



PENGARUH KONSUMSI REBUSAN AIR KUNYIT TERHADAT TINGKAT NYERI PADA PENDERITA GASTRITIS DI DESA REUDEP ACEH BESAR

PSYCHIATRIC HOSPITAL THE EFFECT OF CONSUMING TURMERIC WATER ON PAIN LEVELS OF GASTRITIS PATIENTS IN REUDEP VILLAGE ACEH BESAR

Riazil Jannah¹, Yadi Putra^{2*}, Ellyza Fazlylawati³

¹*Universitas Abulyatama Aceh, Email: riaziljannah24@gmail.com

²Universitas Abulyatama Aceh, Email: yadi_putra@abulyatama.ac.id

³Universitas Abulyatama Aceh, Email: ellyza_d3kep@abulyatama.ac.id

*email koresponden: yadi_putra@abulyatama.ac.id

Abstract

Gastritis occurs when the stomach is irritated, commonly caused by infectious and irritant factors. This condition leads to complaints of pain in the epigastric area. According to data, gastritis is a very common condition that happens in Indonesia, particularly in Aceh. Turmeric or Curcuma Longa Linn water, boiled into an infusion, is used as one non-pharmacological treatment to reduce gastritis pain. This study aims to find out the effect of turmeric water on the pain levels of gastritis patients in Reudep Village, Montasik Aceh Besar. This study was a quantitative research employing a quasi-experimental design with a one-group pretest-posttest design. The population consisted of 22 patients. The sample was 15 patients selected using random selection techniques. The research was conducted from June 16 to 30, 2025. The patients were given the turmeric water for over 14 days twice a day, both in the morning and evening. The numeric Rating Scale (NRS) was used to evaluate the degree of pain, and the Wilcoxon Signed-Rank Test was used for analysis. Based on the findings, the average level of discomfort was 0.015 before the turmeric water treatment, 0.003 with a drop of 0.012 and a significance value of $p\text{-value} = 0.001 (\leq 0.05)$. These findings suggest that patients with gastritis can effectively reduce their gastritis pain levels by drinking turmeric water. Therefore, healthcare practitioners are expected to educate patients about the benefits of turmeric water as a non-pharmacological treatment for lowering pain complaints.

Keywords: gastritis; pain; turmeric; herbal therapy.

Abstrak

Gastritis terjadi ketika mukosa lambung mengalami peradangan yang biasa disebabkan oleh faktor infeksi dan iritasi. Ini sering menimbulkan keluhan nyeri pada daerah epigastrium. Data menunjukkan bahwa prevalensi gastritis di dunia masih tinggi, termasuk di Indonesia dan Provinsi Aceh. Salah satu terapi non farmakologis yang dipercaya mampu mengurangi nyeri gastritis adalah rebusan air kunyit (*Curcuma longa*). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh konsumsi rebusan air kunyit terhadap tingkat nyeri pada penderita gastritis di Desa Reudep, Kecamatan Montasik Aceh Besar. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain quasi eksperimen jenis pendekatan one group pretest-posttest. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 22 orang dan yang menjadi sampel sebanyak 15 responden, yang dipilih menggunakan teknik random sampling. Penelitian dilaksanakan pada tanggal 16 sampai dengan 30 Juni 2025. Pemberian rebusan kunyit selama 14 hari, dua kali sehari pada pagi dan sore hari. Pengukuran tingkat nyeri menggunakan Numeric Rating Scale (NRS) dan dianalisis dengan uji Wilcoxon Signed-Rank Test, Hasil penelitian menunjukkan rata-rata nyeri sebelum diberikan rebusan kunyit sebesar 0,015, dan



sesudah diberikan sebesar 0,003, dengan penurunan sebesar 0,012 dan nilai signifikansi $p\text{-value} = 0,001 (\leq 0,05)$. Kesimpulan dari penelitian ini adalah bahwa konsumsi rebusan air kunyit efektif menurunkan tingkat nyeri pada penderita gastritis. Diharapkan tenaga kesehatan dapat mengedukasi masyarakat mengenai manfaat rebusan air kunyit sebagai alternatif terapi non farmakologis dalam mengurangi keluhan nyeri pada penderita gastritis.

Kata kunci: Gastritis; Nyeri; Kunyit; Terapi Herbal.

1. PENDAHULUAN

Masalah kesehatan menjadi penyebab utama yang dihadapi oleh kalangan masyarakat salah satunya adalah gastritis. Gastritis atau lebih dikenal sebagai sakit yang terjadi pada peradangan mukosa lambung dan sering dijumpai di klinik (Kasron, 2018). Penyakit ini, yang sering disebut juga sebagai tukak lambung merupakan salah satu kondisi yang mempengaruhi organ tubuh dan berfungsi sebagai tempat penyimpanan makanan, di mana asam lambung berperan penting dan harus dijaga agar tetap berada dalam tingkat normal (Gustini et al. , 2023). Gastritis dapat dialami oleh berbagai kalangan masyarakat, baik remaja maupun orang dewasa. Meskipun sering dianggap sebagai penyakit ringan, gastritis sebenarnya dapat menjadi tanda awal dari masalah kesehatan yang lebih serius (Lin et al. , 2018).

Secara umum, kejadian gastritis berkisaran 1,8 hingga 2,1 juta kasus per tahun (Yunanda, 2023). Menurut data dari World Health Organization (WHO), angka kejadian gastritis di berbagai negara menunjukkan variasi yang signifikan: Inggris dengan persentase sebesar 22%, China 31%, Jepang 14,5%, Kanada 35%, dan Prancis 29,5%. Di Asia Tenggara, tercatat sekitar 583. 635 kasus gastritis dari total jumlah penduduk setiap tahunnya (Sari dan Nurman, 2024). Berdasarkan data dari Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, gastritis menempati urutan keenam dalam daftar penyakit, dengan total 33. 580 pasien rawat inap, yang mencakup 60,86% dari pasien dalam kategori tersebut. Sementara itu, untuk pasien rawat jalan, gastritis berada di urutan ketujuh dengan 201. 083 kasus. Secara keseluruhan, angka kejadian gastritis tercatat sangat umum di beberapa daerah, yaitu 274. 396 kasus per 238. 452. 952 penduduk, dengan persentase 40,8% (Yunanda, 2023). Di Indonesia, angka kejadian gastritis cukup tinggi. Di beberapa kota seperti Jakarta, angka ini mencapai 50%, Palembang 35,5%, Bandung 32%, Surabaya 31,2% serta Aceh 31,7%. Sementara angka kejadian gastritis paling banyak ditemui adalah di kota medan dengan persentase 91,6% (Yunanda, 2023).

Berdasarkan Data Dinas Kesehatan Provinsi Aceh tahun 2024, prevalensi penduduk dengan penyakit gastritis mencapai 7.118 kasus. Jumlah penderita gastritis tertinggi di Provinsi Aceh adalah Wilayah Kuta Baro dengan jumlah 2.294 kasus. Pada posisi kedua ditempati oleh Wilayah Montasik dengan jumlah 1.570 kasus.

Peradangan pada mukosa lambung sering kali disebabkan oleh erosi yang merangsang proses inflamasi dan dapat memunculkan gejala seperti mual, muntah, rasa lemah, sakit kepala, kehilangan nafsu makan, dan nyeri di daerah epigastrium (Hastari dan Kurniawan, 2022).

Nyeri merupakan sebuah pengalaman yang tidak menyenangkan bagi manusia, yang muncul akibat kerusakan pada jaringan, baik yang aktual maupun potensial. Selain itu, nyeri juga merupakan fenomena yang dapat memengaruhi kondisi seseorang secara keseluruhan.



Beberapa gejala umum yang sering terlihat pada penderita nyeri meliputi perubahan emosi, perilaku, ekspresi wajah, dan pergerakan tubuh (Mardalena, 2018).

Keluhan yang umum dialami oleh penderita gastritis yaitu nyeri. Nyeri ini seringkali terasa di area ulu hati atau di epigastrium. Nyeri bisa diakibatkan oleh produksi asam lambung yang berlebihan dapat bertambah parah akibat faktor-faktor seperti pola makan yang tidak teratur, kualitas dan gizi makanan yang kurang baik, serta kurangnya istirahat. Kondisi ini dapat menyebabkan kerusakan pada mukosa lambung, yang kemudian memicu rasa sakit atau nyeri (Mardalena, 2018).

Untuk mengurangi rasa nyeri pada penderita gastritis bisa dilakukan dengan berbagai cara, baik melalui pengobatan farmakologi maupun non-farmakologi. Pengobatan farmakologi meliputi penggunaan obat-obatan yang di rekomendasikan oleh dokter, seperti Lansoprazole, antasida, ranitidine, pantoprazole, domperidone dan omeprazole. Pemilihan obat ini biasanya disesuaikan dengan usia dan kondisi pasien yang mengalami penyakit tersebut (Hastari dan Kurniawan, 2022).

Namun, terapi farmakologi sering kali membawa efek samping yang tidak dapat dihindari, sehingga muncul minat terhadap terapi non-farmakologi. Pendekatan ini dapat membantu mengurangi efek samping dan menawarkan alternatif yang lebih aman melalui penggunaan obat tradisional atau bahan alami. Salah satu obat tradisional yang telah diteliti dan terbukti efektif dalam mengurangi rasa nyeri pada penderita lambung adalah kunyit (Simbolon, 2018).

Kunyit merupakan salah satu jenis rempah yang sangat mudah ditemukan dan sering digunakan sebagai pelengkap dalam masakan. Kunyit yang juga dikenal dengan sebutan kunir, berasal dari Asia Tenggara dan memiliki akar serabu (Kurniawan et al., 2021). 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 menghilangkan nyeri pada penderita gastritis/maag. Selain itu, kunyit dapat mengendalikan produksi asam lambung yang berlebihan dan mengatasi perut kembung akibat penumpukan gas karena kunyit memiliki senyawa zat aktif dan dipercaya untuk mengobati masalah lambung maka kunyit sering dijadikan ramuan yang dikenal sebagai jamu (Dewi et al., 2024). Jamu merupakan minuman tradisional yang diyakini sebagai obat yang dapat menyembuhkan berbagai macam penyakit tanpa menimbulkan efek samping karena berasal dari bahan alami seperti tumbuhan, mineral, dan bahan utama kunyit itu sendiri (Sofiatunnufus et al., 2022).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh (Ismansyah et al. 2023) 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.



Hasil penelitian yang dilakukan oleh (Diana & Nurman, 2020) menunjukkan bahwa skala nyeri pada penderita gastritis sebelum diberikan rebusan air kunyit adalah 4,85 dengan standar deviasi 0,671, sedangkan skala nyeri setelah diberikan rebusan 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 rebusan air kunyit terhadap penurunan skala nyeri pada penderita gastritis di Desa Kampung Pinang wilayah kerja Puskesmas Perhentian Raja tahun 2020.

Data yang diperoleh dari Wilayah Kerja Puskesmas Montasik Kabupaten Aceh Besar, periode Januari sampai dengan Desember 2024, jumlah penderita gastritis tercatat sebanyak 186 penderita. Penderita gastritis paling banyak ditemukan di desa Reudep dengan jumlah 22 penderita. Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan oleh peneliti selama dua hari, dan berhasil mengumpulkan informasi dari 8 responden. Dari jumlah tersebut, 3 responden diantaranya mengatakan pernah mengonsumsi rebusan air kunyit saat mengalami nyeri saja, sementara 5 responden lain selama menderita gastritis belum pernah mencobanya, mereka hanya mengonsumsi obat, sering mendengar bahwa kunyit dapat menghilangkan rasa nyeri pada lambung. Namun, mereka tidak memahami cara pengolahan kunyit tersebut. Pada umumnya, mereka hanya menggunakan kunyit sebagai bahan masakan. Hal ini menunjukkan bahwa dari beberapa responden tersebut belum mengetahui bahwa kunyit dapat dimanfaatkan sebagai pengobatan herbal untuk meredakan nyeri gastritis yang mereka alami.

Berdasarkan uraian diatas, masih ada penderita gastritis yang belum mengetahui manfaat dari rebusan air kunyit tersebut, sehingga penulis tertarik untuk melakukan penelitian ini lebih lanjut dengan judul “Pengaruh Konsumsi Rebusan Air Kunyit Terhadap Tingkat Nyeri Pada Penderita Gastritis Di Desa Reudep Kecamatan Montasik Aceh Besar”.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif dengan pendekatan quasi-eksperimental (one-group pretest-posttest) (Amelia et al., 2023) yang melibatkan 15 peserta gastritis dari populasi 22 orang di Desa Reudep, Montasik, Aceh Besar, dengan sampling acak (random sampling) dan kriteria inklusi/eksklusi yang telah ditetapkan. Variabel independen adalah rebusan air kunyit (kurkumin) dan variabel dependen adalah tingkat nyeri gastritis yang diukur menggunakan skala numeric rating scale pada pretest dan posttest. Waktu penelitian berlangsung 16–30 Juni 2025, di Desa Reudep, dengan instrumen berupa lembar observasi dan SOP pemberian rebusan kunyit 150 ml dua kali sehari selama 14 hari. Analisis data mencakup analisis univariat (deskriptif persentase) dan analisis bivariat menggunakan uji Paired T-Test. Etika penelitian mencakup informed consent, anonimitas, kerahasiaan, manfaat, non-maleficence, veracity, dan keadilan.



3. HASIL DAN PEMBAHASAN

a. Hasil Penelitian

1) Karakteristik Responden

Tabel 1. Karakteristik Responden

NO	Karakteristik Responden	f	%
1.	Jenis Kelamin		
	Laki-laki	3	20.0
	Perempuan	12	80.0
	Jumlah	15	100.0
2.	Umur		
	Dewasa awal (26-35)	3	20.0
	Dewasa akhir (36-45)	2	13.3
	Lansia awal (46-55)	4	26.7
	Lansia akhir (56-65)	3	20.0
	Masa menua (65 ke atas)	3	20.0
	Jumlah	15	100.0

Tabel 1 diatas menunjukkan bahwa mayoritas umur 26-35 tahun 3 orang (20,0%), 36-45 tahun 2 orang (13,0%), 46-55 tahun 4 orang (26,7%), 56-65 tahun 3 orang (20,0%), dan 65 tahun ke atas 3 orang (20,0%).

2) Analisa Univariat

Tabel 2. Distribusi frekuensi Berdasarkan Tingkat Nyeri Sebelum Di Berikan Rebusan Air Kunyit Pada Penderita Gastritis Di Desa Reudep Kecamatan Montasik Aceh Besar Tahun 2025 (n=15)

Skala Nyeri	f	%
Nyeri Berat	2	13.3
Nyeri Sedang	12	80.0
Nyeri Ringan	1	6.7
Jumlah	15	100,0

Tabel 2 menunjukkan bahwa sebelum di berikan rebusan air kunyit skala Nyeri berat 2 responden (13,3) dan Nyeri sedang pada 12 responden (80.0).

Tabel 3. Distribusi frekuensi Berdasarkan Tingkat Nyeri Sesudah Di Berikan Rebusan Air Kunyit Pada Penderita Gastritis Di Desa Reudep Kecamatan Montasik Aceh Besar Tahun 2025 (n=15)

Skala Nyeri	f	%
Nyeri Sedang	2	13.3
Nyeri Ringan	13	86.7
Jumlah	15	100,0

Tabel 3 menunjukkan bahwa sesudah di berikan rebusan air kunyit, mayoritas skala nyeri menurun menjadi ringan, sebanyak 13 responden (86.7%), dan skala nyeri sedang menjadi 2 responden (13.3%).



3) Analisa Bivariat

Sebelum dilakukan analisa bivariat, terlebih dahulu dilakukan uji normalitas data dengan uji shapiro-Wilk pada frekuensi skala nyeri gastritis pretest dan posttest setelah pemberian rebusan air kunyit

Tabel 4. Rata Rata Skala Nyeri Pretest dan Posttest

	N	Minimum	Maksimum	Mean	Std. Deviation
Rata Pretest	15	3	6	4.47	.834
Rata Posttest	15	2	4	2.87	.640
Valid N	15				

Tabel 4 menunjukkan bahwa Rata-rata skala nyeri pretest adalah 4.47 dan Rata-rata skala nyeri Posttest menjadi 2.87, maka selisih di antara pretest dan Posttest tersebut adalah 1,6.

Tabel 5. Uji Normalitas Data

Kelompok	Shapiro-wilk		
	Statistik	f	P-value
Skala nyeri pretest	0.845	15	0.015
Skala nyeri Posttest	0.790	15	0.003

Tabel 5 menunjukkan bahwa hasil uji normalitas tidak berdistribusi secara normal ($P < 0,005$), yaitu skala nyeri gastritis sebelum pemberian rebusan air kunyit dengan p value 0,015 dan sesudah pemberian rebusan air kunyit 0,003 sehingga uji statistic yang di gunakan adalah uji wilcoxon.

Tabel 6. Uji Wilcoxon

Pretest-Posttest	Uji Wilcoxon		
	N	Mean Ranks	Sun of Ranks
Negative Ranks	14 ²	7.50	105.00
Positive Ranks	0 ^b	.00	.00
Ties	1 ^c		
Total	15		

Tabel 6 menunjukkan bahwa Negative Ranks = 142 ini berarti ada 142 orang yang nilai posttest $\leq$ dari pada pretest, artinya tingkat nyeri mereka berkurang setelah pemberian rebusan air kunyit. Positive Ranks = 0b artinya tidak ada peserta yang mengalami peningkatan nyeri (posttes lebih tinggi dari pretest). Berarti, tidak ada yang nyerinya bertambah. Ties = 1c yaitu ada 1 orang yang nilai pretest dan posttest-nya sama, atau tidak mengalami perubahan.

Berdasarkan hasil uji Wilcoxon Signed-Rank Test, terdapat 14 responden yang mengalami penurunan tingkat nyeri setelah intervensi, 1 responden tidak mengalami perubahan, dan tidak ada responden yang mengalami peningkatan nyeri. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat perubahan yang signifikan secara klinis, di mana rebusan air kunyit berpotensi menurunkan nyeri pada penderita gastritis.

Tabel 7. Test Statistics

	T-P
Z	-3.448 ²
Asymp. Sig. (2-tailed)	.001



Tabel 7 menunjukkan bahwa $Z = -3.4482$ Nilai Z negatif menunjukkan bahwa nilai posttest $\leq$ dari pada nilai pretest. Artinya, setelah pemberian rebusan air kunyit tingkat nyeri menurun. Asymp. Sig. (2-tailed) = 0.001 Nilai ini adalah p-value, dan karena $p < 0.05$, maka: Ada perbedaan yang signifikan secara statistik antara sebelum dan sesudah perlakuan. Berdasarkan uji Wilcoxon Signed-Rank Test, di dapatkan nilai $Z = -3.4482$ dan p-value (Asymp. Sig. 2-tailed) = 0.001 ($p < 0.05$), yang menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan secara statistik antara tingkat nyeri sebelum dan sesudah pemberian rebusan air kunyit.

Dari hasil analisis, sebanyak 14 responden mengalami penurunan nyeri, 2 responden tidak mengalami perubahan, dan tidak ada yang mengalami peningkatan nyeri. Hal ini mengindikasikan bahwa pemberian rebusan air kunyit secara signifikan berpengaruh dalam menurunkan tingkat nyeri pada penderita gastritis di Desa Reudep, Kecamatan Montasik, Aceh Besar.

b. Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum diberikan rebusan air kunyit rata-rata skala nyeri pretest 4,47 dan skala nyeri posttest menjadi 2,87 maka selisih di antara pretest dan Posttest tersebut adalah 1,60 dengan p-value pretest 0,015 dan posttest menjadi 0,003 dengan selisih 0,012. Dari hasil tersebut dapat diketahui bahwa hasil uji normalitas tidak berdistribusi secara normal, sehingga analisis perbedaan pretest dan posttest dilakukan menggunakan Uji Wilcoxon Signed-Rank Test. Uji ini menunjukkan bahwa dari 15 responden, 13 responden mengalami penurunan tingkat nyeri, sementara 2 responden mengalami perubahan dari nyeri berat menjadi nyeri sedang, dan tidak terdapat responden yang mengalami peningkatan nyeri. Nilai $Z = -3.448$ dengan p-value = 0.001 ($p < 0,05$) menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan secara statistik antara tingkat nyeri sebelum dan sesudah pemberian rebusan air kunyit.

Hasil penelitian dari yang di lakukan oleh Siagian et al., (2021), dengan judul Pengaruh Pemberian Ramuan Induk Kunyit dan Kunyit Madu Dalam Mengurangi Kesakitan Pada Penderita Gastritis. Hasil 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

Hasil penelitian dari yang di lakukan oleh Insyra et al., (2024), dengan judul Konsumsi Air Rebusan Kunyit dan Kunyit Madu Pada Penderita Gastritis di Desa Simpang Kubu Wilayah Kerja Upt Puskesmas Air. 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 ada 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

Hasil penelitian dari yang dilakukan oleh Ismansyah et al., (2023), dengan judul Khasiat kunyit (*Curcuma Longa Linn*) Rebusannya Untuk Mengurangi Nyeri Pada Penderita Gastritis. 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 ($p = 0,0000$).

Kunyit merupakan tanaman herbal yang telah lama digunakan sebagai obat tradisional, khususnya dalam mengatasi berbagai gangguan pencernaan seperti gastritis. Senyawa aktif utama dalam kunyit adalah kurkuminoid, terutama kurkumin, serta minyak atsiri yang memiliki efek antiinflamasi, analgesik, antimikroba, dan antioksidan. Kurkumin mampu melindungi mukosa lambung dengan membentuk lapisan pelindung, sehingga mengurangi iritasi akibat asam lambung yang berlebihan. Selain itu, kurkumin dapat menghambat pelepasan histamin yang merupakan mediator inflamasi utama pada lambung. Efek ini sangat penting bagi penderita gastritis, karena kondisi ini ditandai oleh peradangan dan iritasi pada dinding lambung yang dapat menimbulkan nyeri, mual, muntah, serta rasa tidak nyaman di epigastrium. Kandungan minyak atsiri dalam kunyit juga membantu menurunkan tekanan dalam lambung, mengurangi produksi gas, serta meredakan gejala seperti kembung dan nyeri lambung.

Rebusan air kunyit menjadi salah satu bentuk terapi non-farmakologis yang mudah dilakukan dan terbukti aman untuk dikonsumsi secara rutin. Proses perebusan kunyit membantu melepaskan senyawa kurkumin ke dalam air, sehingga manfaat terapeutiknya dapat terserap lebih efektif oleh tubuh. Penelitian terdahulu menunjukkan bahwa rebusan air kunyit memiliki pengaruh yang signifikan dalam menurunkan skala nyeri pada penderita gastritis. Salah satu penelitian oleh Ismansyah et al. (2023) mencatat penurunan nyeri dari rata-rata skor 3,83 menjadi 0,31 setelah 14 hari pemberian rebusan kunyit secara teratur. Penelitian lainnya oleh Diana & Nurman (2020) juga menemukan penurunan skala nyeri yang signifikan dari 4,85 menjadi 2,20 dengan $p\text{-value} < 0,05$, yang menunjukkan efektivitas terapi. Dengan adanya data tersebut, rebusan air kunyit terbukti dapat dijadikan sebagai terapi komplementer yang mendukung pengobatan gastritis secara alami, membantu mengurangi ketergantungan terhadap obat kimia, serta memberikan efek samping yang minimal. Pendekatan ini sejalan dengan kebutuhan masyarakat akan pengobatan herbal yang murah, aman, dan mudah diterapkan di lingkungan rumah tangga.

Berdasarkan asumsi peneliti, pemberian rebusan air kunyit berpengaruh dalam mengurangi tingkat nyeri pada penderita gastritis, karena terdapat perbedaan tingkat nyeri sebelum dan sesudah diberikan intervensi berupa rebusan air kunyit. Penurunan skala nyeri yang terjadi disebabkan oleh kandungan kurkumin dalam kunyit yang bersifat antiinflamasi dan analgesik, sehingga mampu mengurangi peradangan pada mukosa lambung dan menurunkan sensasi nyeri. Kebanyakan penderita gastritis dialami oleh perempuan dibandingkan laki-laki, karena dipengaruhi oleh fluktuasi hormonal saat menstruasi, tingkat stres yang tinggi akibat peran ganda, serta kebiasaan menunda makan atau diet ekstrem.



Sementara itu, laki-laki lebih berisiko menderita gastritis kronis akibat gaya hidup tidak sehat seperti merokok, konsumsi alkohol, kopi berlebih, serta penggunaan obat antiinflamasi non-steroid (OAINS). Faktor usia juga berpengaruh, di mana gastritis umumnya mulai terjadi sejak usia 25 tahun ke atas, dengan prevalensi tinggi pada usia 26–45 tahun karena tekanan pekerjaan, pola makan tidak teratur, dan konsumsi makanan pedas atau asam, serta meningkat kembali pada usia 50 tahun ke atas karena penurunan fungsi mukosa lambung dan sistem imun. Rebusan air kunyit yang dikonsumsi secara rutin dapat membantu menenangkan saluran cerna, menurunkan produksi asam lambung berlebih, serta mempercepat pemulihan mukosa lambung yang teriritasi. Dan rebusan air kunyit dapat dijadikan terapi alami yang efektif dan aman bagi penderita gastritis dalam mengurangi nyeri serta meningkatkan kenyamanan saluran pencernaan.

4. KESIMPULAN

Setelah melakukan penelitian tentang “Pengaruh Konsumsi Rebusan Air Kunyit Terhadap Penurunan Tingkat Nyeri ada Penderita Gastritis Di Desa Reudep Kecamatan Montasik Aceh Besar” terhadap 15 responden, maka penelitian dapat mengambil kesimpulan bahwa ada Pengaruh Konsumsi Rebusan Air Kunyit Terhadap Penurunan Tingkat Nyeri ada Penderita Gastritis Di Desa Reudep Kecamatan Montasik Aceh Besar, dengan nilai $P = 0,001$.

5. DAFTAR PUSTAKA

- Akbar, A., Kuanar, A., Patnaik, J., Mishra, A., & Nayak, S. (2018). Application of artificial neural network modeling for Optimization and prediction of essential oil yield in turmeric (*Curcuma longa* L.). *Computers and Electronics in Agriculture*, 148, 160–178.
- Alfonsin, M. M., Chapon, R., de Souza, C. A. B., Genro, V. K., Mattia, M. M. C., & Cunha-Filho, J. S. (2019). Correlations among algometry, the visual analogue scale, and the numeric rating scale to assess chronic pelvic pain in women. *European Journal of Obstetrics and Gynecology and Reproductive Biology*: X, 3.
- Astuti, K. E. W., & Handajani, S. R. (2018). Efektifitas anti inflamasi formulasi kunyit (*Curcuma longa*), daun binahong (*Anredera cordifolia*) dan daun sambiloto (*Andrographis paniculata*) terhadap luka sayat pada kelinci. *Interest*, 7(2), 223-226.
- 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. *Community 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.
- 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.



- 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.
- Hastari, W. M., & Kurniawan, W. E. (2022). Implementasi parutan kunyit untuk mengurangi nyeri pasien gastritis di PPSLU Dewanata Cilacap. *Jurnal Inovasi Penelitian*, 3(2), 4921-4926.
- Hikmah, C. N. (2022). Study kinetika reaksi: ekstrak kunyit kuning dalam penyembuhan penyakit maag. *Jurnal INA-Rxiv*, 1(1), 1-5.
- 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).
- 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.
- Lin, L., Wei, Y., Zhu, W., et al. (2018). Prevalence, risk factors and associated adverse pregnancy outcomes of anaemia in Chinese pregnant women: a multicentre retrospective study. *BMC Pregnancy and Childbirth*, 18, Article 111.
- Mardalena, I. (2018). Asuhan keperawatan pasien dengan gangguan sistem pencernaan. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- 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.
- Sofiatunnufus, S., Mulyo, A. P., Nurmalia, A. R., Oktaviani, A., Dahlia, A., Fitri, M. S., Azizah, R. B., et al. (2022). Sosialisasi pembuatan jamu tradisional dari tanaman obat keluarga (TOGA) di Desa Batu Kumbung, Kecamatan Lingsar, Lombok Barat. *INDRA: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(2), 55-60.
- Utami, A. D., & Kartika, I. R. (2018). Terapi komplementer terhadap penurunan nyeri pada pasien gastritis. *REAL in Nursing Journal*, 1(3), 123-132.
- 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.