

BAB 5

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai pengaruh implementasi terapi inhalasi uap menggunakan campuran minyak kayu putih dengan rebusan jahe dan serai terhadap penurunan gejala ISPA pada anak diwilayah kerja Puskesmas Oesapa, maka dapat disimpulkan :

1. Karakteristik partisipan dalam penelitian ini terdiri dari tiga anak dengan usia antara 10 hingga 21 tahun, yang seluruhnya mengalami gejala ISPA ringan. Seluruh partisipan memiliki riwayat penyakit saluran pernapasan, seperti batuk pilek berulang dan sesak napas ringan. Penanganan sebelumnya sebagian besar dilakukan secara mandiri di rumah, seperti pemberian obat warung atau minyak kayu putih. Terapi inhalasi uap belum pernah dilakukan secara rutin dan terstruktur oleh partisipan sebelum penelitian ini.
2. Pengalaman partisipan sebelum dan sesudah terapi inhalasi uap menunjukkan adanya perubahan yang bermakna. Sebelum terapi, partisipan mengeluhkan batuk (kering atau berdahak), pilek, hidung tersumbat, bersin, tenggorokan gatal, sesak napas ringan, gangguan tidur, serta nafsu makan menurun. Setelah terapi inhalasi uap selama tiga hari berturut-turut, sebagian besar gejala mengalami perbaikan yang signifikan, khususnya pada batuk, pilek, hidung tersumbat, dan gangguan tidur.
3. Implementasi terapi inhalasi uap dilakukan menggunakan bahan alami berupa campuran jahe, serai, dan minyak kayu putih. Terapi dilaksanakan satu kali per hari selama ± 10 menit dalam durasi tiga hari, dengan metode uap tertutup. Pelaksanaan terapi terbukti efektif dalam membantu meringankan gejala ISPA ringan yang dialami oleh anak-anak.

4. Perubahan gejala ISPA sebelum dan setelah terapi inhalasi uap menunjukkan bahwa batuk menjadi lebih ringan bahkan hilang, pilek dan sumbatan hidung menghilang, bersin dan tenggorokan gatal menurun intensitasnya, sesak napas hilang, dan kualitas tidur meningkat. Meskipun nafsu makan belum pulih sepenuhnya pada beberapa partisipan, secara umum terjadi perbaikan signifikan terhadap gejala utama ISPA.

5.2 Saran

1. Bagi Keluarga/Orang Tua

Diharapkan orang tua dapat memanfaatkan terapi inhalasi uap sebagai alternatif intervensi non-farmakologis yang mudah, murah, dan aman dilakukan di rumah untuk mengurangi gejala ISPA ringan pada anak. Penerapan terapi ini juga dapat menjadi bentuk upaya mandiri keluarga dalam meningkatkan kesehatan pernapasan anak.

2. Bagi Tenaga Kesehatan di Puskesmas

Diharapkan tenaga kesehatan dapat mengenalkan dan mensosialisasikan penggunaan terapi inhalasi uap berbahan alami sebagai bagian dari promosi kesehatan, khususnya pada kasus ISPA ringan. Edukasi kepada masyarakat mengenai cara pembuatan dan pelaksanaan terapi ini dapat meningkatkan kemandirian keluarga dalam perawatan anak.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini masih memiliki keterbatasan dalam jumlah partisipan. Oleh karena itu, disarankan kepada peneliti selanjutnya untuk melibatkan jumlah responden yang lebih banyak, mempertimbangkan perbandingan dengan terapi lain, serta menggunakan alat ukur yang lebih objektif untuk menilai perbaikan gejala ISPA secara klinis.

4. Bagi Institusi Pendidikan

Terapi inhalasi uap dapat dijadikan salah satu bahan ajar atau praktik keperawatan komunitas dalam pengelolaan gejala ISPA ringan berbasis pemberdayaan keluarga dan pendekatan holistik. Hal ini sejalan dengan prinsip keperawatan promotif dan preventif.