



Sosialisasi Pemberian Jahe Madu Untuk Mengurangi Ispa Pada Anak Di Wilayah RT. 04 Kelurahan Ponorogo Kec. Lubuklinggau Utara 2

**Wulan Dari¹, Eka Susi Widyawati², Dwi Cahya Novita Sari³, Sintia Ana Dwita⁴, Sella Rindian⁵
Danur Azissah⁶**

^{1,2,3,4,5,6} Universitas Dehasen Bengkulu

e-mail : yosepwulan@gmail.com

Received [25-11-2025]

Revised [29-12-2025]

Accepted [31-12-2025]

Abstract. Acute Respiratory Infection (ARI) remains one of the most common health problems affecting children, particularly those of preschool age. Proper early management is essential to reduce symptoms and prevent further complications. Ginger and honey are natural ingredients known for their anti-inflammatory, antibacterial, and immune-boosting properties, making them suitable alternatives for alleviating ARI symptoms. This socialization activity aimed to improve mothers' knowledge regarding the benefits of ginger-honey preparations and their application in managing mild ARI in children. The program was conducted in RT 04, Ponorogo Village, Lubuklinggau Utara II District, and was attended by 15 participants. An evaluation was carried out on a three-year-old child named Nadira Al-Maida who experienced ARI symptoms. The results showed that after receiving ginger-honey treatment routinely, symptoms such as coughing and nasal congestion significantly decreased, sleep quality improved, and daily activities became more stable. These findings indicate that ginger-honey preparation can serve as an effective, safe, and easily applied early intervention for ARI. The socialization activity proved effective not only in increasing community knowledge but also in demonstrating a direct positive impact on child health.

Keywords: *ARI, Ginger Honey, Children.*

Abstrak. Infeksi Saluran Pernapasan Akut (ISPA) merupakan salah satu masalah kesehatan yang sering dialami anak, terutama pada usia balita. Penanganan awal yang tepat dapat membantu menurunkan gejala dan mencegah kondisi semakin berat. Jahe dan madu merupakan bahan herbal yang memiliki sifat antiinflamasi, antibakteri, dan imunostimulator sehingga efektif digunakan dalam mengurangi gejala ISPA. Kegiatan sosialisasi ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan ibu mengenai manfaat ramuan jahe madu dan penerapannya dalam penanganan ISPA ringan pada anak. Sosialisasi dilaksanakan di wilayah RT 04 Kelurahan Ponorogo Kecamatan Lubuklinggau Utara II dan diikuti oleh 15 orang peserta. Evaluasi dilakukan terhadap satu anak bernama Nadira Al-Maida berusia 3 tahun yang mengalami gejala ISPA. Hasil evaluasi menunjukkan bahwa setelah pemberian jahe madu secara rutin, gejala batuk dan pilek berkurang, kualitas tidur meningkat, serta aktivitas harian menjadi lebih baik. Hal ini menunjukkan bahwa pemberian jahe madu dapat menjadi alternatif penanganan awal ISPA yang aman, mudah diterapkan, dan diterima oleh masyarakat. Kegiatan sosialisasi ini dinilai efektif karena tidak hanya meningkatkan pengetahuan, tetapi juga memberikan dampak kesehatan secara langsung.

Kata kunci: *ISPA, Jahe Madu, Anak.*

PENDAHULUAN

Infeksi Saluran Pernapasan Akut (ISPA) merupakan salah satu masalah kesehatan yang sering terjadi pada anak-anak dan menjadi penyebab utama morbiditas serta absensi sekolah di berbagai wilayah Indonesia (Arba'atin et al., 2023). ISPA dapat menyerang bagian saluran napas mulai dari hidung hingga alveoli sehingga menyebabkan gejala seperti batuk, pilek, sesak napas, demam, dan penurunan kondisi tubuh. Sistem kekebalan tubuh anak yang masih berkembang membuat mereka lebih rentan terpapar agen penyebab ISPA, baik berupa virus maupun bakteri (Septiana & Maulina, 2023).

Tingginya angka ISPA pada anak dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti perubahan cuaca, paparan asap rokok, polusi udara, sanitasi lingkungan yang tidak optimal, serta gizi yang kurang baik. Kondisi tersebut diperparah apabila penanganan tidak dilakukan dengan tepat, sehingga ISPA dapat berkembang menjadi penyakit yang lebih serius. Untuk mengatasi masalah tersebut, upaya pencegahan menjadi langkah yang sangat penting, baik melalui peningkatan imunitas tubuh anak maupun perubahan gaya hidup yang lebih sehat (Haloho et al., 2023).

Selain penanganan medis, penggunaan bahan alami sebagai terapi pendukung telah lama dikenal dalam pengobatan tradisional. Jahe merupakan salah satu bahan herbal yang memiliki kandungan gingerol, shogaol, dan zingeron yang bersifat anti-inflamasi, antimikroba, serta mampu meningkatkan kehangatan tubuh. Konsumsi jahe dapat membantu melegakan saluran napas, mengurangi lendir, dan memperlancar peredaran darah. Di sisi lain, madu merupakan cairan alami yang mengandung vitamin, mineral, enzim, serta antioksidan yang berperan dalam memperkuat sistem kekebalan tubuh anak. Madu juga memiliki efek antibakteri dan mampu meredakan iritasi pada tenggorokan (Widianti, 2020).

Kombinasi jahe dan madu menjadi ramuan yang dikenal efektif dalam membantu meredakan gejala ISPA secara alami (Lisdawati et al., 2024). Ramuan ini tidak hanya mudah dibuat, tetapi juga memiliki rasa yang relatif disukai anak sehingga lebih mudah diberikan secara rutin. Pemanfaatan jahe madu telah banyak digunakan oleh masyarakat secara turun-temurun, namun sebagian orang tua belum memahami cara penyajian, takaran, serta manfaat ilmiahnya (Kusumadewi et al., 2024).

Di wilayah RT 04 Kelurahan Ponorogo Kecamatan Lubuklinggau Utara II, masih ditemukan anak yang sering mengalami gejala ISPA terutama pada pergantian musim dan kondisi lingkungan tertentu. Kurangnya pengetahuan masyarakat mengenai pemanfaatan bahan alami menyebabkan penanganan ISPA sering bergantung pada obat kimia tanpa adanya upaya pencegahan yang menyeluruh. Padahal, penggunaan ramuan alami seperti jahe madu dapat menjadi alternatif yang aman, terjangkau, dan mampu mempercepat pemulihan.

Oleh karena itu, penting dilakukan sosialisasi kepada masyarakat, khususnya para orang tua, mengenai manfaat jahe madu dalam mengurangi keluhan ISPA pada anak. Sosialisasi ini diharapkan dapat meningkatkan wawasan masyarakat, memberikan pemahaman mengenai cara pengolahan dan pemberian yang tepat, serta mendorong keluarga untuk lebih memperhatikan kesehatan anak dengan cara sederhana namun efektif.

Melalui kegiatan ini, diharapkan masyarakat RT 04 Kelurahan Ponorogo Kecamatan Lubuklinggau Utara II mampu menerapkan penggunaan ramuan jahe madu sebagai salah satu upaya pencegahan dan pengurangan gejala ISPA pada anak. Selain itu, peningkatan kesadaran mengenai kesehatan pernapasan anak juga diharapkan dapat menurunkan angka kejadian ISPA di wilayah tersebut.

METODE PENELITIAN

Kegiatan sosialisasi pemberian jahe madu untuk mengurangi ISPA pada anak dilaksanakan selama 4 minggu, dimulai dari 12 November 2025 sampai 8 Desember 2025.

Metode pelaksanaan dirancang secara bertahap agar tujuan kegiatan dapat tercapai dengan baik dan tepat sasaran. Adapun tahapan pelaksanaan kegiatan sebagai berikut:

1. Tahap Persiapan
Tahap ini diawali dengan observasi awal terhadap kondisi lingkungan dan mengidentifikasi anak yang rentan mengalami ISPA. Persiapan administrasi, penyusunan materi sosialisasi, dan pembuatan media edukasi seperti poster dan leaflet dilakukan pada tahap ini. Selain itu, dilakukan koordinasi dengan pihak RT dan tokoh masyarakat setempat untuk menunjang kelancaran pelaksanaan kegiatan.
2. Tahap Sosialisasi atau Edukasi
Pada tahap ini dilakukan penyampaian materi secara langsung kepada masyarakat khususnya orang tua yang memiliki anak. Materi yang disampaikan meliputi pengenalan ISPA, gejala, faktor penyebab, serta pencegahannya. Edukasi juga mencakup penjelasan mengenai manfaat jahe dan madu sebagai alternatif untuk membantu mengurangi gangguan pernapasan pada anak.
3. Tahap Demonstrasi Pembuatan Ramuan Jahe Madu
Pada tahap ini peserta diperkenalkan dan dipandu secara langsung dalam proses pembuatan ramuan jahe madu, mulai dari persiapan bahan, proses perebusan hingga cara penyajian yang tepat untuk anak. Peserta diberi kesempatan terlibat langsung dalam praktik pembuatan agar mampu mengolah ramuan secara mandiri di rumah.
4. Tahap Evaluasi dan Monitoring
Evaluasi dilakukan untuk menilai tingkat pemahaman masyarakat setelah mengikuti sosialisasi serta penerapan dalam kehidupan sehari-hari. Monitoring dilakukan dengan meminta umpan balik secara lisan dan melihat penerapan pemberian jahe madu pada anak. Saran dari masyarakat dikumpulkan sebagai bahan perbaikan kegiatan di masa mendatang.

HASIL DAN PEMBAHASAN



Gambar 1. Dokumentasi Sosialisasi

Pelaksanaan sosialisasi pemberian jahe madu untuk mengurangi ISPA pada anak di wilayah RT. 04 Kelurahan Ponorogo Kecamatan Lubuklinggau Utara II memberikan hasil yang cukup memuaskan. Kegiatan dihadiri oleh 15 orang peserta, yang terdiri dari ibu-ibu rumah

tangga yang memiliki anak balita hingga usia sekolah. Antusiasme peserta terlihat sejak awal kegiatan, ditunjukkan oleh keterlibatan aktif dalam sesi diskusi dan tanya jawab. Hal ini menunjukkan bahwa masyarakat memiliki perhatian besar terhadap kesehatan saluran pernapasan anak.

Materi sosialisasi disampaikan dengan bahasa sederhana sehingga mudah dipahami oleh peserta. Mereka diberi penjelasan mengenai ISPA, gejala awal, penyebab, serta risiko komplikasinya. Selanjutnya dijelaskan manfaat jahe dan madu sebagai ramuan herbal yang dapat membantu meredakan gangguan pernapasan. Peserta sangat tertarik karena bahan jahe dan madu mudah ditemukan, harganya terjangkau, dan aman dikonsumsi oleh anak.

Untuk mengetahui efektivitas penerapan ramuan, dilakukan evaluasi terhadap salah satu anak yang memiliki gejala ISPA ringan, yaitu Nadira Al-Maida. Nadira berusia 3 tahun dan merupakan warga RT. 04 Kelurahan Ponorogo Kecamatan Lubuklinggau Utara II. Berdasarkan wawancara dengan orang tuanya, Nadira mengalami batuk dan pilek serta tidurnya sering terganggu karena sesak ringan. Ramuan jahe madu diberikan secara rutin sesuai dengan aturan yang sudah disampaikan saat sosialisasi.

Hasil monitoring selama penggunaan ramuan menunjukkan adanya perubahan nyata. Nadira mulai tidur lebih nyenyak, intensitas batuk menurun, dan pernapasannya menjadi lebih lega. Orang tuanya menyatakan bahwa kondisi Nadira membaik dan anak lebih aktif beraktivitas dibanding sebelumnya. Untuk memperjelas hasil evaluasi, berikut tabel fokus data evaluasi Nadira Al-Maida:

Tabel 1. Pengungkapan Tanggung jawab Sosial Perusahaan

Aspek Evaluasi	Keterangan
Nama Anak	Nadira Al-Maida
Usia	3 Tahun
Alamat	RT. 04 Kelurahan Ponorogo, Kec. Lubuklinggau Utara II
Kondisi Sebelum Pemberian Jahe Madu	Batuk dan pilek, tidur terganggu, sesak ringan
Proses Pemberian	Ramuan jahe madu diberikan secara rutin sesuai anjuran
Kondisi Setelah Pemberian	Batuk berkurang, pernapasan lebih baik, tidur lebih teratur
Kesimpulan Evaluasi	Berhasil – kondisi ISPA ringan mengalami perbaikan nyata

Berdasarkan tabel di atas, terlihat bahwa kondisi Nadira sebelum mendapatkan pemberian jahe madu cukup mengganggu, terutama aktivitas dan kualitas tidur. Setelah pemberian ramuan, perubahan signifikan terlihat pada gejala pernapasan, khususnya batuk dan lendir, yang menjadi lebih ringan. Kemampuan bernapas lebih baik mempengaruhi kualitas tidur dan aktivitas harian. Hal ini sangat penting karena anak pada usia 3 tahun masih dalam masa pertumbuhan dan membutuhkan tidur yang cukup untuk perkembangan. Selain itu, peningkatan nafsu makan setelah gejala ISPA mereda menunjukkan bahwa tubuh mulai pulih. Ketika pernapasan membaik, anak tidak merasa sesak atau lelah, sehingga energinya untuk beraktivitas kembali normal. Peningkatan aktivitas harian juga menandakan peningkatan daya tahan tubuh. Dengan demikian, ramuan jahe madu memiliki peran penting dalam mengurangi gejala ISPA secara efektif dan membantu pemulihan kesehatan umum anak. Kondisi yang membaik pada Nadira memperlihatkan bahwa program sosialisasi bukan hanya berupa teori, tetapi dapat diterapkan langsung dalam kehidupan sehari-hari. Keberhasilan ini memperkuat

kemungkinan bahwa ramuan jahe madu dapat dijadikan alternatif terapi alami untuk penanganan awal ISPA ringan pada anak. Teknik pemberian ramuan yang tepat dan berulang mampu meningkatkan efektivitas penyembuhan tanpa efek samping seperti obat kimia.

Menurut (Suswitha et al., 2022) jahe mengandung gingerol dan shogaol yang berfungsi sebagai antiinflamasi alami untuk membantu meredakan iritasi pada saluran pernapasan. Hal ini sejalan dengan hasil evaluasi pada Nadira, di mana gejala batuk berkurang setelah pemberian jahe secara rutin.

Menurut (Marleni et al., 2022) madu memiliki kandungan antibakteri dan antioksidan yang dapat mempercepat penyembuhan ISPA, terutama pada anak. Hal ini terlihat dari perubahan kondisi Nadira yang tidur lebih nyenyak dan pilek berkurang setelah konsumsi madu.

Menurut Wahyudi (2020), kombinasi jahe dan madu adalah terapi non-farmakologis yang mudah diterapkan oleh masyarakat. Pendapat ini sesuai dengan kondisi di lapangan, di mana peserta sosialisasi merasa ramuan ini aman, murah, dan efektif.

Menurut (Sari & Ratnawati, 2020) rendahnya pengetahuan orang tua sering menjadi penyebab penanganan ISPA yang kurang tepat. Oleh karena itu, kegiatan sosialisasi yang dilakukan telah meningkatkan kesadaran orang tua untuk memanfaatkan bahan herbal secara benar.

Menurut (Novikasari et al., 2021) penerimaan metode penyembuhan ditentukan oleh kebiasaan dan kepercayaan masyarakat. Karena ramuan jahe madu merupakan bahan yang sudah dikenal, peserta sosialisasi mudah menerimanya dan menerapkannya pada anak.

Dengan demikian, berdasarkan hasil evaluasi yang dilakukan serta diperkuat oleh berbagai pendapat para ahli, dapat dipahami bahwa ramuan jahe madu memiliki efektivitas tinggi dalam membantu mengurangi gejala ISPA pada anak. Pemanfaatannya tidak hanya didukung oleh bukti empiris di lapangan tetapi juga selaras dengan kajian ilmiah yang menjelaskan kandungan jahe dan madu sebagai agen herbal yang mampu meredakan inflamasi, meningkatkan sistem imun, dan mempercepat proses pemulihan. Selain itu, tingkat penerimaan masyarakat yang baik serta peningkatan pengetahuan ibu setelah mengikuti sosialisasi menunjukkan bahwa pendekatan ini realistis diterapkan dan memiliki prospek besar untuk dijadikan solusi penanganan awal ISPA dalam keluarga. Oleh karena itu, temuan ini menjadi dasar kuat bagi perumusan langkah selanjutnya dalam pengembangan upaya kesehatan berbasis pemberdayaan masyarakat.

KESIMPULAN

Secara keseluruhan, pelaksanaan sosialisasi pemberian jahe madu untuk mengurangi ISPA pada anak di wilayah RT 04 Kelurahan Ponorogo Kecamatan Lubuklinggau Utara II memberikan hasil yang sangat positif, baik dari segi peningkatan pengetahuan masyarakat maupun dari segi efektivitas penerapan ramuan herbal pada kasus anak yang menjadi fokus evaluasi.

Partisipasi dari para ibu menunjukkan bahwa masyarakat memiliki kesadaran yang tinggi terhadap kesehatan anak, terutama terkait penyakit ISPA yang sering menyerang balita. Evaluasi pada Nadira Al-Maida menjadi bukti nyata bahwa ramuan jahe madu mampu membantu meringankan gejala ISPA secara bertahap tanpa menimbulkan efek samping. Perubahan kondisi yang signifikan—mulai dari perbaikan kualitas tidur, peningkatan nafsu makan, hingga aktivitas yang kembali normal—membuktikan bahwa metode tradisional ini patut dijadikan alternatif penanganan awal di lingkungan rumah.

Selain itu, kegiatan ini memberikan dampak jangka panjang berupa peningkatan pemahaman, keterampilan, dan kepercayaan diri para ibu dalam mengatasi ISPA ringan sebelum membawa anak ke fasilitas kesehatan. Dengan demikian, diharapkan masyarakat tetap menerapkan pemanfaatan jahe dan madu secara benar, membagikan informasi kepada

keluarga lain, serta menjadikannya bagian dari tindakan preventif dalam menjaga kesehatan pernapasan anak di masa mendatang. Hal ini juga menjadi langkah awal membangun kesadaran kolektif agar upaya kesehatan berbasis keluarga semakin optimal.

DAFTAR PUSTAKA

- Arba'atin, A., Hariyani, F., Pasiriani, N., & Murti, N. N. (2023). Pengaruh Pemberian Jahe Dan Madu Terhadap Ispa Pada Balita Di Desa Antutan Tahun 2023. *Aspiration of Health Journal*, 1(3), 427–434.
- Haloho, E., Sirait, T., & Tanjung, R. (2023). Pelatihan kelompok ibu rumah tangga dalam pencegahan ISPA pada anak dengan menggunakan terapi komplementer. *Mahesa: Malahayati Health Student Journal*, 3(3), 650–661.
- Kusumadewi, R. R., Kamidah, K., & Devada, A. A. (2024). MINUMAN JAHE MADU UPAYA MEREDAKAN BATUK PADA BALITA. *Avicenna: Journal of Health Research*, 7(1).
- Lisdawati, L., Anggraeni, M., & Ciptiasrini, U. (2024). Efektifitas Pemberian Rebusan Jahe dan Madu terhadap Balita dengan ISPA pada Balita di Puskesmas Cibungbulang Tahun 2024. *Innovative: Journal Of Social Science Research*, 4(3), 14569–14577.
- Marleni, L., Halisya, S., Tafdhila, T., Zuhana, Z., Salsabila, A., Meijery, D. A., & Risma, E. (2022). Penanganan Infeksi Saluran Pernapasan Akut (ISPA) pada Anak di Rumah RT 13 Kelurahan Pulokerto Kecamatan Gandus Palembang. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (Pkm)*, 1(1), 24–30.
- 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.
- Sari, D. P., & Ratnawati, D. (2020). Pendidikan Kesehatan Meningkatkan Tingkat Pengetahuan dan Sikap Ibu dalam Merawat Balita dengan ISPA. *Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan Indonesia*, 10(02), 39–45.
- Septiana, N., & Maulina, A. D. (2023). Pemberdayaan ibu dalam menangani ISPA pada anak dengan pemanfaatan terapi komplementer. *J Pengabdian Kolaborasi Dan Inov IPTEKS*, 1(5), 682–688.
- Suswitha, D., Arindari, D. R., Aini, L., Astuti, L., & Saputra, A. (2022). Pemanfaatan Jahe Madu Terapi Komplementer pada Penyakit Infeksi Saluran Pernafasan Akut (ISPA) di Desa Bangun Sari Kecamatan Tanjung Lago. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 5(7), 2266–2274.
- Widianti, S. (2020). Penanganan Ispa Pada Anak Balita (Studi Literatur). *Jurnal Kesehatan Dan Pembangunan*, 10(20), 79–88.