Indonesian Health Science Journal
Vol. 6, No. 2, September 2026
e-ISSN: 2775-9288; p-ISSN: 2775-4553
DOI: https://doi.org/10.52298/ihsj.v6i2
Available online at: https://ojsjournal.unt.ac.id/index.php/ihsj

Penerapan Rebusan Air Kunyit Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Pada Lansia Penderita Gastritis: Studi Kasus

Alfika Safitri[1*] | Diva Rahmah Hidayat[2] | Lutfi Aprilia Hapsari[2] | Dina Lailatul Istianah[2] | Bening Fatimah Azzahra[2]
[1] Dosen, Universitas Yatsi Madani
[2] Mahasiswa Keperawatan, Universitas Yatsi Madani
* Corresponding Author: alfika@uym.ac.id

ARTICLE INFORMATION

Article history
Received 8 July 2026
Revised 16 September 2026
Accepted 16 September 2026

Keywords
Gastritis, elderly, turmeric decoction, pain level, non pharmacological therapy

ABSTRACT

Introduction: *Gastritis is a common health problem found in the community, including among the elderly. This condition can cause various symptoms, one of which is epigastric pain that can interfere with daily activities. One non-pharmacological method that can be used to help reduce pain caused by gastritis is the administration of turmeric decoction. Turmeric contains curcumin compounds with anti-inflammatory properties, which may help reduce the inflammatory process in the stomach.* ***Objectives:*** *To determine the application of turmeric decoction in reducing pain intensity among elderly patients with gastritis.* ***Methods****: This study employed a descriptive case study with pre- and post-intervention assessment to describe changes in pain intensity among elderly patients with gastritis following the administration of turmeric decoction. Pain intensity was assessed using the Numeric Rating Scale (NRS) before and after the intervention.* ***Results****: The results showed that before the administration of turmeric decoction, four respondents (80%) experienced moderate pain, while one respondent (20%) experienced mild pain. After the intervention, the number of respondents experiencing moderate pain decreased to one (20%), while the number experiencing mild pain increased to four (80%). These results indicate a change in pain intensity following the administration of turmeric decoction.* ***Conclusions****: The administration of turmeric decoction was effective in helping reduce pain intensity in elderly patients with gastritis. Turmeric decoction therapy can be used as a complementary therapy.*

ABSTRAK

Latar Belakang: Gastritis adalah termasuk permasalahan kesehatan yang banyak ditemukan di warga, termasuk pada kelompok lansia. Kondisi ini dapat menimbulkan berbagai gejala, salah satunya nyeri epigastrium yang dapat memengaruhi aktivitas harian sehari-hari. Salah satu metode nonfarmakologis yang dapat digunakan untuk membantu mengurangi nyeri akibat gastritis adalah pemberian rebusan kunyit. Kunyit mengandung senyawa kurkumin yang memiliki sifat antiinflamasi, sehingga berpotensi membantu mengurangi proses peradangan pada lambung. **Tujuan**: untuk mengetahui penerapan pemberian rebusan kunyit dalam menurunkan tingkat nyeri akibat gastritis pada lansia **Metode:** penelitian menggunakan studi kasus deskriptif dengan penilaian sebelum dan sesudah intervensi, kemudian tingkat nyeri diukur menggunakan NRS sebelum dan setelah pemberian rebusan kunyit. **Hasil**: Hasil menunjukkan bahwa sebelum

DOI: https://doi.org/10.52298/ihsj.v6i2
Available online at: https://ojsjournal.unt.ac.id/index.php/ihsj

pemberian rebusan kunyit, empat responden (80%) merasakan nyeri sedang serta satu responden (20%) mengalami nyeri ringan. Setelah intervensi, jumlah responden dengan nyeri sedang menurun menjadi satu (20%), sedangkan jumlah responden dengan nyeri ringan meningkat menjadi empat (80%). Hasil ini menunjukkan perubahan tingkat nyeri setelah pemberian rebusan kunyit. **Kesimpulan**: Pemberian rebusan kunyit dapat membantu mengurangi tingkat nyeri gastritis pada lansia. Terapi rebusan kunyit dapat digunakan sebagai terapi komplementer.

Kata Kunci
Gastritis, lansia, rebusan kunyit, tingkat nyeri, terapi nonfarmakologis

Indonesian Health Science Journal
Website: http://ojsjournal.unt.ac.id/

1. Pendahuluan

Masalah kesehatan sering kali menjadi faktor utama yang dihadapi oleh masyarakat, salah satunya adalah penyakit gastritis. Gastritis adalah kondisi yang membuat lambung mengalami peradangan pada lapisan dalamnya dan sering ditemukan di klinik. Penyakit ini, yang biasa disebut tukak lambung, adalah kondisi yang memengaruhi organ dalam tubuh yang digunakan untuk menyimpan makanan. Organ ini memproduksi asam lambung yang sangat penting, dan asam tersebut harus dipertahankan dalam jumlah yang seimbang, tidak berlebihan maupun terlalu sedikit (Masikki et al., 2024). Gastritis dapat dialami oleh individu pada berbagai kelompok usia, baik usia muda maupun usia dewasa. Meskipun sering kali dianggap sebagai penyakit yang tidak terlalu berat, gastritis sebenarnya bisa menjadi tanda awal dari penyakit lebih berat yang memang lebih serius (Jannah et al., 2025).

Lembaga penelitian kesehatan Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) pada tahun 2024 melakukan evaluasi di sejumlah wilayah di dunia dan menghasilkan data mengenai prevalensi gastritis secara global, mencapai sekitar 583.635 kasus setiap tahunnya, sementara di Indonesia, penderita gastritis tercatat berjumlah 40,8% (WHO, 2024). Berdasarkan informasi Kementerian Kesehatan Indonseia tahun 2024, menunjukkan gastritis termasuk termasuk dari 10 penyakit paling umum di Indonesia tercatat mencapai 60,8% (Kemenkes, 2024). Selanjutnya, menurut informasi dari Dinas Kesehatan Kota Tangerang, terdapat 12,26% penderita yang menempatkannya pada posisi kedua dari sepuluh penyakit yang paling umum, dengan total 7.729 kasus. Di Tangerang Selatan, pada tahun 2022, gastritis tercatat 8.432 kasus (10,43%) (Sari, 2026).

Gastritis merupakan penyakit yang bersifat multifaktorial dengan berbagai faktor risiko yang saling berhubungan. Pola makan yang tidak teratur, kebiasaan mengonsumsi makanan pedas, konsumsi kopi secara berlebihan, penggunaan obat antiinflamasi nonsteroid (OAINS), infeksi Helicobacter pylori, serta stres merupakan faktor-faktor yang berperan dalam terjadinya gastritis. Penelitian terbaru menunjukkan bahwa pola makan yang tidak teratur, konsumsi kopi, dan tingkat stres memiliki hubungan yang bermakna dengan kejadian gastritis, sehingga perubahan gaya hidup menjadi salah satu strategi penting dalam upaya pencegahan penyakit ini (Fitriani et al., 2025)

Selain faktor fisik, kondisi psikologis juga berkontribusi terhadap timbulnya gastritis. Stres dapat meningkatkan sekresi asam lambung melalui aktivasi sistem saraf otonom sehingga menyebabkan iritasi pada mukosa lambung. Penelitian pada remaja dan mahasiswa menunjukkan bahwa individu dengan tingkat stres yang tinggi memiliki risiko lebih besar mengalami gejala gastritis dibandingkan individu dengan tingkat stres yang rendah. Oleh karena itu, pengelolaan stres menjadi salah satu komponen penting dalam pencegahan dan pengendalian gastritis (Alya et al., 2025).

DOI: https://doi.org/10.52298/ihsj.v6i2
Available online at: https://ojsjournal.unt.ac.id/index.php/ihsj

Gastritis merupakan salah satu jenis penyakit yang sering ditemukan di fasilitas pelayanan kesehatandan dalam rutinitas harian (Nelly & Akhmalia, 2024). Penyakit ini bisa terjadi di seluruh kalangan warga, baik melalui berbagai umur maupun jenis kelamin.Namun, gastritis lebih sering dialami berdasarkan berbagai kelompok umur produktif, sebab pada masa tersebut aktivitasnya lebih intens, pola hidup cenderung tidak memperhatikan kesehatan, dan stres lebih mudah terjadi (Miftahussurur, 2024).

Secara global, gastritis dan duodenitis masih menjadi masalah kesehatan yang memberikan beban cukup besar terhadap sistem pelayanan kesehatan. Berdasarkan hasil Global Burden of Disease (GBD) 2021 yang dipublikasikan pada tahun 2025, diperkirakan terdapat sekitar 27,20 juta kasus gastritis dan duodenitis di dunia dengan angka insidens terstandarisasi sebesar 323,24 per 100.000 penduduk. Penelitian tersebut juga memproyeksikan bahwa jumlah kasus akan meningkat menjadi sekitar 51,24 juta kasus pada tahun 2050 akibat pertumbuhan populasi dan peningkatan usia harapan hidup, sehingga diperlukan upaya promotif dan preventif yang lebih optimal (Taft et al., 2025).

Gastritis dapat dialami oleh semua kelompok usia, mulai dari remaja hingga lanjut usia. Pada usia produktif, perubahan gaya hidup, kebiasaan mengonsumsi makanan cepat saji, minuman berkafein, makanan pedas, serta tingginya tingkat stres menjadi faktor yang meningkatkan risiko terjadinya gastritis. Selain menimbulkan keluhan fisik, gastritis juga dapat menurunkan kualitas hidup, mengganggu aktivitas sehari-hari, meningkatkan angka kunjungan ke fasilitas kesehatan, serta menyebabkan penurunan produktivitas kerja maupun belajar. Oleh karena itu, upaya pencegahan dan pengendalian gastritis perlu dilakukan melalui perubahan gaya hidup sehat, pengaturan pola makan, dan edukasi kesehatan yang berkesinambungan (Jannah et al., 2025).

Jika gastritis tidak dikelola dengan benar, berisiko menyebabkan luka pada lambung mengalami muntah berdarah, terjadinya anemia, gangguan psikologis, serta penurunan kualitas hidup. Termasuk tanda-tanda penyakit yang sering dirasakan oleh penderita gastritis dapat menimbulkan rasa nyeri. Nyeri tersebut umumnya dirasakan pada bagian perut atas atau ulu hati dan dapat menimbulkan rasa tidak nyaman yang cukup mengganggu aktivitas serta kenyamanan penderita (Nelly & Akhmalia, 2024).

Penanganan nyeri bisa dilakukan dengan cara farmakologis, seperti memberikan terapi farmakologis berupa obat-obatan serta menerapkan terapi nonfarmakologis contohnya memanfaatkan kunyit. Kunyit adalah termasuk bahan alami mudah ditemukan dan memiliki manfaat sebagai obat herbal (Fajriyah & Dermawan, 2024).Kunyit memiliki kandungan utama berupa senyawa kurkuminoid yang berperan dalam membantu mengurangi rasa nyeri (Alya et al., 2025).

Meskipun beberapa penelitian sebelumnya telah menunjukkan bahwa pemberian kunyit dapat membantu menurunkan intensitas nyeri pada penderita gastritis, penerapan rebusan air kunyit sebagai terapi komplementer pada lansia di lingkungan komunitas, khususnya di Desa Periuk RW 04 Kelurahan Periuk Kota Tangerang, masih belum banyak dilaporkan. Selain itu, penelitian sebelumnya memiliki perbedaan dalam karakteristik responden, bentuk pemberian kunyit, serta lama pemberian intervensi. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk menggambarkan perubahan tingkat nyeri sebelum dan sesudah pemberian rebusan air kunyit pada lansia penderita gastritis di lingkungan komunitas.

Data yang diperoleh dari Desa Periuk RW.04 Kelurahan Periuk bulan Juni menunjukkan masih banyak warga yang mengalami gejala gastritis. Hasil dari studi awal yang penulis lakukan pada 5 orang penderita gastritis di Desa Periuk RW.04, Kelurahan Periuk menunjukkan bahwa selama mengalami penyakit tersebut, mereka hanya meminum obat yang diberikan oleh petugas kesehatan, Namun, masih menerapkan pola hidup yang kurang sehat,

DOI: https://doi.org/10.52298/ihsj.v6i2
Available online at: https://ojsjournal.unt.ac.id/index.php/ihsj

seperti mengonsumsi makanan asam dan pedas, minum kopi, serta tidak memiliki jadwal makan yang teratur. Berdasarkan latar belakang itu, peneliti ingin melakukan penelitian untuk mengatahui efektivitas rebusan air kunyit terhadap penurunan nyeri perut pada penderita gastritis di Desa Periuk RW 04 Kelurahan Periuk Kota Tangerang Tahun 2026.

2. Metode

Studi ini menggunakan desain descriptive case study dengan penilaian tingkat nyeri sebelum dan sesudah intervensi. Pendekatan deskriptif-analitik digunakan untuk menggambarkan penerapan pemberian rebusan air kunyit pada lansia dengan gastritis. Tingkat nyeri diukur menggunakan *Numeric Rating Scale* (NRS) sebelum dan setelah intervensi untuk melihat perubahan keluhan nyeri yang dialami responden. Penelitian dilakukan di Desa Periuk RW 04, Kelurahan Periuk, Kota Tangerang pada bulan Juni 2026. Sampel terdiri dari 5 responden lansia dengan gastritis yang dipilih menggunakan *purposive sampling* berdasarkan kriteria penelitian, yaitu mengalami gastritis dan nyeri perut, bersedia mengikuti intervensi, serta mampu berkomunikasi dengan baik.

Lansia dipilih sebagai kelompok sasaran dalam penelitian ini karena proses penuaan dapat disertai dengan peningkatan jumlah penyakit kronis atau multimorbiditas yang menyebabkan penggunaan beberapa jenis obat secara bersamaan (polifarmasi). Kondisi tersebut membuat lansia lebih rentan mengalami efek samping dan interaksi obat akibat perubahan fungsi fisiologis serta respons tubuh terhadap obat. Selain itu, penggunaan obat herbal atau terapi komplementer pada lansia perlu diperhatikan karena dapat digunakan bersamaan dengan obat yang diresepkan dan berpotensi menimbulkan interaksi herbal–obat. Oleh karena itu, diperlukan pendekatan terapi komplementer yang diberikan secara tepat dan tetap memperhatikan keamanan serta kondisi klinis lansia.

Intervensi yang diberikan berupa rebusan air kunyit sebagai terapi komplementer untuk membantu menurunkan intensitas nyeri pada lansia penderita gastritis. Rebusan kunyit diberikan sebanyak 150 ml setiap kali pemberian, dengan frekuensi 2 kali sehari selama 14 hari. Sebelum pemberian intervensi, tingkat nyeri responden diukur menggunakan *Numeric Rating Scale* (NRS). Selanjutnya, responden diberikan rebusan air kunyit sesuai dosis dan frekuensi yang telah ditentukan. Setelah periode intervensi selesai, tingkat nyeri kembali diukur menggunakan NRS untuk mengetahui perubahan intensitas nyeri sebelum dan sesudah pemberian intervensi. Protokol pemberian tersebut mengacu pada penelitian Ismansyah et al. (2024), yang memberikan rebusan kunyit sebanyak 150 ml, 2 kali sehari selama 14 hari dan melaporkan adanya penurunan intensitas nyeri pada pasien gastritis.

Kegiatan penelitian meliputi tahap pengkajian, pengumpulan data, pemberian edukasi kesehatan, demonstrasi pembuatan rebusan kunyit, serta pengukuran perbedaan tingkat nyeri sebelum dan setelah diberikan intervensi. Pengumpulan data dilakukan melalui tahap pengkajian awal dengan menggunakan lembar observasi dan wawancara kepada responden yang mengalami gastritis. Data yang dikumpulkan mencakup informasi tentang karakteristik responden, riwayat menderita gastritis, jenis keluhan nyeri yang dirasakan, serta tingkat nyeri sebelum dan setelah diberikan pengobatan berupa rebusan kunyit. Pengukuran tingkat nyeri dilakukan dengan memakai skala *Numeric Rating Scale* agar dapat mengevaluasi perubahan keparahan nyeri setelah pemberian rebusan kunyit.Selain itu, dilakukan pemberian edukasi kesehatan mengenai gastritis serta demonstrasi cara pembuatan dan pemberian rebusan kunyit sebagai terapi komplementer.

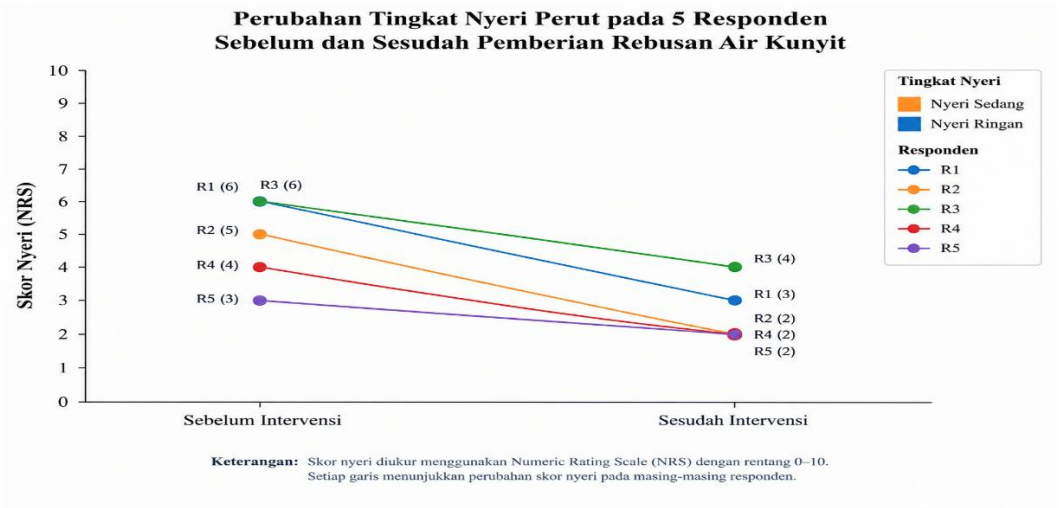
Penelitian ini telah memperhatikan prinsip etika penelitian yang melibatkan subjek manusia. Sebelum pelaksanaan intervensi, peneliti memberikan penjelasan kepada responden mengenai tujuan penelitian, prosedur penelitian, manfaat dan kemungkinan ketidaknyamanan

DOI: https://doi.org/10.52298/ihsj.v6i2
Available online at: https://ojsjournal.unt.ac.id/index.php/ihsj

selama mengikuti intervensi, serta hak responden untuk menolak atau menghentikan keikutsertaan dalam penelitian. Responden yang bersedia berpartisipasi diminta untuk memberikan persetujuan setelah mendapatkan penjelasan (*informed consent*). Kerahasiaan identitas dan informasi pribadi responden dijaga selama proses penelitian dan penyajian hasil.

3. Hasil dan Pembahasan

Penelitian dilaksanakan di Desa Periuk RW 04, Kelurahan Periuk, Kota Tangerang dengan melibatkan 5 responden lansia yang mengalami gastritis dan nyeri perut. Tingkat nyeri responden dinilai menggunakan *Numeric Rating Scale* (NRS) sebelum dan sesudah pemberian intervensi komplementer berupa rebusan air kunyit. Karakteristik responden, termasuk usia, jenis kelamin, dan lama menderita gastritis.



Grafik 1. Gambaran Tingkat Nyeri Pre dan Post Intervensi Rebusan Air Kunyit

Grafik tersebut merupakan spaghetti plot (*pre-post paired dot plot*) yang menggambarkan perubahan tingkat nyeri perut pada 5 responden lansia sebelum dan sesudah pemberian rebusan air kunyit. Sumbu vertikal menunjukkan skor nyeri berdasarkan Numeric Rating Scale (NRS) 0–10, sedangkan sumbu horizontal menunjukkan waktu pengukuran, yaitu sebelum intervensi dan sesudah intervensi. Setiap garis menghubungkan skor nyeri dari masing-masing responden sehingga perubahan individu dapat terlihat dengan jelas. Berdasarkan grafik, seluruh responden menunjukkan penurunan skor nyeri setelah intervensi. Responden 1 mengalami penurunan dari skor 6 menjadi 3, responden 2 dari 5 menjadi 2, responden 3 dari 6 menjadi 4, responden 4 dari 4 menjadi 2, dan responden 5 dari 3 menjadi 2. Dengan demikian, grafik memperlihatkan bahwa setelah pemberian rebusan air kunyit terjadi kecenderungan penurunan tingkat nyeri pada seluruh responden.

Hasil menunjukkan bahwa sebelum pemberian rebusan kunyit, empat responden (80%) merasakan nyeri sedang serta satu responden (20%) mengalami nyeri ringan. Setelah intervensi, jumlah responden dengan nyeri sedang menurun menjadi satu (20%), sedangkan jumlah responden dengan nyeri ringan meningkat menjadi empat (80%). Hasil ini menunjukkan perubahan tingkat nyeri setelah pemberian rebusan kunyit. Perubahan tersebut menunjukkan bahwa pemberian rebusan air kunyit berpotensi membantu menurunkan intensitas nyeri pada lansia penderita gastritis. Hasil ini sesuai dengan kandungan kunyit yang memiliki senyawa kurkumin dan kurkuminoid yang diketahui memiliki sifat antiinflamasi dan berpotensi membantu mengurangi keluhan nyeri pada gastritis (Zainuri et al., 2024).

DOI: https://doi.org/10.52298/ihsj.v6i2
Available online at: https://ojsjournal.unt.ac.id/index.php/ihsj

Hasil studi yang dilakukan oleh (Ismansyah et al., 2024) mengungkapkan bahwa konsumsi air rebusan kunyit sebanyak 150 ml 2 kali sehari dalam waktu 14 hari bagi pasien gastritis menunjukkan penurunan yang signifikan dalam skala rasa sakit jika dibandingkan dengan kondisi sebelum melakukan intervensi. Para peneliti menyimpulkan bahwa air rebusan kunyit mampu berfungsi sebagai terapi tambahan yang efektif untuk meredakan nyeri akibat gastritis, berkat efek antiinflamasinya serta perlindungannya terhadap lapisan lambung. Hasil serupa juga dilaporkan oleh Masikki et al. (2024), yang menemukan bahwa seduhan kunyit berpengaruh terhadap penurunan nyeri gastritis dengan nilai p=0,001. Persamaan hasil tersebut menunjukkan bahwa pemberian kunyit dalam bentuk rebusan maupun seduhan memiliki potensi sebagai terapi komplementer untuk membantu mengurangi nyeri gastritis.

Penurunan nyeri setelah pemberian rebusan kunyit kemungkinan berkaitan dengan kandungan kurkumin yang memiliki efek antiinflamasi dan antioksidan. Kurkumin dapat membantu mengurangi proses peradangan pada mukosa lambung sehingga rangsangan terhadap reseptor nyeri dapat berkurang (Athala, 2025). Kunyit adalah tanaman obat yang sudah lama digunakan dalam cara tradisional, terutama untuk membantu memperbaiki masalah pencernaan seperti gastritis (Miftahussurur, 2024). Senyawa aktif utama pada kunyit adalah kurkuminoid, khususnya kurkumin, serta minyak atsiri yang memiliki khasiat antiinflamasi, mengurangi nyeri, antimikroba, dan mencegah kerusakan sel akibat radikal bebas (Rahmah et al., 2026). Kurkumin membantu melindungi lapisan dalam perut dengan membuat pelindung, sehingga mengurangi rasa sakit yang disebabkan oleh asam perut yang terlalu banyak. Selain itu, kurkumin bisa mengurangi pelepasan histamin, yang merupakan zat utama yang memicu peradangan di lambung (Putra & Fazlylawati, 2026).

Efek ini sangat penting bagi orang yang menderita gastritis, karena kondisi ini ditunjukkan dengan terjadinya peradangan dan iritasi pada dinding lambung yang bisa menyebabkan rasa sakit, mual, muntah, serta perasaan tidak nyaman di bagian atas perut. Minyak atsiri yang ada di dalam kunyit juga bisa membantu memperbaiki tekanan di dalam lambung, mengurangi timbulnya gas, serta meredakan gejala seperti perut kembung dan rasa sakit di lambung (Jannah et al., 2025).

Selain berfungsi sebagai antiinflamasi, kurkumin juga menunjukkan dampak yang melindungi lambung. Zat ini dapat merangsang produksi mukus di lambung, mempertahankan kestabilan jaringan epitel mukosa, meningkatkan sirkulasi darah di mukosa, serta membantu pemulihan sel epitel yang mengalami kerusakan. Peningkatan lapisan mukus yang lebih baik berfungsi mengurangi kontak langsung antara asam lambung dan jaringan yang terinflamasi, sehingga nyeri berkurang dan proses penyembuhan mukosa menjadi lebih cepat. Riset eksperimental juga mengindikasikan bahwa ekstrak kunyit bisa menurunkan produksi asam lambung melalui penghambatan reseptor histamin H2, yang pada gilirannya dapat mengurangi kerusakan pada mukosa lambung (Paputungan & Tomu, 2024).

Dalam kasus gastritis yang disebabkan oleh infeksi *Helicobacter pylori*, kurkumin juga menawarkan keuntungan tambahan. Beberapa studi menunjukkan bahwa kurkumin dapat menghambat reaksi inflamasi yang disebabkan oleh bakteri ini, mengurangi infiltrasi sel-sel inflamasi di mukosa lambung, serta menurunkan oksidatif stres. Dalam penelitian klinis acak, penambahan kurkumin pada pengobatan eradikasi standar *H. pylori* memperbaiki kondisi histopatologis lambung dan mengurangi inflamasi jika dibandingkan dengan hanya pengobatan standar. Ini mengindikasikan bahwa kurkumin tidak hanya berfungsi sebagai pereda gejala, tetapi juga berkontribusi untuk memperbaiki proses patologis yang mendasari gastritis (Syafilla et al., 2024).

Secara fisiologis, penurunan peradangan pada lapisan lambung mengakibatkan berkurangnya rangsangan pada reseptor nyeri yang menyebabkan adanya pengurangan dalam

DOI: https://doi.org/10.52298/ihsj.v6i2
Available online at: https://ojsjournal.unt.ac.id/index.php/ihsj

tingkat rasa sakit. Sifat antioksidan dari kurkumin juga memfasilitasi pengurangan stres oksidatif yang berkontribusi terhadap kerusakan jaringan lambung (Elpina & Murwati, 2026). Selain intervensi rebusan kunyit, perubahan tingkat nyeri dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor lain karena gastritis merupakan kondisi yang bersifat multifaktorial. Faktor tersebut antara lain pola makan yang tidak teratur, konsumsi makanan pedas dan asam, konsumsi kopi, penggunaan obat antiinflamasi nonsteroid (OAINS), infeksi *Helicobacter pylori*, serta stres (Fitriani et al., 2025).

Pada studi awal penelitian ini juga ditemukan bahwa responden masih memiliki kebiasaan mengonsumsi makanan asam dan pedas, minum kopi, serta tidak memiliki jadwal makan yang teratur. Oleh karena itu, penurunan nyeri yang ditemukan dalam penelitian ini tidak dapat sepenuhnya dikaitkan hanya dengan pemberian rebusan kunyit, karena faktor pola makan, kondisi psikologis, penggunaan obat, aktivitas, dan kondisi gastritis masing-masing responden juga dapat memengaruhi tingkat nyeri.

Kekuatan penelitian ini adalah pengukuran tingkat nyeri dilakukan secara langsung menggunakan *Numeric Rating Scale* (NRS) sebelum dan sesudah intervensi, sehingga perubahan tingkat nyeri dapat diamati pada masing-masing responden. Selain itu, penelitian juga memberikan edukasi kesehatan dan demonstrasi mengenai pembuatan serta pemberian rebusan kunyit sebagai terapi komplementer. Namun, penelitian ini memiliki keterbatasan berupa jumlah responden yang sedikit, yaitu hanya 5 orang, serta tidak menggunakan kelompok kontrol. Desain studi kasus juga menyebabkan hasil penelitian belum dapat digeneralisasikan kepada seluruh lansia penderita gastritis. Selain itu, faktor lain seperti pola makan, stres, penggunaan obat, dan kondisi klinis responden tidak dikendalikan secara ketat. Oleh karena itu, hasil penelitian lebih tepat dipandang sebagai gambaran awal mengenai potensi rebusan kunyit dalam membantu menurunkan nyeri, bukan sebagai bukti sebab-akibat yang kuat.

Implikasi penelitian bagi keperawatan adalah rebusan air kunyit dapat dipertimbangkan sebagai salah satu terapi komplementer untuk membantu meningkatkan kenyamanan dan mengurangi keluhan nyeri pada lansia penderita gastritis. Perawat dapat memberikan edukasi mengenai pemanfaatan terapi nonfarmakologis yang mudah diperoleh, sekaligus memberikan pendidikan mengenai pola makan teratur, menghindari makanan yang dapat memicu gastritis, mengurangi konsumsi kopi, dan mengelola stres (Fitriani et al., 2025). Namun, pemberian rebusan kunyit tidak dimaksudkan untuk menggantikan terapi medis, terutama pada pasien dengan kondisi gastritis yang berat. Penggunaannya perlu disesuaikan dengan kondisi individu dan tetap dikonsultasikan dengan tenaga kesehatan (Zahra & Hidayat, 2025). Dengan demikian, perawat dapat mengintegrasikan pemantauan nyeri, edukasi kesehatan, perubahan gaya hidup, dan terapi komplementer sebagai bagian dari pelayanan keperawatan yang holistik.

4. Kesimpulan

Dari hasil penelitian yang membaha tentang penerapan rebusan kunyit dalam mengurangi nyeri gastritis pada lansia, dapat disimpulkan bahwa pemberian rebusan kunyit menyebabkan perubahan pada tingkat nyeri sebelum dan sesudah dilakukan intervensi. Sebelum minum rebusan kunyit, kebanyakan orang merasa sakit sedang, tapi setelah minum rebusan kunyit, tingkat sakit mereka berkurang dan semakin banyak orang yang hanya merasa sakit ringan. Ini menunjukkan bahwa air kunyit bisa digunakan sebagai salah satu pengobatan tambahan untuk membantu mengurangi sakit perut karena gastritis pada orang tua.

DOI: https://doi.org/10.52298/ihsj.v6i2
Available online at: https://ojsjournal.unt.ac.id/index.php/ihsj

Acknowledgments
Kami mengungkapkan terima kasih kepada seluruh pihak yang telah memberikan dukungan dalam penyusunan artikel ini dan masyarakat yang telah berkontribusi mengikuti kegiatan implementasi terapi non farmakologi penyakit gastritis.

Daftar Pustaka

Alya, M., Haryanik, P., & Erdi, I. (2025). *Occurrence of Gastritis Is Related to Stress among Health Science Students*. *10*, 402–407. https://doi.org/10.35816/jiskh.v10i2.616

Athala, S. (2025). *Literature Review Efektivitas Gastroprotektif Rimpang Kunyit (Curcuma Domestica Val) Pada Lambung Yang Di Induksi Aspirin*.

Elpina, & Murwati. (2026). *Asuhan Keperawatan Dengan Penerapan Terapi Air Rebusan Temulawak Dan Kunyit Pada Pasien Gastritis Untuk Mengurangi Nyeri Di Aplikasikan Dengan Teori Watson Di Wilayah Kerja Puskesmas Jembatan Kecil Kota Bengkulu Tahun 2025*. *5*(2), 965–974.

Fajriyah, N., & Dermawan, D. (2024). *Penatalaksanaan Manajemen Nyeri : Relaksasi Otogenik dan Pemberian Perasan Air Kunyit dengan Masalah Keperawatan Nyeri pada Pasien Gastritis di Desa Nguter*. *1*(2), 82–92.

Fitriani, Yuniar, N., & Dewi, S. T. (2025). Hubungan Pola Makan, Konsumsi Kopi dan Tingkat Stres dengan Kejadian Gastritis di Wilayah Kerja BLUD UPTD Puskesmas Poasia Tahun 2024. *Jurnal Kesehatan Saelmakers PERDANA*, *8*(3), 542–549. https://doi.org/10.32524/jksp.v8i3.1708

Ismansyah, I., Andrianur, F., & Ernawati, R. (2024). *Efficacy of turmeric (Curcuma longa Linn) decoction to reduce pain in patients with gastritis*. *11*, 31–34. https://doi.org/10.4081/hls.2023.11729

Jannah, R., Putra, Y., & Fazlylawati, E. (2025). *Pengaruh Konsumsi Rebusan Air Kunyit Terhadap Tingkat Nyeri Pada Penderita Gastritis Di Desa Reudep Aceh besar*. *1*(2), 214–223.

Kemenkes. (2024). *Profil kesehatan indonesia*.

Masikki, M., Utami, M., & Yulianti, S. (2024). *Seduhan Kunyit (Curcuma Domestika Val) Terhadap Nyeri Gastritis*. *2*, 263–273.

Miftahussurur, M. (2024). Buku Ajar Aspek Klinis Gastritis. In *Airlangga University Press*.

Nelly, & Akhmalia, N. (2024). *Penerapan Parutan Kunyit Dalam Menurunkan Skala Nyeri Pasien Gastritis Di Aceh Besar*. *8*(1).

Paputungan, F., & Tomu, F. (2024). *Pemanfaatan Explainer Video: Topik Meramu Obat Tradisional Bahan Kunyit Untuk Mengobati Asam Lambung*. 1–14.

Putra, Y., & Fazlylawati, E. (2026). *Pengaruh Konsumsi Rebusan Air Kunyit Terhadap Tingkat Nyeri Pada Penderita Gastritis Di Desa Reudep Aceh besar*. *1(2)*, *214–223*.

Rahmah, N., Sudarman, Siokal, B., Ernasari, & Putri, S. H. (2026). *Efektivitas Perasan Air Kunyit (Curcuma longa) terhadap Penurunan Intensitas Nyeri pada Pasien Gastritis*. *7*(1), 121–128.

Sari, D. V. (2026). *WhatsApp Group Dapat Mempengaruhi Pola Makan Remaja Perempuan Yang Mengalami Gastritis*. *01*(07), 236–241. https://doi.org/10.53801/oajjhs.v1i7.52

Syafilla, I. A., Yuniarti, T., & Widiyanto, A. (2024). *Pengaruh Konsumsi Rebusan Air Kunyit Terhadap Rasa Nyeri Perut Pada Penderita Gastritis Di Keluarga*. *5*(2), 571–580.

Taft, T. H., Hirano, I., & Gonsalves, N. (2025). Initial Validation of the Eosinophilic Gastritis and Gastroenteritis Quality of Life Scale. *Gastro Hep Advances*, *4*(5), 100627. https://doi.org/10.1016/j.gastha.2025.100627

WHO. (2024). *Gastritris and Duodenitis*.

Zahra, W., & Hidayat, R. (2025). *Edukasi Pengobatan Gastritis Melalui Pemanfaatan Ekstrak Kunyit di Dusun Timbuseng*. *1*(2), 36–40.

Zainuri, W., Muhammad, R., Wahyuningsih, S., Niliandari, D. A., & Firda, M. (2024). *Analisis Senyawa Kurkumin Pada Tanaman Kunyit (Curcuma Longa) Sebagai Obat Herbal Gastritis Menggunakan Analisis Pass , Swiss Adme Dan Docking*. *11*, 161–172.