

## **BAB 4**

### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

#### **4.1 Hasil Penelitian Studi Kasus**

##### **4.1.1 Karakteristik Partisipan**

Penelitian ini dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Oesapa, namun partisipan yang dipilih tidak sedang menjalani pengobatan di fasilitas kesehatan saat penelitian berlangsung. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara dengan orang tua atau wali, serta observasi langsung terhadap anak yang menunjukkan gejala ISPA ringan. Berdasarkan hasil wawancara tersebut, peneliti memperoleh data karakteristik partisipan sebagai berikut:

1. Partisipan pertama

Hasil pengkajian yang dilakukan pada tanggal 17 Juni 2025, menunjukkan bahwa An. N, berjenis kelamin laki-laki, lahir pada tanggal 15 Maret 2015, dan berusia 10 tahun 3 bulan saat pengkajian berlangsung. Berdasarkan wawancara dengan orang tua, diketahui bahwa anak ini memiliki riwayat mengalami gejala ISPA ringan dan pernah menjalani terapi uap secara mandiri di rumah, namun hanya menggunakan minyak kayu putih saja, tanpa campuran bahan herbal lain seperti jahe dan serai.

Pada saat dilakukan pengkajian hari pertama, anak menunjukkan beberapa gejala Infeksi Saluran Pernapasan Akut (ISPA), antara lain batuk kering, pilek, hidung tersumbat, tenggorokan terasa gatal, serta sesak napas ringan. Selain itu, ditemukan pula peningkatan suhu tubuh, yang menandakan adanya proses infeksi ringan dalam tubuh anak. Gejala-gejala tersebut mengindikasikan kondisi ISPA ringan yang masih dapat ditangani dengan intervensi sederhana, seperti terapi inhalasi uap. Oleh karena

itu, anak ini menjadi salah satu partisipan dalam implementasi terapi uap dengan kombinasi minyak kayu putih, jahe, dan serai, sebagai upaya untuk meringankan gejala ISPA secara alami dan non-farmakologis.

## 2. Partisipan kedua

Hasil pengkajian yang dilakukan di Wilayah Kerja Puskesmas Oesapa pada tanggal 17 Juni 2025 menunjukkan bahwa An. F berjenis kelamin perempuan, lahir pada tanggal 27 Februari 2006, dan berusia 19 tahun 4 bulan saat pengkajian berlangsung. Berdasarkan hasil wawancara dengan orang tua, diketahui bahwa partisipan ini sebelumnya pernah mengalami gejala ISPA ringan, namun belum pernah mendapatkan terapi inhalasi uap.

Pada hari pertama pengkajian, partisipan menunjukkan beberapa gejala yang mengarah pada Infeksi Saluran Pernapasan Akut (ISPA) ringan, antara lain batuk berdahak, pilek, hidung tersumbat, bersin, dan tenggorokan terasa gatal. Selain itu, partisipan juga mengeluhkan penurunan nafsu makan serta kualitas tidur yang terganggu, yang dapat memperburuk kondisi daya tahan tubuh. Berdasarkan gejala tersebut, partisipan dinyatakan memenuhi kriteria sebagai penerima terapi inhalasi uap menggunakan campuran minyak kayu putih, jahe, dan serai, yang bertujuan untuk membantu meredakan gejala ISPA secara alami dan meningkatkan kenyamanan serta fungsi pernapasan.

## 3. Partisipan ketiga

Hasil pengkajian yang dilakukan di Wilayah Kerja Puskesmas Oesapa pada tanggal 18 Juni 2025 menunjukkan bahwa partisipan dengan inisial A berjenis kelamin perempuan, lahir pada tanggal 18 November 2013, dan pada saat pengkajian berusia 11 tahun 7 bulan. Berdasarkan hasil wawancara dengan orang tua, diketahui bahwa anak ini pernah mengalami keluhan saluran pernapasan sebelumnya,

namun belum pernah menjalani terapi inhalasi uap dengan kombinasi bahan herbal seperti minyak kayu putih, jahe, dan serai.

Saat dilakukan pengkajian hari pertama, partisipan menunjukkan gejala ISPA ringan berupa pilek, hidung tersumbat, bersin, dan sesak napas ringan. Selain itu, partisipan juga mengalami gangguan kualitas tidur yang kemungkinan disebabkan oleh ketidaknyamanan akibat gejala tersebut. Berdasarkan kondisi ini, partisipan termasuk dalam kriteria anak dengan gejala ISPA ringan dan menjadi subjek dalam penerapan terapi inhalasi uap herbal sebagai intervensi non-farmakologis untuk membantu meringankan gejala yang dialami.

#### **4.1.2 Pengalaman Partisipan Selama Menjalani Terapi Inhalasi Uap**

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan terhadap tiga partisipan dan orang tua mereka, diperoleh gambaran mengenai pengalaman mereka selama menjalani terapi inhalasi uap.

##### **1. Partisipan pertama (An.N)**

##### **a. Pengalaman Partisipan sebelum Sebelum Menjalani Terapi Inhalasi Uap**

Sebelum menjalani terapi inhalasi uap, An. N mengalami batuk selama 3 hari dan pilek selama 2 hari. Menurut keterangan orang tua, batuk yang dialami bersifat tidak terus-menerus, namun lebih sering terjadi pada pagi dan malam hari. Batuk yang muncul tergolong kering, tanpa disertai dahak. Selain itu, hidung An. N sering tersumbat dan ingus keluar terus-menerus, terutama pada malam hari, tetapi juga terjadi pada pagi dan siang.

An. N juga mengeluhkan rasa gatal pada tenggorokan selama dua malam terakhir. Namun, tidak terdapat perubahan suara saat berbicara atau menangis, dan tidak mengalami serak. Orang tua menyampaikan bahwa nafsu makan An. N tetap baik,

namun sempat mengalami demam pada malam sebelumnya, yang kemudian sudah menurun pada pagi hari wawancara.

Keluhan tambahan yang disampaikan adalah bahwa An. N kadang mengalami sesak napas saat hendak tidur. Selama sakit, belum ada penanganan medis dari fasilitas kesehatan, dan orang tua hanya memberikan air hangat serta terapi uap tradisional menggunakan minyak kayu putih sebagai upaya mandiri.

b. Pengalaman Partisipan Hari Pertama Selama Menjalani Terapi Inhalasi Uap

Pada sore hari tanggal 17 Juni 2025, An. N menjalani sesi pertama terapi inhalasi uap. Selama dan setelah terapi, An. N melaporkan bahwa pada awal inhalasi ia merasa uap yang dihirup cukup panas, disertai bau yang menyengat di hidung serta sensasi pedih di mata. Saat baru menghirup uap, ia mengalami batuk spontan.

Setelah sesi terapi selesai, An. N menyampaikan bahwa ia masih mengalami batuk, namun napas terasa lebih ringan dibanding sebelumnya. Sekret atau ingus masih mengalir, dan tenggorokannya tetap terasa gatal. Ia juga belum mengalami pengeluaran dahak, sehingga batuknya masih tergolong kering. Selain itu, demam atau rasa panas badan masih dirasakan oleh An.N.

Dari observasi orang tua, An. N tampak lebih lega dalam bernapas setelah terapi, meskipun tetap mengalami batuk dan demam ringan. Orang tua berkomitmen untuk terus memantau kondisi suhu tubuh anak, termasuk memberikan kompres hangat apabila demam meningkat pada malam hari.



*Gambar 3. Pelaksanaan Terapi Inhalasi Uap pada An.N (Hari ke 1)*

c. Pengalaman Partisipan Hari Kedua Selama Menjalani Terapi Inhalasi Uap

Pada hari kedua terapi inhalasi uap, An. N menunjukkan tanda-tanda adaptasi yang lebih baik terhadap prosedur terapi. Ia menyampaikan bahwa sudah terbiasa dengan aroma uap, yang sebelumnya dirasa menyengat. Saat awal terapi hari itu, An. N sempat batuk dua kali, kemudian disertai dengan keluarnya lendir, yang menjadi pertanda mulai terbukanya saluran napas dan respon positif tubuh terhadap terapi.

Setelah terapi, An. N mengaku napas terasa lebih lega, tidak sesak seperti hari sebelumnya, dan hidung sudah tidak terlalu tersumbat. Hal ini menunjukkan adanya perbaikan pada gejala respiratoriknya.

Dari sisi orang tua, mereka memperhatikan bahwa An. N mulai mengeluarkan lendir saat batuk, yang merupakan

perkembangan positif. Selain itu, orang tua juga menyampaikan bahwa tidur An. N pada malam sebelumnya mulai tenang, menunjukkan bahwa gejala yang mengganggu kenyamanan tidur mulai berkurang.



*Gambar 4. Pelaksanaan Terapi Inhalasi Uap  
Pada An. N (Hari ke-2)*

d. Pengalaman Partisipan Hari Ketiga Selama Menjalani Terapi Inhalasi Uap

Pada hari ketiga pelaksanaan terapi inhalasi uap, kondisi An. N menunjukkan perbaikan yang semakin signifikan dibanding hari-hari sebelumnya. Saat ditanya, An. N mengungkapkan bahwa setelah terapi ia merasa napas menjadi lega, tidak lagi sesak, dan hidung tidak tersumbat lagi. Hal ini menunjukkan bahwa terapi uap berhasil membantu meredakan saluran pernapasan atas.

An. N masih mengalami batuk ringan, namun sudah jauh berkurang. Lendir masih keluar saat batuk, dan tenggorokan masih sedikit terasa gatal, namun tidak lagi terasa nyeri atau mengganggu secara signifikan.

Dari sisi pengamatan orang tua, mereka melihat bahwa An. N tampak lebih aktif secara fisik, menandakan adanya peningkatan energi dan kenyamanan setelah menjalani tiga hari terapi. Orang tua menyatakan bahwa meskipun masih ada sedikit sisa gejala seperti batuk dan lendir, intensitas dan keparahannya sudah jauh menurun dibandingkan saat awal terapi.



*Gambar 5. Pelaksanaan Terapi Inhalasi Uap pada An. N (Hari ke-3)*

e. Kesan Responden Pada Akhir Terapi

Setelah menjalani tiga hari terapi inhalasi uap, kondisi An. N menunjukkan perbaikan yang signifikan dari gejala awal yang dialami. Berdasarkan wawancara evaluasi bersama orang tua, batuk kering yang sebelumnya cukup mengganggu sudah tidak muncul lagi, dan batuk berdahak pun masih ada, namun lebih jarang dan lendirnya sudah encer, menandakan gejala mulai mereda.

Gejala pilek dan hidung tersumbat yang sebelumnya dirasakan kini sudah tidak dialami lagi, dan An. N sudah dapat bernapas lancar melalui hidung. Selain itu, gejala bersin-bersin juga sudah tidak muncul dalam tiga hari terakhir. Keluhan gatal pada tenggorokan masih ada sedikit, terutama di malam hari, tetapi tidak sampai membuat anak rewel atau terganggu dalam beraktivitas.

Untuk fungsi pernapasan, An. N tidak lagi mengalami sesak napas saat tidur maupun saat melakukan aktivitas ringan. Orang tua juga melaporkan bahwa kualitas tidur anak membaik secara signifikan, dengan dua malam terakhir anak tidur lebih nyenyak tanpa terbangun. Meski nafsu makan belum sepenuhnya pulih dan masih makan sedikit-sedikit, secara umum kondisinya membaik. Demam juga tidak lagi dirasakan, dan suhu tubuh An. N sudah kembali normal.

Orang tua merasa puas dan berterima kasih atas pelaksanaan terapi, karena memberikan dampak positif yang nyata pada pemulihan kondisi anak mereka. Terapi inhalasi uap dinilai membantu secara efektif dalam mengurangi gejala ISPA ringan yang dialami An. N.

## 2. Partisipan kedua (An.F)

### a. Pengalaman Partisipan sebelum Sebelum Menjalani Terapi Inhalasi Uap

Sebelum menjalani terapi inhalasi uap, An. N mengalami batuk selama kurang lebih lima hari, yang tidak berlangsung terus-menerus, namun lebih sering terjadi di malam hari, terutama saat cuaca dingin atau menjelang tidur. Batuk yang dialami bersifat berdahak dengan lendir yang agak kental, terutama muncul saat batuk keras. Pada pagi hari saat wawancara, An. N

sudah mengalami batuk sebanyak sekitar empat kali, dan merasa batuk lebih sering terjadi saat dalam posisi berbaring.

Pilek mulai dirasakan sejak sore hari sebelumnya, dan semakin memburuk hingga menyebabkan hidung tersumbat dan kesulitan bernapas, terutama saat malam hari. Akibatnya, An. N harus tidur dengan posisi kepala lebih tinggi menggunakan bantal agar bisa bernapas lebih lega.

Gejala lain yang dirasakan termasuk sering bersin, terutama di pagi hari, serta gatal di tenggorokan, yang memicu keinginan untuk terus-menerus batuk, terutama saat malam hari. Selain itu, nafsu makan menurun, dan dalam dua hari terakhir, An. N hanya mengonsumsi makanan dalam porsi setengah piring.

Tidur malam terganggu selama dua malam terakhir karena batuk dan hidung tersumbat. Ia sering terbangun di malam hari dan kesulitan untuk kembali tidur. Dalam semalam, total waktu tidur hanya sekitar empat sampai lima jam, dan waktu untuk bisa mulai tidur pun cukup lama.

b. Pengalaman Partisipan Hari Pertama Selama Menjalani Terapi Inhalasi Uap

Pada sore hari setelah pelaksanaan sesi pertama terapi inhalasi uap, An. N mulai merasakan beberapa perubahan positif meskipun gejala belum sepenuhnya mereda. Saat terapi berlangsung, ia mengungkapkan bahwa matanya terasa pedih dan hidung terasa panas saat pertama menghirup uap, namun masih dapat ditahan dan dijalani dengan baik.

Setelah terapi selesai, An. N melaporkan bahwa napas terasa lebih ringan dibandingkan pagi hari, dan hidung yang sebelumnya tersumbat kini sudah terasa lega. Orang tua juga mengonfirmasi adanya perubahan tersebut, di mana anak

langsung menyampaikan bahwa pernapasannya membaik dan tidak lagi sesak seperti sebelumnya.

Meskipun demikian, batuk masih ada dan disertai dahak yang masih kental. Selain itu, pilek dan bersin masih dirasakan, serta rasa gatal di tenggorokan belum hilang sepenuhnya. Dari sisi nafsu makan, An. N hanya makan sedikit setelah terapi, yaitu sekitar setengah piring saja, karena nafsu makan belum kembali normal. Ia juga sempat tidur siang, namun durasi tidurnya singkat.

Secara umum, hasil terapi hari pertama menunjukkan adanya perbaikan ringan pada gejala pernapasan, terutama dalam hal pernapasan yang lebih lega dan berkurangnya hidung tersumbat, meskipun beberapa gejala lain seperti batuk berdahak, pilek, dan tenggorokan gatal masih bertahan.



*Gambar 6. Pelaksanaan Terapi Inhalasi Uap Pada An. F (Hari ke-1)*

c. Pengalaman Partisipan Hari Kedua Selama Menjalani Terapi Inhalasi Uap

Pada hari kedua terapi inhalasi uap, An. N mulai menunjukkan kenyamanan yang lebih baik selama proses terapi berlangsung dibandingkan hari sebelumnya. Ia menyampaikan bahwa sensasi uap tidak lagi terasa terlalu pedih di mata atau panas di hidung, seperti yang dirasakan saat terapi hari pertama. Proses pernapasan pun dirasakan lebih lega dan nyaman.

Frekuensi batuk mulai berkurang, dan batuk yang muncul disertai dengan keluarnya dahak. An. N menyatakan bahwa dahak kini lebih mudah keluar, meskipun masih cukup kental. Setiap kali dahak berhasil dikeluarkan, ia merasa lebih lega pada saluran napasnya.

Hidung tidak lagi terlalu tersumbat, dan pernapasan melalui hidung menjadi lebih lancar. Gatal pada tenggorokan masih terasa, tetapi sudah tidak separah hari sebelumnya.

Dari pengamatan orang tua, An. N tampak mengalami perubahan positif, termasuk kualitas tidur yang membaik. Tidur malam sebelumnya dinilai lebih nyenyak, dan hal ini juga dibenarkan oleh An. N yang merasa tidurnya lebih enak.

Namun, nafsu makan masih belum sepenuhnya pulih, dan anak masih makan dalam jumlah yang sedikit. Meskipun demikian, perbaikan gejala ISPA secara bertahap memberikan harapan besar bagi proses pemulihan.

Secara keseluruhan, terapi hari kedua memperlihatkan perkembangan yang cukup signifikan, seperti penurunan frekuensi batuk, dahak lebih mudah dikeluarkan, pernapasan yang semakin lancar, serta perbaikan dalam kualitas tidur.



*Gambar 7. Pelaksanaan Terapi Inhalasi Uap Pada An. F (Hari ke-2)*

d. Pengalaman Partisipan Hari Ketiga Selama Menjalani Terapi Inhalasi Uap

Pada hari ketiga pelaksanaan terapi inhalasi uap, An. N menunjukkan kemajuan kondisi yang semakin signifikan. Ia menyampaikan bahwa selama terapi hari ini, sensasi saat menghirup uap terasa lebih nyaman dibandingkan hari-hari sebelumnya, menandakan bahwa tubuhnya sudah mulai terbiasa dan gejala yang dirasakan berkurang.

Batuk masih ada, namun frekuensinya jauh menurun, hanya terjadi dua hingga tiga kali dalam sehari, dengan dahak yang masih keluar namun dalam jumlah sedikit. Ia juga menyampaikan bahwa dahak kini lebih encer dan lebih mudah dikeluarkan daripada hari-hari sebelumnya.

Selain itu, gejala pilek sudah tidak dirasakan lagi, dan hidung tidak tersumbat. An. N mengatakan bahwa pernapasannya

kini sudah lancar, dan tidak ada lagi keluhan seperti saat sebelum terapi dimulai.

Dari pengamatan orang tua, terlihat bahwa napas anak sudah normal, dan tidur menjadi lebih nyenyak dalam dua malam terakhir, tanpa terbangun akibat batuk atau gangguan pernapasan. Meskipun demikian, nafsu makan masih belum sepenuhnya pulih, dan anak masih makan dalam jumlah sedikit.



*Gambar 8. Pelaksanaan Terapi Inhalasi Uap pada An. F (Hari ke-3)*

e. Kesan Responden Pada Akhir Terapi

Setelah menjalani tiga hari berturut-turut terapi inhalasi uap, kondisi An. N mengalami perbaikan yang nyata pada sebagian besar gejala ISPA yang sebelumnya dikeluhkan. Orang tua menyampaikan bahwa batuk berdahak masih ada, namun frekuensinya telah menurun, dan dahaknya menjadi lebih encer, menandakan adanya respon positif terhadap terapi.

Gejala pilek dan hidung tersumbat sudah tidak dirasakan lagi, dan pernapasan kembali normal. Selain itu, keluhan bersin-bersin sudah tidak muncul lagi dalam dua hari terakhir, menunjukkan bahwa iritasi pada saluran napas atas juga mulai mereda. Gatal di tenggorokan masih sedikit terasa, terutama menjelang tidur, namun tidak terlalu mengganggu aktivitas sehari-hari.

Dari segi kualitas tidur, orang tua melaporkan bahwa dalam dua malam terakhir, An. N tidur dengan nyenyak, tidak lagi terbangun karena batuk atau hidung tersumbat seperti sebelumnya. Meskipun demikian, nafsu makan An. N belum sepenuhnya pulih, dan ia masih makan dalam jumlah yang sedikit.

Secara keseluruhan, orang tua merasa puas dan senang dengan hasil terapi inhalasi uap yang dilakukan. Mereka menyampaikan kesan positif terhadap intervensi tersebut, karena terapi ini membantu meredakan gejala secara bertahap, serta meningkatkan kenyamanan anak dalam bernapas dan beristirahat. Orang tua juga menyampaikan terima kasih dan apresiasi atas pendampingan dan upaya yang dilakukan selama proses terapi berlangsung.

### 3. Partisipan ketiga (An.A)

#### a. Pengalaman Partisipan sebelum Sebelum Menjalani Terapi Inhalasi Uap

Sebelum menjalani terapi inhalasi uap, An. N mengalami keluhan utama berupa batuk berdahak, pilek, dan hidung tersumbat. Menurut penuturan orang tua, batuk mulai muncul sejak dua hari sebelumnya, terutama terasa pada malam dan pagi hari, serta disertai lendir yang tampak jelas saat anak batuk.

Selain batuk, pilek juga mulai terjadi dalam waktu bersamaan, dengan ingus yang terus-menerus keluar, dan hidung

sering tersumbat, terutama saat malam hari. Hal ini menyebabkan An. N kesulitan bernapas melalui hidung, sehingga mengganggu kenyamanan, terutama ketika beristirahat.

Orang tua juga mengamati bahwa An. N terkadang tampak sesak napas, khususnya saat sedang aktif bergerak atau ketika hendak tidur. Kualitas tidur pun terganggu karena adanya batuk dan rasa sesak, yang membuat anak sulit untuk tidur nyenyak di malam hari.

Dengan mempertimbangkan keluhan yang ada, peneliti kemudian menyampaikan rencana untuk melakukan terapi inhalasi uap herbal menggunakan rebusan jahe, serai, dan minyak kayu putih. Terapi ini dirancang untuk membantu meredakan gejala saluran pernapasan atas yang dialami An. N. Orang tua menyambut baik rencana terapi tersebut dan memberikan persetujuan setelah mendapat penjelasan tentang manfaatnya.

Namun, karena terdapat kegiatan ibadah pada hari tersebut, orang tua meminta agar terapi dilaksanakan keesokan harinya, dan peneliti menyetujui jadwal tersebut untuk memulai sesi terapi pertama.

b. Pengalaman Partisipan Hari Pertama Selama Menjalani Terapi Inhalasi Uap

Pada hari pertama menjalani terapi inhalasi uap, An. A mulai menunjukkan respon awal terhadap terapi yang dilakukan. Saat menghirup uap, An. A awalnya merasakan sensasi panas, namun setelah beberapa saat, ia mulai merasa lebih nyaman karena sesak napas mulai berkurang.

Ia menyampaikan bahwa hidung tidak lagi terlalu tersumbat, sehingga pernapasan terasa lebih lega. Meskipun demikian, batuk masih dirasakan, namun kini disertai dengan keluarnya dahak, menunjukkan adanya proses pembersihan

saluran napas. Ingus masih keluar, namun dalam jumlah yang lebih sedikit dibanding sebelumnya, dan bersin mulai berkurang, terutama setelah siang hari.

Dari segi kualitas tidur, orang tua menyampaikan bahwa tidur anak masih terganggu, karena sering terbangun akibat batuk. Hal ini menunjukkan bahwa terapi belum sepenuhnya mengurangi gangguan tidur, namun sudah memberikan perubahan positif terutama dalam hal pernapasan dan frekuensi bersin.



*Gambar 9. Pelaksanaan Terapi Inhalasi Uap Pada An. A (Hari ke-1)*

c. Pengalaman Partisipan Hari Kedua Selama Menjalani Terapi Inhalasi Uap

Pada hari kedua terapi inhalasi uap, An. A menunjukkan adaptasi yang lebih baik terhadap proses terapi. Ia menyampaikan bahwa saat menghirup uap, sudah tidak lagi merasakan panas atau

tidak nyaman seperti hari sebelumnya, dan mulai merasa lebih nyaman selama terapi berlangsung.

Batuk masih dialami, namun frekuensinya sudah menurun, terutama tidak muncul di siang hari. Batuk lebih sering terjadi pada pagi dan malam hari, namun tidak separah hari sebelumnya. Ini menunjukkan bahwa terapi mulai memberikan efek positif terhadap gejala pernapasan.

An. A juga menyatakan bahwa pernapasannya terasa lebih ringan, tanpa lagi merasa berat di dada seperti sebelum terapi. Hal ini memperlihatkan adanya perbaikan kondisi saluran napas atas, yang sebelumnya terganggu akibat lendir dan penyumbatan.

Dari sisi pengamatan orang tua, juga terlihat perbaikan kualitas tidur, di mana pada malam sebelumnya anak tidur lebih nyenyak dan tidak sering terbangun karena batuk, berbeda dengan kondisi sebelumnya. Hal ini menjadi indikator keberhasilan awal dari terapi inhalasi uap, terutama dalam memberikan kenyamanan saat istirahat malam.

Secara keseluruhan, hari kedua terapi menunjukkan perkembangan yang positif, dengan penurunan frekuensi batuk, pernapasan yang lebih lega, serta peningkatan kualitas tidur. Anak juga menyampaikan rasa nyaman dan merasa lebih baik secara umum, menjadi motivasi untuk melanjutkan terapi ke hari berikutnya.



*Gambar 10. Pelaksanaan Terapi Inhalasi Uap Pada An. A (Hari ke-2)*

d. Pengalaman Partisipan Hari Ketiga Selama Menjalani Terapi Inhalasi Uap

Pada hari ketiga pelaksanaan terapi inhalasi uap, An. A menunjukkan respons yang semakin baik terhadap terapi. Ketika ditanya mengenai kondisi setelah terapi, An. A menyampaikan bahwa batuk masih ada, namun frekuensinya telah jauh berkurang, dan dahak masih keluar namun lebih mudah dikeluarkan dibandingkan sebelumnya. Hal ini menunjukkan adanya proses pembersihan saluran napas yang semakin efektif.

Gejala pilek masih dirasakan, tetapi intensitasnya sudah menurun, dengan ingus tidak lagi keluar sebanyak hari-hari sebelumnya. Ini menandakan bahwa inflamasi dan iritasi saluran pernapasan atas mulai mereda.

Dari sisi kualitas tidur, orang tua melaporkan bahwa tidur anak pada malam terakhir sudah jauh lebih nyenyak dibandingkan sebelumnya. Anak tidak lagi terbangun karena batuk atau hidung tersumbat, yang sebelumnya menjadi keluhan utama. Hal ini

memberikan indikasi bahwa terapi mulai memberikan dampak positif terhadap kenyamanan istirahat malam anak.

Secara keseluruhan, hari ketiga terapi menunjukkan hasil yang sangat menggembirakan. Tanda-tanda perbaikan yang signifikan mulai tampak, termasuk penurunan batuk, pengurangan pilek, dan peningkatan kualitas tidur. Terapi inhalasi uap tampak efektif dalam membantu meredakan gejala ISPA ringan yang dialami oleh partisipan.

Orang tua juga mengungkapkan rasa syukur dan terima kasih atas pendampingan selama terapi, serta menyatakan bahwa perubahan yang dialami anak sangat membantu proses pemulihan.



*Gambar 11. Pelaksanaan Terapi Inhalasi Uap Pada An. A (Hari ke-)*

e. Kesan Responden Pada Akhir Terapi

Setelah menjalani tiga hari terapi inhalasi uap, An. A menunjukkan perbaikan signifikan dalam gejala yang sebelumnya mengganggu. Berdasarkan wawancara dengan orang tua pada hari keempat, batuk berdahak masih ada, namun intensitas dan

frekuensinya sudah berkurang secara nyata. Pilek juga masih sedikit muncul, tetapi tidak sebanyak hari-hari sebelumnya.

Gejala hidung tersumbat telah hilang, sehingga pernapasan menjadi lancar. Anak juga tidak lagi mengalami bersin-bersin maupun sesak napas, yang sebelumnya sempat dikeluhkan. Salah satu kemajuan yang paling terlihat adalah pada kualitas tidur anak yang membaik drastis, di mana kini anak dapat tidur dengan nyenyak tanpa gangguan.

Orang tua menyampaikan bahwa kondisi anak sudah jauh lebih baik dibandingkan sebelum terapi. Mereka juga menunjukkan kesan positif terhadap terapi inhalasi uap, karena dapat meredakan keluhan pernapasan tanpa menggunakan obat-obatan. Responden merasa terbantu dan bersyukur karena anaknya menunjukkan pemulihan yang nyata.

Secara umum, terapi inhalasi uap herbal yang dilakukan selama tiga hari ini dinilai efektif membantu meredakan gejala batuk, pilek, dan sesak napas, serta meningkatkan kenyamanan tidur dan aktivitas anak. Orang tua mengapresiasi upaya terapi dan kerja sama yang terjalin selama proses tersebut.

#### **4.1.3 Implementasi Terapi Inhalasi Uap**

##### **1. Proses Implementasi Terapi Inhalasi Uap**

Terapi inhalasi uap dilaksanakan selama tiga hari berturut-turut, untuk partisipan 1 dan 2 dari tanggal 17-19 Juni 2025 dan partisipan ke 3 dari tanggal 18-20 Juni 2025, di rumah masing-masing partisipan dengan pendampingan langsung oleh peneliti.

Prosedur pelaksanaan terapi mengikuti langkah-langkah yang telah disusun dalam standar operasional prosedur (SOP). Setiap sesi terapi dilakukan sebanyak 1 sehari yaitu pada sore hari pukul 16.00-18.00 WITA, dengan durasi 10-15 menit setiap sesi.

Bahan yang digunakan terdiri 3 ruas jahe yang digeprek, 3 batang serai yang di memarkan lalu direbus menggunakan 1 liter air hingga mendidih, kemudia dituangkan kedalam baskom lalu tambahkan minyak kayu putih. Sebelum pelaksanaan terapi, bagian wajah anak diolesi terlebih dahulu dengan minyak kelapa untuk mencegah iritasi kulit akibat paparan uap panas Anak diminta duduk dengan posisi nyaman, menunduk diatas baskom uap, dan kepala ditutup handuk agar uap tiak menyebababr keluar. Jarak anatar wajah dan permukaan uap sekitar 20-30 cm.

Setiap sesi didampingi oleh orang tua partisipan, dan peneliti melakukan pemantauan terhadap kenyamanan anak serta memunculkan respon atau keluhan selama terapi berlangsung.

## 2. Observasi selama pelaksanaan

Selama proses implementasi terapi, peneliti melakukan observasi langsung terhadap anak saat terapi dan wawancara orang tua setelah setiap sesi terapi untuk mendapatkan informasi terkait perkembangan gejala dan kenyamanan anak.

Berdasarkan hasil observasi, sebagian besar partisipan menunjukkan toleransi yang baik terhadap terapi, meskipun pada awal pelaksanaan beberapa anak merasa sedikit terganggu oleh aroma herbal atau uap yang dirasa terlalu hangat. Namun, setelah diatur jarak dan suhu uap, anak tampak lebih rileks dan mampu mengikuti terapi sampai selesai

### **4.1.4 Perubahan Gejala ISPA Sebelum dan Setelah Implementasi Terapi Inhalasi Uap.**

Setelah mengetahui data umum dalam penelitian ini maka berikut hasil penelitian yang terkait dengan data khusus yang meliputi gejala ISPA pada anak sebelum dan setelah dilakukan implementasi terapi inhalasi uap.

1. Gejala ISPA pada An. N Sebelum dan Setelah Implementasi Terapi Inhalasi Uap

*Tabel 3.1. Skor Gejala ISPA Sebelum dan Sesudah Terapi Inhalasi Uap An.N di Puskesmas Oesapa, Tanggal 17 dan 20 Juni 2025*

No.	Gejala ISPA	Skor Sebelum Terapi	Skor Sesudah Terapi
1	Batuk kering	3	0
2	Batuk berdahak	0	1
3	Pilek (hidung berair)	4	0
4	Hidung tersumbat	4	0
5	Bersin	0	0
6	Tenggorokan gatal	3	1
7	Sesak napas ringan	2	0
8	Nafsu makan menurun	0	0
9	Kualitas tidur terganggu	0	0
10	Suhu tubuh meningkat	4	0
<b>Total Skor</b>		<b>20</b>	<b>2</b>

**Keterangan :**

- 0: Tidak ada gejala                      3: Gejala sedang  
 1: Gejala sangat ringa                4: Gejala berat  
 2: Gejala ringan

a. Sebelum Implementasi Terapi Inhalasi Uap

Pengkajian terhadap An. N dilakukan pada tanggal 17 Juni 2025 melalui wawancara dengan ibunya, yaitu Ny. O, serta melalui observasi langsung terhadap kondisi anak. Fokus pengkajian diarahkan pada berbagai gejala Infeksi Saluran Pernapasan Akut (ISPA) yang dialami anak.

Hasil pengkajian menunjukkan bahwa An. N mengalami sejumlah keluhan yang berkaitan dengan ISPA. Salah satu gejala

utama adalah batuk kering yang telah berlangsung selama tiga hari terakhir. Batuk bersifat intermiten (terjadi sekali-sekali), lebih sering muncul pada pagi dan malam hari. Saat dilakukan observasi, frekuensi batuk tercatat sebanyak lima kali, dengan masing-masing batuk terdiri dari dua hingga tiga hentakan, berdurasi sekitar dua hingga empat detik, dan tidak disertai dahak.

Selain batuk, pilek atau hidung berair juga dialami anak selama dua hari terakhir, dengan intensitas lebih sering terjadi pada pagi hingga siang hari. Gejala ini disertai dengan hidung tersumbat yang dirasakan secara konsisten, terutama saat malam hari menjelang tidur, yang menyebabkan anak mengalami kesulitan bernapas melalui hidung. Bersin-bersin juga muncul selama dua hari terakhir, dengan frekuensi lebih tinggi pada pagi hari.

Anak juga mengeluhkan rasa gatal pada tenggorokan yang muncul dalam dua hari terakhir, terutama saat malam hari. Gejala ini sering kali menyebabkan rasa tidak nyaman dan memicu keinginan untuk batuk. Disamping itu, An. N mengalami sesak napas ringan yang muncul khususnya saat malam hari menjelang tidur. Gejala ini ditandai dengan tampak gelisah, napas pendek, dan ketidaknyamanan saat berbaring.

Keluhan sistemik lainnya adalah demam yang terjadi satu hari sebelum pengkajian, yaitu pada tanggal 16 Juni 2025. Meskipun suhu tubuh tidak sempat diukur secara objektif, menurut keterangan Ny. O, tubuh anak terasa hangat, wajah tampak pucat, dan anak terlihat lemas serta kurang aktif dibandingkan biasanya.

Secara keseluruhan, berdasarkan hasil wawancara dan observasi yang dilakukan, An. N menunjukkan berbagai gejala

saluran pernapasan atas yang mengarah pada ISPA ringan, dengan kombinasi keluhan berupa batuk kering, pilek, hidung tersumbat, bersin-bersin, tenggorokan gatal, sesak napas ringan menjelang tidur, dan riwayat demam sebelumnya.

b. Setelah Implementasi Terapi Inhalasi Uap

Setelah dilaksanakan terapi inhalasi uap menggunakan campuran minyak kayu putih, jahe, dan serai selama tiga hari berturut-turut, dilakukan evaluasi terhadap kondisi An. N untuk menilai adanya perubahan gejala ISPA pada tanggal 20 juni 2025. Terapi diberikan satu kali per hari, selama  $\pm 10$  menit setiap sesi, dengan metode uap tertutup (menggunakan handuk untuk menjaga agar uap tetap terfokus ke saluran napas anak).

Evaluasi dilakukan pada hari ketiga setelah pelaksanaan terapi terakhir, melalui wawancara ulang dengan wali pasien dan observasi langsung terhadap kondisi anak. Hasil observasi menunjukkan adanya perubahan pada beberapa gejala ISPA yang sebelumnya dialami An. N.

Gejala batuk yang sebelumnya bersifat kering, pada hari ketiga berubah menjadi batuk berdahak. Batuk masih terjadi, namun terdengar lebih ringan dan frekuensinya menurun. Anak tidak tampak terganggu oleh batuk saat tidur malam, dan tidak ada lagi hentakan batuk yang keras.

Gejala pilek yang sempat muncul pada hari pertama terapi telah menghilang sepenuhnya pada hari ketiga. Begitu pula dengan sumbatan pada hidung yang sebelumnya dialami anak, kini sudah tidak dirasakan lagi. Anak dapat bernapas melalui hidung dengan normal tanpa keluhan sesak atau ketidaknyamanan.

Meskipun demikian, keluhan tenggorokan gatal masih dirasakan oleh anak pada malam hari, namun tidak sampai

memicu batuk terus-menerus. Gejala sesak napas ringan yang sebelumnya muncul menjelang tidur juga sudah tidak ditemukan lagi.

Selain itu, suhu tubuh anak tetap stabil dan tidak menunjukkan peningkatan. Dibandingkan sebelum terapi, anak terlihat lebih aktif dan nyaman dalam beraktivitas.

Berdasarkan hasil evaluasi tersebut, dapat disimpulkan bahwa An. N mengalami perbaikan gejala ISPA secara bertahap, terutama pada aspek pernapasan atas seperti pilek dan hidung tersumbat yang telah mereda, serta batuk yang mulai menunjukkan perubahan produktif. Terapi inhalasi uap terbukti membantu meringankan sebagian besar gejala ISPA ringan pada anak ini.

2. Gejala ISPA Pada An. F Sebelum dan Setelah Implementasi Terapi Inhalasi Uap.

*Tabel 4.2. Skor Gejala ISPA Sebelum dan Sesudah Terapi Inhalasi Uap An.F di Puskesmas Oesapa, Tanggal 17 dan 20 Juni 2025*

No.	Gejala ISPA	Skor Sebelum Terapi	Skor Sesudah Terapi
1	Batuk kering	0	0
2	Batuk berdahak	3	2
3	Pilek (hidung berair)	2	0
4	Hidung tersumbat	3	0
5	Bersin	2	0
6	Tenggorokan gatal	3	1
7	Sesak napas ringan	0	0
8	Nafsu makan menurun	3	2
9	Kualitas tidur terganggu	2	0
10	Suhu tubuh meningkat	0	0
<b>Total Skor</b>		<b>18</b>	<b>5</b>

**Keterangan :**

- |                        |                  |
|------------------------|------------------|
| 0: Tidak ada gejala    | 3: Gejala sedang |
| 1: Gejala sangat ringa | 4: Gejala berat  |
| 2: Gejala ringan       |                  |

a. Sebelum Implementasi Terapi Inhalasi Uap

Pengkajian terhadap An. F dilakukan pada tanggal 17 Juni 2025 melalui wawancara dengan wali pasien, Ny. M, serta observasi langsung terhadap kondisi klien. Fokus pengkajian diarahkan pada gejala-gejala Infeksi Saluran Pernapasan Akut (ISPA) yang dialami.

Berdasarkan hasil wawancara, diketahui bahwa An. F mengalami beberapa keluhan saluran pernapasan. Gejala utama yang dirasakan adalah batuk berdahak yang telah berlangsung selama lima hari terakhir. Batuk bersifat intermiten (tidak terus-menerus), namun cukup mengganggu terutama pada malam hari menjelang tidur. Hasil observasi menunjukkan bahwa frekuensi batuk pada saat pengkajian sebanyak empat kali, dengan setiap kali batuk terdiri dari dua hentakan dan durasi sekitar dua hingga tiga detik, serta disertai dengan dahak yang kental. Batuk cenderung muncul saat suhu dingin atau ketika posisi tubuh berbaring.

Selain batuk, An. F juga mengalami pilek (hidung berair) yang mulai muncul satu hari sebelum pengkajian. Gejala ini disertai dengan hidung tersumbat yang dirasakan selama dua hari terakhir, terutama pada malam hari, yang membuat pernapasan menjadi kurang nyaman. An. F juga mengalami bersin-bersin selama dua hari terakhir, dengan frekuensi lebih sering terjadi pada pagi hari.

Keluhan lain yang menyertai adalah rasa gatal pada tenggorokan yang dialami selama dua hari terakhir, terutama pada malam hari sebelum tidur. Gejala ini seringkali memicu rasa tidak nyaman dan memperberat keluhan batuk.

Secara umum, gejala ISPA juga memengaruhi kondisi sistemik An. F mengalami penurunan nafsu makan selama dua hari terakhir. Menurut keterangan wali, pasien hanya menghabiskan sekitar  $\frac{1}{2}$  porsi nasi dan lauk dari porsi biasanya pada setiap waktu makan. Pasien mengaku tidak berselera makan, cepat merasa kenyang, dan lebih memilih minum air hangat atau teh dibandingkan makanan padat.

Selain itu, terdapat gangguan tidur yang dilaporkan selama dua malam terakhir. Pasien menyatakan tidur malam menjadi tidak nyenyak karena sering terbangun akibat batuk dan rasa tidak nyaman di tenggorokan serta hidung tersumbat. Waktu tidur pasien hanya berkisar sekitar 4–5 jam per malam, dengan kualitas tidur yang buruk (sering terbangun dan sulit kembali tidur). Kondisi ini menyebabkan pasien merasa lemas, kurang fokus, dan mengantuk di siang hari.

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi, dapat disimpulkan bahwa An. F mengalami gejala ISPA kategori ringan, ditandai oleh keluhan pada saluran pernapasan atas seperti batuk berdahak, pilek, hidung tersumbat, bersin-bersin, dan tenggorokan gatal, serta disertai dengan gejala sistemik berupa penurunan nafsu makan (konsumsi makanan  $\pm 50\%$  dari porsi normal) dan gangguan tidur (durasi tidur hanya 4–5 jam/malam) yang memengaruhi kondisi fisik dan fungsional harian pasien.

b. Setelah Implementasi Terapi Inhalasi Uap

Setelah dilakukan terapi inhalasi uap menggunakan campuran minyak kayu putih, jahe, dan serai selama tiga hari berturut-turut, evaluasi lanjutan terhadap kondisi An. F dilakukan pada tanggal 20 Juni 2025 melalui wawancara dengan Ny. M (wali pasien) dan observasi langsung terhadap kondisi klien. Evaluasi ini bertujuan untuk mengetahui perkembangan gejala Infeksi Saluran Pernapasan Akut (ISPA) setelah intervensi dilakukan.

Hasil evaluasi menunjukkan bahwa gejala batuk berdahak masih dialami oleh An. F, namun intensitas dan frekuensinya cenderung menurun. Dahak yang keluar tampak lebih encer dibanding sebelumnya, dan batuk tidak lagi terlalu mengganggu aktivitas atau waktu istirahat, terutama di malam hari.

Gejala pilek dan hidung tersumbat yang sebelumnya dirasakan telah menghilang. Pada hari ketiga, An. F tidak lagi mengalami keluarnya cairan dari hidung, dan saluran napas atas sudah terasa lebih lega. Saat tidur pun, An. F dapat bernapas dengan lancar melalui hidung.

Keluhan bersin-bersin yang sempat sering terjadi di pagi hari juga sudah tidak dirasakan lagi. Selama observasi tidak ditemukan tanda-tanda bersin berulang.

Rasa gatal pada tenggorokan masih dikeluhkan oleh An. F, terutama menjelang malam hari. Meski demikian, keluhan ini tidak terlalu mengganggu aktivitas harian dan tidak menyebabkan gangguan tidur.

Dari aspek sistemik, nafsu makan pasien belum menunjukkan perbaikan yang signifikan. Pasien masih mengonsumsi makanan hanya sekitar  $\frac{1}{2}$  porsi dari biasanya, dan belum merasa lapar seperti sebelum sakit.

Namun, kualitas tidur menunjukkan peningkatan yang jelas. Sebelumnya pasien hanya tidur 4–5 jam per malam dengan banyak gangguan, namun kini pasien dapat tidur selama 6–7 jam per malam secara lebih nyenyak, hanya sesekali terbangun. Pasien juga merasa lebih segar saat bangun pagi, dan tidak lagi mengeluhkan rasa lemas seperti sebelumnya.

Berdasarkan hasil evaluasi tersebut, dapat disimpulkan bahwa setelah tiga hari implementasi terapi inhalasi uap, An. F menunjukkan perbaikan signifikan pada sebagian besar gejala ISPA, terutama pada gejala pilek, hidung tersumbat, dan bersin. Batuk berdahak dan rasa gatal tenggorokan masih ada, namun dalam intensitas lebih ringan. Selain itu, kualitas tidur membaik, meskipun nafsu makan masih belum pulih dan menjadi aspek yang perlu ditindaklanjuti dalam proses pemulihan menyeluruh.

### 3. Gejala ISPA Pada An. A Sebelum dan Setelah Implementasi Terapi Inhalasi Uap

*Tabel 4.3. Skor Gejala ISPA Sebelum dan Sesudah Terapi Inhalasi Uap An.A di Puskesmas Oesapa, Tanggal 17 dan 21 Juni 2025*

No.	Gejala ISPA	Skor Sebelum Terapi	Skor Sesudah Terapi
1	Batuk kering	0	0
2	Batuk berdahak	3	1
3	Pilek (hidung berair)	4	2
4	Hidung tersumbat	3	0
5	Bersin	2	0
6	Tenggorokan gatal	0	0
7	Sesak napas ringan	2	0
8	Nafsu makan menurun	0	0
9	Kualitas tidur terganggu	2	0
10	Suhu tubuh meningkat	0	0
<b>Total Skor</b>		<b>16</b>	<b>3</b>

**Keterangan :**

- |                        |                  |
|------------------------|------------------|
| 0: Tidak ada gejala    | 3: Gejala sedang |
| 1: Gejala sangat ringa | 4: Gejala berat  |
| 2: Gejala ringan       |                  |

a. Sebelum Implementasi Terapi Inhalasi Uap

Pengkajian terhadap An. A dilakukan pada tanggal 17 Juni 2025 melalui wawancara dengan ibu pasien, Ny. Y. Fokus pengkajian diarahkan pada gejala-gejala Infeksi Saluran Pernapasan Akut (ISPA) yang dialami oleh anak. Berdasarkan hasil wawancara, diperoleh informasi bahwa An. A telah mengalami beberapa gejala saluran pernapasan yang mengarah pada kondisi ISPA.

Gejala utama yang dirasakan adalah batuk berdahak yang telah berlangsung selama dua hari terakhir. Batuk dilaporkan terjadi beberapa kali dalam sehari, terutama saat malam hari dan pagi hari, serta disertai produksi dahak. Selain batuk, An. A juga mengalami pilek atau hidung berair yang terjadi secara terus-menerus sejak dua hari terakhir. Kondisi ini disertai dengan hidung tersumbat, yang menyebabkan ketidaknyamanan saat bernapas, terutama pada malam hari.

Gejala lain yang menyertai adalah sesak napas yang mulai dirasakan pada waktu-waktu tertentu, terutama saat anak beraktivitas ringan atau ketika menjelang tidur. Ibu pasien menyatakan bahwa anak tampak kesulitan bernapas melalui hidung dan terkadang bernapas lewat mulut, serta terlihat gelisah saat malam hari.

Selain keluhan pernapasan, An. A juga mengalami gangguan pada pola istirahat. Dalam dua hari terakhir, kualitas tidurnya terganggu, di mana anak tampak sulit tidur nyenyak dan

sering terbangun di malam hari akibat rasa tidak nyaman pada saluran pernapasan.

Berdasarkan hasil wawancara dan pengkajian yang dilakukan, dapat disimpulkan bahwa An. A mengalami gejala ISPA kategori ringan, yang ditandai dengan batuk berdahak, pilek, hidung tersumbat, sesak napas ringan, serta gangguan pada kualitas tidur.

b. Setelah Implementasi Terapi Inhalasi Uap

Setelah diberikan terapi inhalasi uap menggunakan campuran minyak kayu putih, jahe, dan serai selama tiga hari berturut-turut, dilakukan evaluasi terhadap kondisi An. A pada tanggal 21 Juni 2025. Evaluasi dilakukan melalui wawancara dengan ibu pasien, Ny. Y, serta observasi langsung untuk menilai perubahan gejala Infeksi Saluran Pernapasan Akut (ISPA) yang sebelumnya dialami.

Hasil evaluasi menunjukkan adanya perbaikan yang signifikan dibandingkan kondisi awal. Batuk berdahak yang sebelumnya berlangsung selama dua hari sebelum intervensi, dan masih terjadi hingga hari kedua pelaksanaan terapi, kini sudah tidak ditemukan lagi pada hari ketiga. Ibu pasien menyatakan bahwa anak tidak lagi batuk sejak pagi hari ketiga, dan selama observasi tidak tampak tanda-tanda batuk maupun upaya mengeluarkan dahak.

Gejala pilek masih ada, namun dalam intensitas yang lebih ringan. Lendir yang keluar dari hidung tampak lebih encer dan tidak terus-menerus seperti sebelumnya. Anak masih mengelap hidung sesekali, tetapi tidak tampak terganggu dalam aktivitas harian.

Hidung yang sebelumnya tersumbat kini sudah tidak mengalami penyumbatan lagi. Anak dapat bernapas melalui

hidung dengan baik, bahkan saat tidur. Tidak tampak usaha bernapas melalui mulut atau menunjukkan kesulitan bernapas seperti sebelum terapi.

Keluhan bersin-bersin juga sudah tidak muncul lagi. Selama hari ketiga, tidak ditemukan bersin yang berulang, baik pada pagi hari maupun saat perubahan suhu.

Keluhan sesak napas ringan yang sebelumnya dialami, terutama saat menjelang tidur atau saat beraktivitas ringan, kini sudah tidak dirasakan lagi. Anak tampak bernapas normal, dengan frekuensi dan irama napas yang stabil.

Kualitas tidur juga mengalami perbaikan. Anak mampu tidur lebih nyenyak pada malam kedua dan ketiga, tanpa gangguan akibat batuk, pilek, atau sesak napas. Ibu pasien menyatakan bahwa anak tampak lebih segar dan aktif setelah bangun tidur.

Setelah tiga hari terapi inhalasi uap, An. A menunjukkan perbaikan klinis yang jelas. Gejala batuk berdahak yang masih muncul hingga hari kedua, telah mereda sepenuhnya pada hari ketiga. Hidung tersumbat, bersin, dan sesak napas sudah tidak ditemukan lagi, sementara pilek masih ada namun membaik. Kualitas tidur pun meningkat. Secara keseluruhan, terapi inhalasi uap memberikan dampak positif terhadap pemulihan gejala ISPA ringan pada An. A.

## 4.2 Pembahasan

### 1. Karakteristik Partisipan dan Kerentanan Terhadap ISPA

Berdasarkan hasil identifikasi karakteristik partisipan, anak-anak dan remaja yang mengalami gejala ISPA dalam penelitian ini berusia antara 10 hingga 21 tahun. Usia tersebut termasuk dalam kelompok rentan terhadap infeksi saluran pernapasan akut, karena aktivitas luar rumah yang cukup tinggi, sering berinteraksi dengan teman sebaya, serta kebiasaan tidak menjaga kebersihan diri secara optimal, seperti jarang mencuci tangan, tidak menutup mulut saat batuk, atau terpapar polusi udara.

Pada anak-anak dan remaja, sistem imun tubuh masih berada dalam tahap perkembangan. Anak usia sekolah dan remaja umumnya mengalami proses pematangan sistem kekebalan tubuh yang belum sepenuhnya optimal dalam melawan infeksi, khususnya infeksi saluran pernapasan atas yang disebabkan oleh virus dan bakteri seperti *rhinovirus*, *streptococcus pneumoniae*, dan *Haemophilus influenzae*. Selain itu, struktur saluran pernapasan anak yang masih relatif sempit menyebabkan mudahnya terjadi sumbatan apabila terjadi peradangan atau produksi lendir yang berlebih.

Menurut Hernawati., (2022), anak usia 12–18 tahun cenderung lebih banyak melakukan aktivitas di luar rumah, khususnya di lingkungan jalanan yang terpapar langsung polusi udara. Hal ini memperbesar risiko anak terinfeksi penyakit, terutama ISPA, apalagi bila tidak didukung dengan pengetahuan tentang kebersihan diri dan gaya hidup sehat. Masa remaja juga ditandai dengan peningkatan paparan lingkungan luar, namun tidak selalu diiringi dengan kedisiplinan menjaga kebersihan, seperti mencuci tangan, menggunakan masker saat berdebu, atau etika batuk yang baik.

Lebih lanjut, hasil studi literatur oleh Saputri dkk., (2025) menyatakan bahwa faktor individu seperti umur, status gizi, status