

PENGARUH KONSUMSI REBUSAN AIR KUNYIT TERHADAP RASA NYERI PERUT PADA PENDERITA GASTRITIS DI KELUARGA

Invira Anfiq Syafila*, Tri Yuniarti, Aris Widiyanto

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Mamba'ul 'Ulum Surakarta, Jalan Ringroad Utara, Mojosongo, Jebres, Surakarta, Jawa Tengah 57127, Indonesia

*inviraanfiq3@gmail.com

ABSTRAK

Rebusan air kunyit (*Curcuma Longa*) merupakan salah satu bahan pengobatan tradisional untuk berbagai kondisi kesehatan, termasuk masalah pada pencernaan salah satunya adalah gastritis Tujuan : Mengetahui perubahan skala nyeri perut pada penderita gastritis setelah mengkonsumsi rebusan air kunyit Metode : Penelitian yang digunakan yaitu dengan cara literatur review. Pencarian artikel jurnal dilakukan melalui database Google Scholar dan Pubmed dengan keyword : air kunyit, asam lambung, gastritis Hasil : Hasil penelitian menunjukkan bahwa konsumsi rebusan air kunyit dapat memberikan manfaat dalam mengurangi rasa nyeri perut pada penderita gastritis. Beberapa artikel jurnal menyebutkan bahwa kunyit mengandung beberapa unsur senyawa seperti kurkuminoid dan minyak atsiri yang memiliki efek antiinflamasi dan melindungi mukosa lambung, sebuah penelitian eksperimen juga menunjukkan bahwa pemberian kunyit kepada penderita gastritis dapat meningkatkan nafsu makan dan mengurangi nyeri perut Kesimpulan : disimpulkan bahwa konsumsi rebusan air kunyit dapat menjadi terapi non-farmakologi yang bermanfaat dalam mengurangi rasa nyeri perut pada penderita gastritis.

Kata kunci: air kunyit; asam lambung; gastritis

THE EFFECT OF CONSUMING TURMERIC WATER ON STOMACH PAIN IN GASTRITIS SUFFERERS IN THE FAMILY

ABSTRACT

*Turmeric (*Curcuma Longa*) decoction is one of the traditional medicinal ingredients for various health conditions, including digestive problems, one of which is gastritis. Objective: To determine the changes in the scale of abdominal pain in patients with gastritis after consuming turmeric decoction. Method: The research used is a literature review. The search for journal articles was carried out through the Google Scholar and Pubmed databases with the keywords: turmeric water, gastric acid, gastritis. Results: The research results show that the consumption of turmeric decoction can provide benefits in reducing abdominal pain in patients with gastritis. Several journal articles mention that turmeric contains compounds such as curcuminoids and essential oils that have anti-inflammatory effects and protect the gastric mucosa. An experimental study also showed that the administration of turmeric to patients with gastritis can increase appetite and reduce abdominal pain. Conclusion: It is concluded that the consumption of turmeric decoction can be a non-pharmacological therapy that is useful in reducing abdominal pain in patients with gastritis.*

Keywords: *gastric acid; gastritis; turmeric water*

PENDAHULUAN

Lambung merupakan salah satu organ tubuh yang berfungsi sebagai tempat penampungan makanan dan didalamnya terdapat asam lambung yang harus dijaga agar asam lambung tetap normal tetapi jika kadar asam lambung tinggi maka akan menyebabkan penyakit (Gustini et al., 2023). Penyakit yang umum ditemukan di klinik (Sukarmin, 2022) atau tempat kesehatan lainnya dan umum dialami masyarakat, baik remaja maupun orang dewasa adalah gastritis. Penyakit gastritis atau maag terjadi ketika mukosa lambung mengalami peradangan yang biasanya disebabkan oleh faktor infeksi dan iritasi. (Siagian et al., 2021). Apabila mukosa lambung terinfeksi dan teriritasi maka penderita akan merasakan sakit perut, nyeri pada lambung, mual-muntah, nafsu makan yang mulai menurun. (Haile G,

2023b).

Bakteri *Helicobacter pylori*, virus, atau parasit lainnya adalah penyebab utama gastritis (Elin Karlina Nasution, 2023). Gastritis merupakan salah satu penyakit tidak menular (Sa'adah & Hafifah, 2021) yang timbul akibat ketidakseimbangan asam lambung sebagai faktor agresif dan mukosa lambung sebagai faktor protektif dimana jika faktor agresif tidak seimbang maka akan mengakibatkan iritasi lambung sehingga seseorang akan mengalami gastritis (Fajriyah & Dermawan, 2022). Gastritis dibagi menjadi 2 yaitu gastritis akut dan gastritis kronik. Gastritis akut merupakan proses peradangan pada mukosa lambung yang terjadi secara bertahap dalam jangka waktu perlahan, sementara gastritis kronik merupakan peradangan yang terjadi di mukosa lambung dengan proses perlahan dari waktu ke waktu dalam jangka yang lama. Gastritis disebabkan oleh ketidakmampuan mengikuti gaya hidup sehat seperti terlalu sering mengonsumsi alkohol, makan tidak tepat waktu, perokok aktif, sering minum kopi, stres fisik dan stres psikologis (Sari & Nurman, 2024). Gastritis dapat diatasi dengan makan dalam jumlah sedikit dan sering, minum air putih untuk menetralkan kadar asam lambung yang tinggi, dan mengonsumsi makanan kaya serat seperti buah-buahan dan sayur-sayuran untuk mengurangi ketegangan pada saluran cerna dan mencegah kekambuhan (Eka Novitayanti, 2020 dalam (Nurfauziah et al., 2024)

Secara global kejadian gastritis berkisar antara 1,8 dan 2,1 juta kasus per tahun. (Yunanda, 2023). Badan penelitian kesehatan World Health Organization (WHO) melaksanakan penelitian secara global mendunia dan memperoleh analisis data penderita gastritis sebagai berikut; presentase 22% di Inggris, presentase 31% di China, presentase 14,5% di Jepang, presentase 35% di Kanada dan presentase 29,5% di Prancis. Kasus gastritis di Asia Tenggara sekitar 583.635 kasus dari jumlah penduduk per tahunnya. (Sari & Nurman, 2024). Menurut Kemenkes RI, penyakit gastritis menduduki posisi nomor enam dengan total 33.580 pasien rawat inap dengan persentase 60,86%. Pada posisi nomor tujuh kasus gastritis ada 201.083 pasien rawat jalan. Angka kejadian gastritis sangat umum beberapa daerah yaitu 274.396 kasus per 238.452.952 penduduk dengan persentase 40,8%. Persentase kasus gastritis di kota besar Indonesia meliputi Jakarta sebanyak 50%, Palembang sebanyak 35,5%, Bandung sebanyak 32%, Denpasar sebanyak 46%, Surabaya sebanyak 31,2%, Aceh sebanyak 31,7%, Pontianak sebanyak 31,2%, sementara kejadian gastritis paling banyak ditemui adalah di kota Medan dengan persentase 91,6%. (Yunanda, 2023). Dengan demikian, permasalahan terkait penyakit ini rata-rata belum terpecahkan. Gastritis identik dengan kata nyeri seperti rasa panas yang mengganggu dan terasa sakit (Umaroh & Sulistyanto, 2021). Gastritis yang sangat nyeri disebabkan oleh peningkatan asam lambung karena erosi mukosa yang merangsang reseptor nyeri dan jika pengobatan tertunda, bisa menjadi lebih parah bahkan terkadang bisa saja terjadi komplikasi. Gastritis dapat ditangani dengan terapi farmakologi seperti antasida, ranitidine, domperidone dan omeprazole yang dianjurkan oleh dokter tergantung dari usia dan kondisi pasien (Hastari & Kurniawan, 2022), akibat terapi farmakologi yang mempunyai dampak buruk, masyarakat kini mulai beralih ke terapi non farmakologi (Diana & Nurman, 2020), terapi nonfarmakologi yang dapat dilakukan yaitu dengan terapi air rebusan kunyit. (Haile G, 2023a)

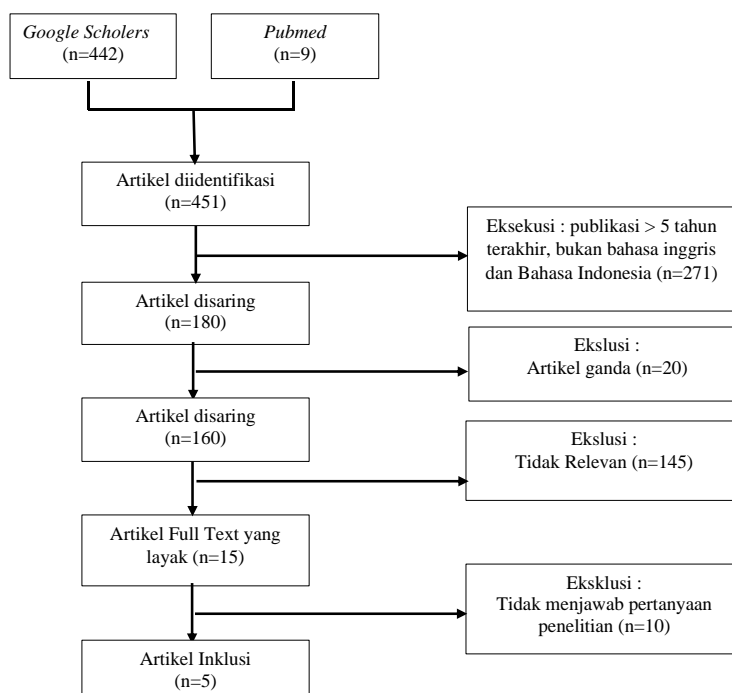
Kunyit disebut sebagai "Golden Spice" karena sangat identik dengan tanaman obat di India (Kurniawan et al., 2021) yang termasuk dalam keanekaragaman hayati, Indonesia ditetapkan sebagai laboratorium alam di dunia (Rindita et al., 2023) yang memiliki puluhan ribu tanaman kaya manfaat, salah satunya adalah tanaman kunyit atau biasa disebut dalam bahasa Jawa (kunir) merupakan tanaman obat herbal alami dan termasuk dalam tanaman dari golongan Zingiberaceae, biasanya tumbuh di wilayah tropis dunia dan termasuk dalam kategori rempah asli Asia Tenggara yang mudah ditemukan. Kunyit mempunyai akar serabut dan rimpang yang bisa dimanfaatkan sebagai bahan

memasak. Selain itu, kunyit sering digunakan untuk pengobatan herbal alami karena memiliki kandungan senyawa zat aktif utama berupa kurkuminoid dan minyak atsiri yang bermanfaat untuk menghilangkan rasa nyeri pada lambung. (Diana & Nurman, 2020)

Menurut penelitian Chofizah Hikmah (2019) membuktikan metode eksperimen dan uji aktivitas katalitik secara langsung terhadap tanaman kunyit dapat digunakan untuk meningkatkan nafsu makan pada penderita gastritis. Dengan metode uji aktivitas langsung dilakukan berdasarkan variasi yang sama selama 1 bulan, tahapan pertama yang dilakukan adalah membuat sari/ekstrak kunyit, caranya adalah menyiapkan rimpang kunyit(5 rimpang/250mg) kemudian dikupas lalu diparut dan direbus dengan air sebanyak 600ml setelah itu rebusan air kunyit bisa dikonsumsi setiap pagi dalam keadaan perut kosong dan malam hari sebelum tidur. Hasil pada minggu pertama nyeri sudah berkurang tetapi tidak terlalu signifikan. Minggu kedua dan ketiga penderita sudah menunjukkan perubahan yang awalnya susah makan menjadi mulai lahap, sedangkan pada minggu keempat penderita sudah sangat sehat, nyeri hilang, nafsu makan bertambah. (Diana & Nurman, 2020) Kunyit atau *Curcuma Longa* mempunyai kandungan aktivitas multiseluler karena dapat mengurangi bahkan membalikkan efek berbagai penyakit dengan menghambat 97,3 % enzim lipid peroksidase dalam sel, sebagai antioksidan polifenol yang dapat mencegah pemicu terjadinya asam lambung dan kurkuminoid serta minyak atsiri yang mempunyai senyawa aktif bermanfaat untuk menghilangkan rasa nyeri pada mukosa lambung (Muniroh et al., 2021), jadi dapat disimpulkan bahwa kurkumin dalam kunyit dapat menurunkan dan menghambat inflamasi(Fadhilah et al., 2021), berdasarkan informasi diatas maka peneliti tertarik untuk mereview jurnal artikel tentang pengaruh rebusan air kunyit untuk menurunkan nyeri perut pada penderita gastritis dengan Literatur Review

METODE

Langkah pertama yang dipakai dalam Literature review kali ini diawali dengan memilih topik, setelah itu menentukan keyword untuk mencari artikel jurnal yang ditulis dalam Bahasa Indonesia melalui database Google Scholar dengan keyword : air kunyit, asam lambung, gastritis. Terdapat 442 jurnal Google Scholar dan 9 jurnal Pubmed yang telah kami identifikasi , sumber data yang diberikan adalah jurnal yang dipublikasikan dalam kurun waktu 5 tahun terakhir(2019-2024) tetapi hanya ada sedikit jurnal (lima jurnal) yang dipilih untuk dilakukan review berdasarkan kriteria inklusi dalam literature review ini adalah penggunaan air rebusan kunyit untuk nyeri gastritis.



HASIL DAN PEMBAHASAN

Setelah melakukan pencarian dengan kata kunci di atas, kami menemukan beberapa (5) artikel jurnal yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Setiap artikel jurnal menggunakan metode observasi dan analisis yang berbeda namun membahas pokok bahasan yang sama, meskipun tidak sepenuhnya identik

Table 1.
Karakteristik responden

No	Author/ Penulis	Nama Jurnal, Vol (No) Tahun, Alamat doi/URL jurnal	Judul	Metode	Hasil Kesimpulan Artikel	Data base
1	(Siagian et al., 2021)	Forum Ilmiah Pengaruh pemberian ramuan induk kunyit dan madu dalam mengurangi kesakitan pada penderita gastritis Berkala Kesehatan Masyarakat Tahun 2021 VOL.1 hal. 0-5. http://jurnal.unprim.dn.ac.id/index.php/fiberkesmas/article/view/1581	Pengaruh pemberian ramuan induk kunyit dan madu dalam mengurangi kesakitan pada penderita gastritis	Metodenya menggunakan desain quasi experiment dengan rancangan penelitian pretest dan menggunakan sampel 30 penderita gastritis yang sedang mengalami kekambuhan kemudian dibagi menjadi 2 kelompok(masing-masing kelompok 15 orang) yaitu kelompok 1 menerima ramuan air kunyit dan kelompok 2 menerima ramuan air kunyit dan madu. Pengukuran tingkat nyeri dilakukan sebelum dan sesudah	Hasilnya Pada kelompok 1 skala nyeri menurun secara signifikan dari 5,27 menjadi 2,13(p<0,001) Pada kelompok 2 skala nyeri menurun secara signifikan dari 5,93 menjadi 2,27(p<0,001) menunjukkan ramuan kunyit dan ramuan kunyit-madu dapat menjadi terapi alternatif yang aman dan efektif untuk pasien gastritis Terapi alami ini dapat membantu meringankan gejala dan mempercepat penyembuhan gastritis tanpa efek samping Kesimpulannya ramuan kunyit dan ramuan kunyit-madu memberikan bukti yang menjanjikan untuk penderita	Google Scholar

				intervensi selama 2 minggu.	gastritis	
2	(Insyra et al., 2024)	Jurnal Pahlawan Kesehatan Penelitian Dan Pengabdian Pada Bidang Kesehatan Vol. 1 No. 1 Tahun 2024 Hal. 102-10 https://journal.uni-versitaspahlawan.ac.id/index.php/jpk/article/view/25286	Konsumsi Air Perasan Kunyit Dan Madu pada Penderita Gastritis di Desa Simpang Kubu Wilayah Kerja UPT Puskesmas Air	Metode yang digunakan adalah implementasi pemberian air perasan kunyit selama seminggu kurang (6 hari) pada tanggal 11 Juli 2023 sampai 16 Juli 2023 dengan dikaji secara komperhensif skala nyeri (P-Q-R-S-T) Air perasan kunyit diminum 2x24 jam setiap pagi dan sore dengan dosis 250mg kunyit dan 60 ml air hangat	Hasilnya Terjadi penurunan skala nyeri pada penderita gastritis dari skala 5 pada hari pertama menjadi skala 0 pada hari keenam, hal ini menunjukkan adanya pengaruh pemberian konsumsi air perasan kunyit dan madu terhadap penurunan skala nyeri pada penderita gastritis Kesimpulannya Terdapat pengaruh positif pemberian konsumsi air perasan kunyit dan madu terhadap penurunan skala nyeri pada penderita gastritis	Google Scholar
3	(Diana & Nurman, 2020)	Jurnal Ners Volume 4 Nomor 2 Tahun 2020 Halaman 130 - 138 JURNAL NERS Research & Learning in Nursing Science https://journal.uni-versitaspahlawan.ac.id/index.php/ners/article/view/1147	Pengaruh Konsumsi Perasan Air Kunyit Terhadap Rasa Nyeri Pada Penderita Gastritis Akut Usia 45-54 Tahun Di Desa Kampung Pinang Wilayah Kerja Puskesmas Perhentian Raja	Metode yang digunakan adalah study pra-eksperimental, one-group pretest-posttest untuk menilai pengaruh konsumsi air perasan kunyit Populasi seluruh penderita gastritis berusia 45 tahun sampai dengan usia 54 tahun di Desa Kampung Pinang yang berjumlah 48 orang	Hasilnya Skala nyeri sebelum konsumsi air rebusan kunyit rata-rata adalah 4,85 (SD 0,671). Skala nyeri setelah konsumsi air rebusan kunyit rata-rata adalah 2,20 (SD 0,768). Uji statistik menunjukkan nilai p-value sebesar 0,000(<0,05) yang menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan dengan mengkonsumsi air rebusan kunyit terhadap penurunan nyeri gastritis Kesimpulan Konsumsi air rebusan kunyit secara signifikan mengurangi nyeri pada pasien gastritis berusia 45-54 tahun	Google Scholar
4	(Nisa, 2022)	JURNAL PENDIDIKAN SAINS 2022 Hal 1-11 http://gg.gg/1auf55	Pemanfaatan Tanaman Kunyit (Curcuma longa) Untuk Dijadikan Jamu Tradisional Sebagai Obat Penyakit Maag Didaerah Sumber, Kabupaten	Metode yang dipilih adalah metode kualitatif menggunakan sumber data primer berupa observasi secara langsung dan sekunder melalui studi literatur beberapa jurnal.	Hasilnya Bagian kunyit yang diambil untuk obat adalah rimpangnya dan rimpang kunyit terbukti sebagai obat herbal penurun nyeri maag/gastritis Kesimpulannya Obat herbal kunyit dapat dimanfaatkan untuk mengatasi masalah nyeri pada penderita maag/ gastritis	Google Scholar

Cirebon.

5	(Ismansyah et al., 2023)	Healthcare in Low-Resource Vol.11 2023 Pages 31-34 https://www.pagepressjournals.org/index.php/hls/article/view/11729	Khasiat kunyit (Curcuma longa Linn) rebusannya untuk mengurangi nyeri pada penderita gastritis	Metode yang digunakan adalah Desain quasi eksperimental dengan pendekatan one-group pre-and post-test Sampel berjumlah 100 pasien gastritis di Samarinda, Indonesia, Implementasi berupa pemberian rebusan kunyit 2x150 ml/hari selama 14 hari. Pengukuran nyeri menggunakan skala nyeri	Hasilnya adalah terjadi penurunan skor nyeri yang signifikan setelah pemberian rebusan air kunyit. Rata-rata skor nyeri menurun dari 3,83 pada saat pre-test menjadi 1,34 pada post-test hari ke-5, hasil 0,62 pada hari ke-10, dan hasil 0,31 pada hari ke-14. Analisis statistika menunjukkan perbedaan yang signifikan antara pre-test dan post-test(p=0,0000) Kesimpulannya air rebusan kunyit efektif dalam mengurangi nyeri gastritis	Google Scholar
---	--------------------------	--	--	--	---	----------------

Kunyit termasuk jenis rumput – rumputan yang memiliki tinggi \pm satu meter dengan bunga warna putih yang memiliki panjang 10 – 15 cm, memiliki bau harum aromatis, umbi berwarna kuning tua dan sedikit manis (Nugraha et al., 2022). Tanaman herbal tradisional umumnya dipercaya sebagai tanaman obat, disebut demikian karena tanaman-tanaman tersebut telah dibuktikan secara turun temurun untuk membantu mengobati penyakit, salah satunya adalah kunyit yang didalamnya terdapat zat aktif yang mempunyai fungsi dapat membantu mengobati penyakit tertentu, sehingga tanaman obat ini disebut sebagai tanaman herbal tradisional. Tetapi untuk memunculkan zat-zat tersebut dibutuhkan beberapa proses pengolahan. Dalam artikel jurnal ini akan membahas tentang tanaman kunyit yang dipercaya secara turun temurun dapat menurunkan nyeri gastritis Menurut (Siagian et al., 2021) dalam penelitian ini, ramuan induk kunyit dan madu dipilih sebagai bahan pengobatan gastritis karena keduanya memiliki sifat-sifat yang bermanfaat dalam mengurangi gejala dan kesakitan yang terkait dengan gastritis. Kunyit, juga dikenal dengan nama Curcuma longa, telah lama digunakan dalam pengobatan tradisional sebagai antiinflamasi alami. Selain itu, kunyit juga memiliki sifat antimikroba yang dapat membantu mencegah infeksi yang berpotensi menyebabkan gastritis. Dengan mengurangi peradangan dan melawan infeksi, kunyit dapat membantu mengurangi gejala gastritis seperti nyeri perut, mual, dan muntah. Selain itu, madu memiliki sifat antimikroba dan antiinflamasi alami yang dapat membantu mengurangi peradangan pada mukosa lambung. Selain itu, madu juga dapat membantu mempercepat proses penyembuhan luka pada lambung dan mukosa lambung yang rusak akibat gastritis.

Penelitian ini menggunakan metode quasi experiment dengan rancangan penelitian pretest dan menggunakan sampel 30 penderita gastritis yang sedang mengalami kekambuhan kemudian dibagi menjadi 2 kelompok(masing-masing kelompok 15 orang) yaitu kelompok 1 menerima ramuan air kunyit dan kelompok 2 menerima ramuan air kunyit dan madu. Pengukuran tingkat nyeri dilakukan sebelum dan sesudah intervensi selama 2 minggu yang dibagi menjadi 2 kelompok yaitu pada kelompok 1 skala nyeri menurun secara signifikan dari 5,27 menjadi 2,13(p<0,001) pada kelompok 2 skala nyeri menurun secara signifikan dari 5,93 menjadi 2,27(p<0,001) menunjukkan ramuan kunyit dan ramuan kunyit-madu dapat menjadi terapi alternatif yang aman dan efektif untuk pasien gastritis Menurut penelitian ini, pemberian ramuan induk kunyit dan pemberian ramuan induk kunyit dan madu terbukti memberikan pengaruh yang besar dalam mengurangi skala nyeri gastritis. Hal ini menunjukkan potensi penggunaan kedua ramuan tersebut sebagai pengobatan alternatif untuk gastritis Menurut (Insyra et al., 2024) Gastritis adalah kondisi peradangan pada mukosa lambung yang disebabkan oleh iritasi dan infeksi. Penyakit ini dapat menyebabkan gejala nyeri yang

mengganggu. Metode studi dilakukan selama 6 hari pada bulan Juli 2023 dengan melibatkan seorang pasien gastritis bernama Ny. Y. Skala nyeri pasien dikaji secara komprehensif menggunakan metode P,Q,R,S,T sebelum dan sesudah pemberian konsumsi air perasan kunyit dan madu. Pasien diajari cara mengurangi nyeri dengan mengonsumsi campuran tersebut. Hasilnya menunjukkan adanya penurunan skala nyeri setelah implementasi pengobatan. Sebelum pengobatan, pasien memiliki skala nyeri sebesar 5, namun setelah 6 hari pengobatan, skala nyeri menurun menjadi 0. Hal ini menunjukkan bahwa konsumsi air perasan kunyit dan madu memiliki efek positif dalam mengurangi nyeri pada pasien gastritis. Penelitian ini memberikan implikasi penting dalam pengobatan gastritis. Penggunaan air perasan kunyit dan madu sebagai terapi non-farmakologi menunjukkan potensi sebagai alternatif yang lebih praktis dan aman dalam mengurangi nyeri pada pasien gastritis. Namun, perlu diingat bahwa penelitian ini dilakukan pada satu pasien saja, sehingga diperlukan penelitian lebih lanjut dengan sampel yang lebih besar untuk memastikan keefektifan dan keamanan pengobatan ini. Sebagai kesimpulan, penelitian ini menunjukkan bahwa konsumsi air perasan kunyit dan madu memiliki pengaruh dalam mengurangi skala nyeri pada pasien gastritis. Pengobatan non-farmakologi ini dapat menjadi alternatif yang lebih praktis.

Menurut (Diana & Nurman, 2020) Gastritis adalah peradangan pada mukosa lambung yang dapat bersifat akut, kronik difus, atau lokal. Gejala gastritis antara lain anoreksia, rasa penuh atau tidak nyaman, nyeri pada epigastrium, mual, dan muntah. Kunyit merupakan tanaman tradisional yang diketahui dapat mengurangi nyeri gastritis karena mengandung kurkuminoid dan minyak atsiri. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh konsumsi perasan air kunyit terhadap rasa nyeri pada penderita gastritis akut usia 45-54 tahun di Desa Kampung Pinang wilayah kerja Puskesmas Perhentian Raja pada tahun 2020. Metode penelitian yang digunakan adalah metode praeksperimental dengan rancangan one group pretest-posttest. Populasi penelitian ini adalah seluruh penderita gastritis di Desa Kampung Pinang usia 45-54 tahun yang berjumlah 48 orang, dengan sampel sebanyak 20 orang yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Data dikumpulkan menggunakan lembar check-list. Hasil penelitian menunjukkan bahwa skala nyeri pada penderita gastritis sebelum diberikan perasan air kunyit adalah 4,85 dengan standar deviasi 0,671, sedangkan skala nyeri setelah diberikan perasan air kunyit adalah 2,20 dengan standar deviasi 0,768. Berdasarkan uji statistik, ditemukan bahwa nilai p-value adalah 0,000 ($< 0,05$), yang menunjukkan adanya pengaruh konsumsi perasan air kunyit terhadap penurunan skala nyeri pada penderita gastritis di Desa Kampung Pinang wilayah kerja Puskesmas Perhentian Raja tahun 2020. Diharapkan kepada responden untuk selalu menjaga pola makan, mengontrol kesehatan, dan mengonsumsi perasan air kunyit dalam menurunkan nyeri gastritis

Menurut (Nisa, 2022) pembuatan jamu herbal tradisional sebagai obat untuk gastritis/maag di daerah Sumber, Cirebon. Salah satu tanaman obat yang banyak ditemui adalah kunyit yang juga dapat dikategorikan sebagai tanaman herbal tradisional. Bagian kunyit yang bisa dimanfaatkan untuk obat herbal adalah bagian rimpangnya, rimpang kunyit dapat diambil manfaat untuk mengurangi nyeri gastritis/maag karena kunyit memiliki kandungan kurkuminoid dan minyak atsiri yang merupakan senyawa sifat obat. Di Indonesia khususnya Jawa masyarakat sering menggunakan tanaman obat herbal tradisional untuk menyembuhkan penyakit secara turun temurun. Hasil dari artikel jurnal ini adalah rimpang kunyit dapat diambil manfaat untuk mengurangi nyeri gastritis/maag. Menurut (Ismansyah et al., 2023) penelitiannya bertujuan untuk mengevaluasi khasiat rebusan kunyit (*Curcuma longa* Linn) dalam mengurangi nyeri pada penderita gastritis. Gastritis adalah gangguan pada saluran pencernaan yang ditandai dengan peradangan pada mukosa lambung. Dalam penelitian ini, dilakukan pendekatan eksperimental dengan desain quasi eksperimental dan pendekatan pre-test dan post-test pada satu kelompok. Sebanyak 100 peserta diambil sebagai sampel penelitian di Samarinda, Indonesia. Sebelum intervensi dilakukan, tingkat nyeri awal peserta diukur menggunakan skala nyeri. Setelah itu, peserta diberikan intervensi berupa konsumsi rebusan kunyit selama 14 hari berturut-turut. Rebusan kunyit

diberikan dalam dosis 2 kali sehari sebanyak 150 mL. Pengukuran tingkat nyeri dilakukan pada hari ke-5, ke-10, dan ke-14 setelah intervensi. Hasil penelitian terjadi penurunan skor nyeri yang signifikan setelah pemberian rebusan air kunyit. Rata-rata skor nyeri menurun dari 3,83 pada saat pre-test menjadi 1,34 pada post-test hari ke-5, hasil 0,62 pada hari ke-10, dan hasil 0,31 pada hari ke-14. Analisis statistika menunjukkan perbedaan yang signifikan antara pre-test dan post-test ($p=0,0000$). Penelitian ini menyimpulkan bahwa rebusan kunyit dapat menjadi pendekatan terapi komplementer dan non-farmakologis yang efektif dalam mengurangi nyeri pada penderita gastritis. Namun, perlu dilakukan penelitian lebih lanjut untuk mengonfirmasi hasil ini dan mengevaluasi dosis yang optimal serta efek samping yang mungkin terkait dengan penggunaan kunyit sebagai terapi gastritis.

Kunyit mengandung senyawa zat aktif yaitu kurkuminoid dan minyak atsiri yang berperan sebagai obat untuk menghilangkan atau melapisi dinding lambung yang luka serta menurunkan kadar asam lambung (Hikmah, 2022) sehingga zat aktif tersebut sangat membantu dalam proses nyeri pada penderita gastritis/maag. Selain itu, kunyit dapat mengontrol produksi asam lambung yang berlebihan serta mengobati perut kembung yang disebabkan oleh gas yang berlebih di perut. (Dewi et al., 2024) karena kunyit memiliki senyawa zat aktif dan dipercaya untuk mengobati masalah lambung maka kunyit sering dijadikan ramuan atau biasa dikenal dengan sebutan jamu yaitu minuman tradisional yang dipercaya sebagai obat untuk menyembuhkan berbagai macam penyakit tanpa menimbulkan efek samping karena berasal dari bahan alami seperti tumbuhan, mineral, dan campuran dari bahan utama yaitu kunyit. (Sofiatunnufus et al., 2022 dalam Fitriani et al., 2024) proses membuatnya adalah dengan cara menyiapkan kunyit sebanyak 3 rimpang kemudian dicuci bersih lalu direbus dengan air sebanyak satu liter ditambah dengan garam setengah sendok teh, direbus sampai air mendidih bisa dikonsumsi saat masih hangat atau sudah dingin. Selain dijadikan jamu dalam bentuk cair kunyit juga bisa dijadikan jamu dalam bentuk serbuk cara pembuatannya adalah menyiapkan kunyit lalu dikupas dan dipotong kecil-kecil untuk diblender dengan sedikit air setelah itu kunyit diperas lalu dipanaskan dengan panci dengan api sedang tambahkan gula sesuai selera kedalam panci yang berisi air kunyit dan diaduk terus sampai gula larut. Proses pemanasan ini dilanjutkan hingga terbentuk gumpalan serbuk dari jamu kunyit sampai mencapai kekentalan yang diinginkan. Proses terakhir yaitu mematikan api, tunggu sampai dingin karena semakin dingin gumpalan serbuknya akan semakin terlihat lalu simpan diwadiah yang kedap udara. (Fitriani et al., 2024)

SIMPULAN

Hasil study Literatur Riview 5 jurnal tersebut dapat disimpulkan bahwa pemberian rebusan air kunyit mempunyai pengaruh yang signifikan dan terbukti secara turun temurun dalam menurunkan skala nyeri pada penderita gastritis. Pengobatan ini dapat menjadi pengobatan non farmakologis yang dapat menjadi alternatif praktis dalam penanganan gastritis karena kunyit banyak dijumpai dilingkungan sekitar.

DAFTAR PUSTAKA

- Dewi, K., Zahara, A. I., Humairah, D. A., Maulidya, T., Widya, R., Napitupulu, H., Falahi, A., & Lubis, T. (2024). Potensi Jamu Kunyit Asam Dalam Meningkatkan Pendapatan Ekonomi Masyarakat Desa Sipispis Kecamatan Sipispis Kabupaten Serdang Bedagai. *Communnity Development Journal*, 5(1), 35–41.
- Diana, S., & Nurman, M. (2020). Pengaruh Konsumsi Perasan Air Kunyit Terhadap Rasa Nyeri Pada Penderita Gastritis Akut Usia 45-54 Tahun Di Desa Kampung Pinang Wilayah Kerja Puskesmas Perhentian Raja. *Jurnal Ners*, 4(2), 130–138.

- Elin Karlina Nasution. (2023). Elektif - Elin Karlina Nasution (22040012). Jurnal Keperawatan Merdeka (JKM). <http://localhost:8080/xmlui/handle/123456789/5619>
- Fadhilah, H., Rachmani, K., & Hajaring, N. (2021). Aktifitas Kunyit (*Curcuma domestica* Val.) Sebagai Antiinflamasi Ditinjau Dari Berbagai Literatur. *Edu Masda Journal*, 5(1), 100. <https://doi.org/10.52118/edumasda.v5i1.120>
- Fajriyah, N., & Dermawan, D. (2022). Penatalaksanaan Manajemen Nyeri: Relaksasi Otogenik dan Pemberian Perasan Air Kunyit dengan Masalah Keperawatan Nyeri pada Pasien Gastritis di Desa Nguter. *Healthy Indonesian Journal*, 1(2), 82–92. <https://jurnal.samodrailmu.org/index.php/jurinse/article/view/34>
- Fitriani, D. R., Salasah, D. A. I., Handayani, N., Nurkamil, M. R., Saputri, B. C., Fuadiyan, L. A., Phelia, N. A., Prana, J. I., Humaira, A. N., Sumolang, M. C., Raisya, M. R. K., Kamilah, S. S., Khasanah, N. A., Ramadhan, P., Rahmaisty, F., & Hermana, W. (2024). Pelatihan Pembuatan Jamu Kunyit Serbuk di Desa Sinarsari Guna Mendukung Desa Cerdas dan Sehat. *Jurnal Abdi Masyarakat Indonesia*, 4(1), 259–266. <https://doi.org/10.54082/jamsi.1079>
- Gustini, Sarma, J. N., Yanriatuti, I., & Amelia, D. (2023). Asuhan Keperawatan Nyeri Akut Pada Gastritis : Studi Kasus. *Jurnal Kesehatan Dan Teknologi*, 1(1), 2–5.
- Haile G, A. M. and E. A. (2023a). ASUHAN KEPERAWATAN. *ASUHAN KEPERAWATAN*, 4(1), 88–100.
- Haile G, A. M. and E. A. (2023b). *Jurnal Kesehatan dan Teknologi*. *Jurnal Kesehatan Dan Teknologi*, 4(1), 88–100.
- Hastari, W. M., & Kurniawan, W. E. (2022). Implementasi Parutan Kunyit Untuk Mengurangi Nyeri Pasien Gastritis Di PPSLU Dewanata Cilacap. *Jurnal Inovasi Penelitian*, 3(2), 58–66.
- Hikmah, C. N. (2022). Study Kinetika Reaksi : Ekstrak Kunyit Kuning Dalam Penyembuhan Penyakit Maag. *Jurnal INA-Rxiv*, I(1), p.1-5.
- Insyra, A. R., Safitri, Y., & Hidayat, R. (2024). Konsumsi Air Perasan Kunyit dan Madu pada Penderita Gastritis di Desa Simpang Kubu Wilayah Kerja UPT Puskesmas Air Tiris. *Jurnal Pahlawan Indonesia*, 1(1), 1–7.
- Ismansyah, I., Andrianur, F., & Ernawati, R. (2023). Efficacy of turmeric (*Curcuma longa* Linn) decoction to reduce pain in patients with gastritis. *Healthcare in Low-Resource Settings*, 11(2). <https://doi.org/10.4081/hls.2023.11729>
- Kurniawan, F. Y., Jalil, M., Purwantoro, A., Daryono, B. S., & Purnomo. (2021). Jamu Kunir Asem: Ethnomedicine Overview by Javanese Herbal Medicine Formers in Yogyakarta. *Jurnal Jamu Indonesia*, 6(1), 8–15. <https://doi.org/10.29244/jji.v6i1.211>
- Muniroh, L., Martini, S., Nindya, T. S., & Solfaine, R. (2021). *Curcuma Domestica* Volatile Oil (*Curcuma domestica*, Val) as Anti Inflammation Agent on Gout Arthritis Patient with High Purin Diet. *Makara Journal of Health Research*, 14(2), 57–64. <https://doi.org/10.7454/msk.v14i2.684>
- Nisa, K. (2022). Pemanfaatan Tanaman Kunyit (*Curcuma longa*) Untuk Dijadikan Jamu Tradisional Sebagai Obat Penyakit Maag Didaerah Sumber, Kabupaten Cirebon. *JURNAL PENDIDIKAN SAINS*, x(x), 1–11.

- Nugraha, M. I. A., Harfiani, E., & Pramesyanti, A. (2022). Systematic Review : Potensi Kurkumin Dalam Rimpang Kunyit (*Curcuma Longa* Linn) Sebagai Anti-Inflamasi Pada Gastritis Akibat Infeksi *Helicobacter Pylori*. Seminar Nasional Riset Kedokteran, 103–114.
- Nurfauziah, E., Rizkika Afrillianti, K., Nur Aprilia, A., Nuryani, T., Sri Mulyani, I., Ridwan, H., & Kelana Setiadi, D. (2024). Pengaruh Aloevera Untuk Meredakan Asam Lambung Pada Penderita Gastritis : Literatur Review. *Intan Husada : Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 12(01), 142–157. <https://doi.org/10.52236/ih.v12i1.521>
- Rindita, Sherley, Rahmawati, T., & Handayani, D. S. (2023). Studi Etnomedisin Tumbuhan Berkhasiat Obat Maag dan Asam Urat di Desa Sukaharja, Lebak-Banten. *Konservasi Hayati*, 19(2), 96–106. <https://ejournal.unib.ac.id/hayati/article/view/29432>
- Sa'adah, S., & Hafifah, I. (2021). Asuhan Keperawatan Pada Ny. S dengan Diagnosis Gastritis Melalui Intervensi Konsumsi Air Perasan Kunyit di Desa Keliling Benteng Tengah Wilayah UPTD Puskesmas Martapura Barat Kabupaten Banjar. *Nerspedia*, 3(2), 197–204.
- Sari, A. Y., & Nurman, M. (2024). Asuhan Keperawatan Pada Ny . S Dengan Gastritis. *Jurnal Keperawatan Merdeka (JKM)*, 3(1), 245–258.
- Siagian, M., Silalahi, M., Duvi, E., & Lubis, C. (2021). Pengaruh pemberian ramuan induk kunyit dan madu dalam mengurangi kesakitan pada penderita gastritis. *Forum Ilmiah Berkala Kesehatan Masyarakat*, 1(2), 0–5.
- Sukarmin, 2022. (2022). Sukarmin,2012;Rukman 2018. *JURNAL N*, 5–28.
- Umaroh, V., & Sulistyanto, B. A. (2021). Literature Review: Pengaruh Terapi Guided Imagery Terhadap Penurunan Nyeri Pada Pasien Gastritis. *Prosiding Seminar Nasional Kesehatan*, 1, 1071–1078. <https://doi.org/10.48144/prosiding.v1i.794>
- Yunanda, F. T. (2023). Gambaran Faktor Penyebab Terjadinya Gastritis Di Desa Tlogowaru Wilayah Kerja Puskesmas Temandang Kabupaten Tuban. *Jurnal Multidisiplin Indonesia*, 2(8), 1742–1757. <https://doi.org/10.58344/jmi.v2i8.352>