PENDAHULUAN

Penemuan kasus ISPA di Kota Semarang tahun 2023 berdasarkan data Dinkes Kota Semarang mencapai 252.767 kasus, dimana 69.833 kasus tersebut diantaranya balita. Berdasarkan data Kementerian Kesehatan RI, ISPA menyumbang sekitar 20-30% dari seluruh kunjungan rawat jalan anak di fasilitas kesehatan (Kemenkes RI, 2021). ISPA merupakan suatu mekanisme inflamasi yang menyerang pada bagian tenggorokan, hidung, dan paru-paru. Gejala awal pada ISPA bisa meliputi demam, pilek, sakit tenggorokan, batuk kering, atau bahkan batuk berlendir. Penyebab ISPA bisa berasal dari berbagai jenis bakteri seperti *Staphylococcus*, *Pneumococcus*, *Streptococcus*, *Hemovillus*, *Corynebacterium* dan *Bordetella*. Selain itu, virus juga dapat menjadi penyebab ISPA antara lain *Adenovirus*, *Microvirus*, *Picomavirus*, *Herpesvirus*, dan *Coronavirus* (Asyiroh et al, 2021). Kondisi ini diperparah oleh rendahnya pengetahuan masyarakat, khususnya ibu balita, terkait upaya pencegahan dini dan pemanfaatan bahan alami yang aman serta mudah dijangkau.

Mangkang Wetan merupakan kelurahan dengan luas kurang lebih sebesar 3,93 km<sup>2</sup>. Kelurahan tersebut berada pada kecamatan Tugu Kota Semarang Jawa Tengah. Penduduk Kelurahan Mangkang Wetan sebesar 7.043 jiwa/km<sup>2</sup> dengan jumlah RT (Rukun Tetangga) sebanyak 41 dan Rukun Warga sebanyak 7 macam (data Agustus 2019 dalam geografis penduduk) (BPS, 2023). Kelurahan Mangkang Wetan mempunyai 11 posyandu balita salah satunya Posyandu Mardi Rahayu 2B Mangkang Semarang. Setiap sebulan sekali posyandu tersebut memberikan kegiatan untuk balita memonitor tumbuh kembang balita. Jumlah kader dari Posyandu Mardi Rahayu 2B Mangkang Semarang sebanyak 15 orang dengan memantau serta memonitor tumbuh kembang 60 anak dibantu juga oleh petugas Puskesmas Mangkang Semarang.

Ibu-ibu pendamping Posyandu Mardi Rahayu 2B Mangkang Semarang akan dijadikan sebagai sasaran untuk dilibatkan pada kegiatan pengabdian ini. Tingkat pendidikan menengah kebawah berdasarkan observasi oleh pengusul. Melihat kondisi tersebut, maka perlu dilakukannya kegiatan pengabdian ini karena diharapkan ibu pendamping balita dapat mengerti dan mengaplikasikan langsung dalam pencegahan ISPA.

Pengobatan tradisional sudah dikenal hampir diseluruh di belahan dunia, baik negara afrika, asia, amerika, china, maupun di Indonesia (Nurningsih, 2021). Jahe (*Zingiber officinale*) merupakan salah satu tanaman herbal yang dikenal memiliki efek imunostimulan dan antiinflamasi. Konsumsi wedang jahe secara rutin terbukti dapat membantu menjaga daya tahan tubuh, terutama pada anak-anak yang rentan terhadap serangan ISPA (Astuti et al., 2022). Wedang jahe yang ditambahkan dengan madu merupakan pengobatan tradisional yang efektif dan aman untuk ISPA. Tanaman herbal jahe mampu mengobati batuk karena minyak atsiri yang terkandung didalamnya. Sementara untuk madu mengandung antibiotic alami yang mampu mengatasi gejala yang di timbulkan akibat ISPA. Dengan mekanisme dari masing-masing komponen di atas, maka dengan di kombinasikan antara jahe dan madu tidak hanya memberikan manfaat kesehatan, tetapi juga bisa menambahkan cita rasa yang nikmat sehingga wedang jahe dan madu tersebut dapat menurunkan gejala ISPA tanpa menimbulkan efek samping (Novikasari, 2021).

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa kelompok yang diberikan jahe mampu menurunkan keparahan batuk yang signifikan (Suryani, 2022). Selain itu, pemberian jahe dalam pengobatan komplementer mampu menurunkan batuk pada penderita ISPA (Arianti, 2021). Penggunaan tanaman herbal merupakan perilaku Kesehatan yang dipengaruhi oleh beberapa factor seperti predisposisi, factor pendukung, dan factor penguat (Notoatmojo, 2012). Faktor yang berkaitan dengan tingkat kepatuhan meliputi usia, Pendidikan, pekerjaan, minat, pengalaman kebudayaan, dan informasi. Dalam penguatan penggunaan wedang herbal untuk pencegahan ISPA pada anak, maka perlu adanya peningkatan pengetahuan tentang ISPA dan tanaman herbal pada Ibu. Peningkatan pengetahuan ini sebagai upaya untuk menyampaikan kepada masyarakat, kelompok, ataupun individu yang salah satu medianya berisikan informasi dalam bentuk kalimat, gambar, atau keduanya (wulandari, 2020).

Posyandu sebagai salah satu pusat pelayanan kesehatan berbasis masyarakat memiliki potensi besar untuk menjadi media edukasi dan pemberdayaan yang efektif. Oleh karena itu, kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk memperkuat upaya pencegahan ISPA melalui pelatihan dan

Penguatan pencegahan ISPA dengan wedang jahe halal pada anak melalui pemberdayaan ibu balita di Posyandu Mardi Rahayu 2b Mangkang Semarang

pendampingan ibu balita dalam meracik serta mengedukasi konsumsi wedang jahe halal di Posyandu Mardi Rahayu 2B Mangkang, Semarang.

## METODE

Metode dalam kegiatan pengabdian masyarakat melalui pemaparan materi serta pelatihan pembuatan wedang jahe, dan tanya jawab dan diskusi. Peserta terdiri dari ibu-ibu yang mempunyai anak balita yang rutin mengikuti posyandu setiap bulan dengan jumlah 60 orang. Kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan di posyandu Mardi Rahayu mangkang wetan kota semarang pada tanggal 12 oktober 2024. Kegiatan diawali dengan pemaparan materi melalui leaflet/ brosur terkait cara pencegahan ISPA. Selanjutnya dilakukan pelatihan pembuatan wedang jahe serta dilanjutkan dengan sesi tanya jawab dan diskusi (Gambar 1). Hasil pengabdian masyarakat yang berasal dari partisipan dalam pemahaman materi yang diberikan dilakukan evaluasi kuantitatif dengan pendekatan pra-pasca dengan uji statistic deskriptif.



**Gambar 1.** Tahapan pelaksanaan pengabdian masyarakat

## HASIL DAN PEMBAHASAN

ISPA hingga saat ini masih menjadi masalah kesehatan utama di Indonesia, khususnya pada anak balita. Berdasarkan data Kementerian Kesehatan RI (2022), ISPA merupakan penyebab tertinggi kunjungan ke fasilitas layanan kesehatan, terutama di puskesmas dan posyandu. Salah satu strategi penting dalam mengurangi beban penyakit ini adalah melalui pencegahan berbasis keluarga dan komunitas, khususnya ibu sebagai pengasuh utama anak (Kemenkes RI, 2022).

Kegiatan pengabdian masyarakat merupakan bentuk implementasi ilmu pengetahuan farmasi untuk memberdayakan masyarakat secara langsung. Kegiatan ini menggunakan metode pemaparan materi edukatif, pelatihan pembuatan wedang jahe, dan sesi tanya jawab untuk diskusi. Pemaparan materi ini bertujuan untuk memberikan pemahaman dasar ibu-ibu balita mengenai pentingnya pencegahan ISPA dan peran tanaman herbal seperti jahe dalam menjaga daya tahan tubuh anak. Materi disampaikan secara verbal melalui ceramah yang dilengkapi dengan media visual seperti leaflet agar informasi dapat diserap secara efektif. Hal ini mendukung peningkatan literasi Kesehatan yang merupakan komponen penting dalam perubahan perilaku hidup sehat (Putri & handayani, 2021).

Setelah penyampaian materi, peserta diajak untuk melakukan praktik langsung pembuatan wedang jahe yang merupakan minuman tradisional yang berkhasiat sebagai immunomodulator alami. Tujuan dilakukan pelatihan yaitu peserta tidak hanya mengetahui manfaat jahe, tetapi juga mampu mengolah secara mandiri untuk di terapkan di rumah. Selanjutnya, sesi diskusi interaktif untuk mengajukan pertanyaan, berbagai pengalaman, dan menyampaikan kendala terkait praktik Kesehatan keluarga. Diskusi ini menjadi klarifikasi terhadap informasi yang diberikan serta memperkuat

hubungan tim pengabdian dengan ibu-ibu balita. Metode gabungan ini mampu meningkatkan aspek pengetahuan, sikap, dan keterampilan peserta yang tercermin pada Tabel 1.

**Tabel 1.** Hasil Evaluasi Partisipasi dan Dampak Edukasi Kesehatan ISPA pada Ibu Balita

Aspek Penilaian	Sebelum Kegiatan (%)	Setelah Kegiatan (%)
Mengetahui gejala dan penyebab ISPA	40	92
Mengetahui cara pencegahan ISPA di rumah	45	95
Tertarik menggunakan herbal alami (wedang jahe) untuk menjaga daya tahan anak	50	90
Mampu meracik wedang jahe dengan benar	30	88
Merasa Posyandu adalah media efektif untuk edukasi kesehatan	65	98

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan di Posyandu Mardi Rahayu 2B menunjukkan bahwa pemberdayaan ibu balita melalui edukasi dan pelatihan berbasis tanaman herbal memiliki dampak positif terhadap peningkatan pengetahuan dan keterampilan dalam pencegahan Infeksi Saluran Pernapasan Akut (ISPA) pada anak (**Tabel 1**). Peningkatan pengetahuan tentang ISPA ditunjukkan dengan ibu yang memahami gejala dan penyebab ISPA. Adanya penyuluhan yang diberikan mampu mengisi kesenjangan informasi yang sebelumnya belum dimiliki peserta. Peningkatan ini sejalan dengan pendapat Notoatmodjo (2012) yang menyatakan bahwa edukasi kesehatan memiliki peran penting dalam merubah perilaku masyarakat melalui peningkatan pengetahuan. Selain itu, Hal ini menandakan bahwa edukasi kesehatan yang diberikan secara langsung, sederhana, dan kontekstual mampu meningkatkan literasi kesehatan secara signifikan (Putri & Permatasari, 2018).

Pengetahuan tentang cara pencegahan ISPA, seperti menjaga kebersihan, meningkatkan imunitas, dan menghindari paparan asap rokok, meningkat dari 45% menjadi 95%. Hal ini membuktikan bahwa metode penyuluhan yang interaktif dan praktis memberikan pemahaman yang lebih mendalam kepada peserta. Minat terhadap wedang herbal jahe yang meningkat ini mencerminkan bahwa minuman herbal yang halal, alami, dan mudah dibuat menjadi solusi yang dapat diterima masyarakat dalam mencegah ISPA secara alami, seperti dijelaskan oleh Mashhadi et al. (2013) bahwa jahe memiliki efek antiinflamasi dan imunostimulan yang bermanfaat dalam mencegah penyakit saluran pernapasan. Minuman ini aman dikonsumsi oleh anak-anak jika disajikan dalam bentuk yang ringan dan tanpa bahan tambahan berbahaya. Pemanfaatan tanaman herbal sebagai alternatif preventif juga sejalan dengan konsep WHO mengenai *traditional medicine integration* dalam sistem kesehatan primer (WHO, 2013). Dalam konteks ini, pemberdayaan ibu melalui pelatihan herbal menjadi langkah tepat dan efisien untuk kesehatan komunitas. Ini menunjukkan bahwa pelatihan praktis berbasis pengalaman langsung memiliki dampak yang tinggi terhadap pemberdayaan masyarakat (Yunita et al., 2020). Sebelumnya hanya 30% yang pernah membuat atau meracik wedang jahe kemudian setelah pelatihan langsung, 88% peserta mampu membuatnya sendiri. Hal ini menunjukkan bahwa pendekatan melalui *learning by doing* sangat efektif dalam meningkatkan keterampilan praktis masyarakat.

Sebanyak 98% ibu menyatakan bahwa Posyandu merupakan media yang efektif untuk menerima edukasi kesehatan. Hal ini menunjukkan bahwa pendekatan berbasis komunitas lokal seperti Posyandu tetap relevan dan berdaya guna, terutama dalam menyampaikan informasi kesehatan secara partisipatif (Rahmawati & Astuti, 2019). Posyandu memiliki potensi luar biasa sebagai pusat pemberdayaan kesehatan masyarakat. Pendekatan ini konsisten dengan konsep *community-based health promotion* dari WHO (2013), di mana kesehatan masyarakat dapat ditingkatkan melalui partisipasi aktif komunitas lokal. Studi dari Angraini et al. (2020) menunjukkan bahwa keterlibatan aktif ibu dalam

Penguatan pencegahan ISPA dengan wedang jahe halal pada anak melalui pemberdayaan ibu balita di Posyandu Mardi Rahayu 2b Mangkang Semarang

kegiatan posyandu berkorelasi positif dengan perilaku hidup bersih dan sehat, termasuk dalam pencegahan ISPA.

Meskipun kegiatan berjalan lancar, beberapa peserta masih menyampaikan kendala seperti waktu yang terbatas dan keraguan akan efektivitas herbal. Oleh karena itu, perlu dukungan berkelanjutan dari pihak puskesmas, kader, dan akademisi untuk memastikan pengetahuan yang diberikan tetap diimplementasikan dan berkembang.



Gambar 2. a). Pemaparan mengenai ISPA; b). Perlengkapan pelatihan pembuatan wedang jahe

## SIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilaksanakan di Posyandu berhasil meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu balita dalam pencegahan ISPA pada anak melalui pendekatan edukatif dan pelatihan praktis meracik wedang jahe halal. Mayoritas peserta menunjukkan peningkatan pemahaman mengenai gejala dan penyebab ISPA, serta menunjukkan ketertarikan dan kemampuan dalam mengaplikasikan ramuan tradisional berbasis jahe sebagai upaya menjaga daya tahan tubuh anak. Selain itu, Posyandu terbukti menjadi media efektif dalam pemberdayaan dan penyebaran informasi kesehatan berbasis komunitas.

Diperlukan program lanjutan secara berkala agar pengetahuan dan praktik kesehatan ibu balita dapat terus diperbarui dan terinternalisasi dengan baik. Padanya kerja sama lebih lanjut antara tenaga kesehatan, tokoh masyarakat, dan lembaga keagamaan untuk mendukung validitas kehalalan dan efektivitas penggunaan herbal tradisional.

## UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis mengucapkan terimakasih kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat (LPPM) Universitas Islam Sultan Agung yang telah mendanai kegiatan pengabdian masyarakat ini serta kepada ibu Hj. Riyantiningsih, S.Si sebagai ketua kader posyandu Mardi Rahayu Mangkang Wetan yang telah memberikan kesempatan bagi kami dalam melakukan kegiatan pengabdian masyarakat mengenai Penguatan Pencegahan ISPA dengan Wedang Jahe Halal pada Anak Melalui Pemberdayaan Ibu Balita di Posyandu Mardi Rahayu 2B Mangkang Semarang.

## DAFTAR RUJUKAN

- Dinkes Kota Semarang. (2023). Kewaspadaan Pneumonia Misterius di Kota Semarang. <https://dinkes.semarangkota.go.id/content/post/374> . Diakses pada 12 Agustus 2024
- BPS Kota Semarang. (2024). Luas Wilayah, Jumlah Penduduk, dan Kepadatan Penduduk (Jiwa/km<sup>2</sup>), 2021-2023. <https://semarangkota.bps.go.id/indicator/12/48/1/luas-wilayah-jumlah-penduduk-dan-kepadatan-penduduk.html>. Diakses pada 12 Agustus 2024
- Anggraini, R. N., Wahyuningsih, E., & Lestari, D. A. (2020). *Hubungan partisipasi ibu dalam kegiatan posyandu dengan perilaku hidup bersih dan sehat balita*. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 8(2), 124-131.

Penguatan pencegahan ISPA dengan wedang jahe halal pada anak melalui pemberdayaan ibu balita di Posyandu Mardi Rahayu 2b Mangkang Semarang

- Astuti, R., Nurhayati, N., & Wibowo, A. (2022). *Efektivitas Minuman Herbal Jahe terhadap Imunitas Tubuh Anak Usia Dini*. *Jurnal Gizi dan Kesehatan*, 14(1), 23–30.
- Asyiroh, H., Setyoningrum, R. A., Fatmaningrum, W., & Utomo, B. (2021). Risk Factors Of Recurrent Upper Respiratory Tract Infection In Children Aged 3-60 Months At Primary Healthcare Centers (Puskemas) In Gresik. *Jurnal Respirasi*, 7(1), 8. <https://doi.org/10.20473/jr.v7-i.1.2021.8-13>
- Arianti L, Yulita RS, Rilysni, Setiawati, Kusumaningsih D, Wandini R. (2021) Ketidakefektifan Bersihan Jalan Napas Pada Balita Infeksi Saluran Pernapasan Akut (Ispa) Dengan Menggunakan Terapi Rebusan Jahe Madu Di Margorejo Kecamatan Metro Selatan Kota Metro. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, P- ISSN:2615-0921 E-ISSN: 2622-6030 VOLUME 4 NOMOR 1
- Kementerian Kesehatan RI. (2022). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2021*. Jakarta: Kemenkes.
- Mashhadi, N. S., Ghiasvand, R., Askari, G., Hariri, M., Darvishi, L., & Mofid, M. R. (2013). *Anti-oxidative and anti-inflammatory effects of ginger in health and physical activity: Review of current evidence*. *International Journal of Preventive Medicine*, 4(Suppl 1), S36–S42.
- Nurningsih S, M. Noer, R., Sherly Mutiara, Endah Hapsari, Neni Triana, & Istini. (2021). ARTIs Prevention Efforts at Paya Lebar Village. *International Journal Of Community Service*, 1(1), 35–41. <https://doi.org/10.51601/ijcs.v1i1.4>
- Notoatmodjo S. 2012. *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: PT Rineka Cipta
- Novikasari, L., Setiawati, S., & Sugiantoro, M. F. (2021). Asuhan Keperawatan Infeksi Saluran Pernapasan Akut (Ispa) Pada Anak Dengan Menggunakan Jahe Merah Dan Madu. *Journal of public health concerns*, 1(4), 199–207. <https://doi.org/10.56922/phc.v1i4.139>
- Putri, A. R., & Handayani, L. (2021). Edukasi Pencegahan ISPA melalui Pemanfaatan Tanaman Herbal di Masyarakat. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 6(1), 55–61. <https://doi.org/10.25077/jpkm.6.1.55-61.2021>
- Putri, A. R., & Permatasari, R. (2018). Pengaruh Edukasi Kesehatan Terhadap Pengetahuan Ibu Tentang ISPA Pada Balita. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 10(2), 95–102.
- Rahmawati, Y., & Astuti, W. (2019). Efektivitas Posyandu dalam Peningkatan Pengetahuan Ibu Tentang Gizi dan Kesehatan Anak. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Andalas*, 13(1), 14–22.
- Suryani, L., Zakiah Zulfa, S., Studi Kebidanan, P. S., & Payung Negeri Pekanbaru, Stik. (n.d.- a). Al-Tamimi Kesmas Pengaruh Pemberian Jahe Merah Terhadap Gangguan Pernapasan Pasien Ispa Pada Balita Di Puskesmas Payung Sekaki Tahun 2022. *Journal of Public Health Sciences*
- World Health Organization (WHO). (2013). *Traditional Medicine Strategy 2014–2023*. Geneva: WHO Press.
- Wulandari, H, Kusumastuti, i. (2020) Peran Bidan, Peran Kader, Dukungan Keluarga dan Motivasi Ibu Terhadap Perilaku Ibu dalam Pencegahan Stunting. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*. Vol. 19 No. 2 Tahun 2020. P-ISSN: 1412-2804. E-ISSN: 2354-8207
- Yunita, E., Fitriani, L., & Wulandari, D. (2020). Pemberdayaan Kesehatan Masyarakat Melalui Pengolahan Minuman Herbal Tradisional. *Jurnal Abdimas Kesehatan*, 2(1), 23–29.