Journal of Innovative and Creativity
Journal Homepage: https://joecy.org/index.php/joecy
e-mail: journaljoecy@gmail.com

Faculty of Education
University of Pahlawan Tuanku Tambusai
ISSN 2775-771X (Online)
ISSN 2962-570X **(Printed)**
5 (3) 2025, Page 14040-14048

Pengaruh Konsumsi Rebusan Air Kunyit Terhadap Rasa Nyeri Perut Pada Penderita Gastritis

Anggi Aryadi[1], Gita Rahmawati [2]
[1]Program Studi S1 Keperawatan, Stikes Tujuh Belas Karanganyar
[2]Program Studi D.III Keperawatan, Stikes Tujuh Belas Karanganyar
Corresponding Author: Anggi Aryadi, E-Mail: anggiaryadi96@gmail.com

Published: November, 2025

ABSTRAK

Pendahuluan: Seiring dengan perkembangan era modernisasi, maka semakin banyak pula penyakit yang muncul di masyarakat. Gastritis yang umum dikenal oleh kalangan masyarakat dengan sebutan maag adalah penyakit yang sering terjadi dan di jumpai di klinik, penyebab paling sering dari penyakit ini adalah penggunaan Obat Anti Inflamasi Nonsteroid (OAINS), kortikosteroid, pola hidup dengan tingkat stres tinggi, konsumsi alkohol, kopi dan merokok, namun begitu penyakit ini sering diangap remeh dan disepelekan oleh penderitanya. Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh konsumsi rebusan air kunyit terhadap penurunan tingkat nyeri perut pada penderita gastritis. Metode Penelitian: Penelitian ini menggunakan metode pra-eksperimen dengan rancangan *one group pretest-posttest design*. Sampel sebanyak 30 responden yang mengalami nyeri gastritis sedang dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Intervensi berupa konsumsi rebusan air kunyit (600 ml per hari, dibagi dua kali minum pagi dan malam) diberikan selama 7 hari berturut-turut. Pengukuran intensitas nyeri dilakukan menggunakan skala *Numerical Rating Scale* (NRS) sebelum dan sesudah intervensi. Analisis data menggunakan uji *Wilcoxon Signed Rank Test*. Hasil: Hasil penelitian menunjukkan adanya penurunan tingkat nyeri yang signifikan setelah pemberian rebusan air kunyit dengan nilai p 0,001. Kesimpulan: Ada pengaruh rebusan konsumsi air kunyit terhadap rasa nyeri perut pada penderita gastritis.

Kata Kunci: *Gastritis, Nyeri Perut, Rebusan Kunyit*

ABSTRACT

Backgraound: As modernization advances, more and more diseases are emerging in society. Gastritis, commonly known as ulcers, is a common condition seen in clinics. The most common causes are the use of nonsteroidal anti-inflammatory drugs (NSAIDs), corticosteroids, a high-stress lifestyle, alcohol consumption, coffee consumption, and smoking. However, sufferers often underestimate the severity of this condition. Objective: This study aims to determine the effect of consuming boiled turmeric water on reducing the level of abdominal pain in gastritis sufferers. Research Method: This study used a pre-experimental method with a one-group pretest-posttest design. A sample of 30 respondents experiencing moderate gastritis pain was selected using a purposive sampling technique. The intervention consisted of consuming boiled turmeric water (600 ml per day, divided into two doses, morning and evening) for 7 consecutive days. Pain intensity was measured using the Numerical Rating Scale (NRS) before and after the intervention. Data were analyzed using the Wilcoxon Signed Rank Test. Results: The results of the study showed a significant decrease in pain levels after administering turmeric water decoction with a p value 0.001. Conclusion: There is an effect of consuming boiled turmeric water on stomach pain in gastritis sufferers.

Keywords: Gastritis, Stomach Pain, Turmeric Decoction.

© The Author(s). 2021 Open Access This article is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License, which permits use, sharing, adaptation, distribution and reproduction in any medium or format, as long as you give appropriate credit to the original author(s) and the source, provide a link to the Creative Commons licence, and indicate if changes were made. The images or other third party material in this article are included in the article's Creative Commons licence, unless indicated otherwise in a credit line to the material. To view a copy of this licence, visit http://creativecommons.org/licenses/by/4.0

PENDAHULUAN

Seiring dengan perkembangan era modernisasi, maka semakin banyak pula penyakit yang muncul di masyarakat. Gastritis yang umum dikenal oleh kalangan masyarakat dengan sebutan maag adalah penyakit yang sering terjadi dan di jumpai di klinik, penyebab paling sering dari penyakit ini adalah

penggunaan Obat Anti Inflamasi Nonsteroid (OAINS), kortikosteroid, pola hidup dengan tingkat stres tinggi, konsumsi alkohol, kopi dan merokok, namun begitu penyakit ini sering diangap remeh dan disepelekan oleh penderitanya (Kasron, 2018). Gastritis dapat mengalami kekambuhan dimana kekambuhan yang terjadi pada penderita gastritis dapat dipengaruhi oleh pengaturan pola makan yang tidak baik dan juga dipengaruhi oleh faktor stres (Tussakinah dkk, 2018).

Gastritis adalah penyakit akibat peradangan di dinding lambung. Nyeri yang dirasakan merupakan nyeri ulu hati atau nyeri epigastrium. Nyeri adalah pengalaman sensori dan emosional yang tidak menyenangkan akibat kerusakan jaringan yang aktual dan potensial. Secara umum tanda dan gejala yang sering ditemukan pada pasien yang mengalami nyeri dapat tercermin dari perilaku pasien seperti suara (menangis, merintih, menghembuskan nafas), ekspresi wajah (meringis, menggigit bibir), pergerakan tubuh (gelisah, otot tegang dan mondarmandir), interaksi sosial (menghindari percakapan, disorientasi waktu) (Diana dan Muhammad, 2020).

Berdasarkan laporan *World Health Organization* (WHO) bahwa prevalensi gastritis secara global dari beberapa negara pada tahun 2018 yaitu Inggris dengan angka persentase 22%, China dengan angka persentase 31%, Jepang dengan angka persentase 14,5%, Kanada dengan angka persentase 35% dan Perancis dengan angka persentase 29,5%. Secara global, kejadian penyakit gastritis berkisar 1,8-2,1 juta penduduk dalam tiap tahunnya. Asia Tenggara sendiri menyumbang angka kejadian gastritis sebanyak 583.635 dari keseluruhan penduduknya.

Menurut data Kemenkes RI (2018) angka persentase dari kejadian penyakit gastritis di Indonesia adalah 40,8%. Angka kejadian gastritis tertinggi mencapai 91,6% yaitu di Kota Medan, lalu di beberapa kota lainnya seperti Surabaya 31,2%, Denpasar 46%, Jakarta 50%, Bandung 32,5%, Palembang 35,35%, Aceh 31,7%, dan Pontianak 31,2%. Berdasarkan profil kesehatan Indonesia tahun 2009, gastritis merupakan salah satu penyakit di dalam sepuluh penyakit terbanyak pada pasien rawat inap.

Prevalensi kejadian gastritis di wilayah Jawa Tengah sekitar 79,6 % terjadi pada usia dewasa disetiap tahunnya (Mustakim, Rimbawati and Wulandari, 2021). Data dari Badan Pusat Statistik Kabupaten Temanggung (2019) menyatakan bahwa sejumlah 619 kasus sebagai pola 10 besar penyakit di Kabupaten Temanggung gastritis masih menduduki terbesar dari seluruh PTM (Penyakit Tidak Menular).

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 dan Muhammad, 2020). Terapi nonfarmakologi yang dapat dilakukan yaitu dengan terapi air rebusan kunyit (Haile G, 2023).

Kunyit dipilih menjadi salah satu pelaksanaan gastritis yang efektif, cepat, murah dan mudah. Kunyit merupakan tanaman obat yang banyak dibutuhkan oleh industry obat tradisional dan tanaman dari golongan *zingiberaceae* yang berupa semak dan bersifat tahunan (prennial) yang tersebar di seluruh daerah tropis (Husniyati, 2018). Kunyit merupakan salah satu jenis rempah-rempah yang sangat mudah didapatkan. Kunyit biasa digunakan sebagai bahan pelengkap masakan. Kunyit atau juga disebut kunir adalah tanaman asli Asia Tenggara. Kunyit mempunyai akar serabut. Selain itu, kunyit juga mempunyai rimpang warna kuning serta mpu kunyit. Rimpang yang sering digunakan untuk bumbu memasak. Jika rimpang dipotong atau dibelah, maka rimpang tersebut akan terlihat kuning yang bisa melekat di tangan. Selain untuk masak, kunyit juga mempunyai khasiat untuk ramuan herbal (Yatisabe'ih, 2018).

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 dan Muhammad, 2020). Menurut penelitian Chofizah Hikmah (2019) membuktikan metode eksprimen dan uji aktivitas katalitik secara langsung terhadap tanaman kunyit dapat digunakan untuk meningkatkan nafsu makan pada penderita gastritis.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *pra-experiment.* Penelitian ini menggunakan desain penelitian *one group pretest-postest with control group*. Penelitian ini dilakukan di desa Bulu kabupaten Temanggung, pada bulan Maret 2025 selama 1 minggu. Intervensi berupa konsumsi rebusan air kunyit (600 ml per hari, dibagi dua kali minum pagi dan malam) diberikan selama 7 hari berturut-turut. Dalam pengambilan data peneliti menggunakan teknik *purposive sampling* dengan jumlah sampel 30 responden. Kriteria inklusi penderita gastritis yang mengalami nyeri sedang, panderita gastritis yang tidak memiliki komplikasi penyakit lain. kriteria eksklusi tidak mengikuti jalanya penelitian sampai dengan selesai. Instrumen yang digunakan adalah NRS (*Numeric Rating Scale*). Analisa data meliputi Analisa univariat dan Analisa bivariat menggunakan uji *wilcoxon*. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah rebusan air kunyit sedangkan variabel terikat adalah nyeri.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia

Usia	Frekuensi	Presentase
25-45	10	33.3
45-65	18	60
65-85	2	6.7
TOTAL	30	100

Berdasarkan tabel 1 menunjukan bahwa responden terbanyak yaitu dengan usia 45-65 tahun berjumlah 18 responden (60%), usia 25-45 tahun berjumlah 10 responden (33,3%) dan usia 65-85 tahun berjumlah 2 responden (6,7%).

Tabel 2. Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Frekuensi	Presentase
Laki-Laki	14	46.7
Perempuan	16	53.3
TOTAL	30	100

Berdasarkan tabel 2 menunjukan bahwa responden terbanyak yaitu dengan jenis kelamin perempuan berjumlah 16 responden (53,3%), dan responden dengan jenis kelamin laki-laki berjumlah 14 responden (46,7%).

Tabel 3. Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan

Pekerjaan	Frekuensi	Presentase
Petani	16	53.3
Swasta	12	40
PNS	2	6.7
TOTAL	30	100

Berdasarkan tabel 3 menunjukan bahwa responden terbanyak yaitu dengan pekerjaan petani sejumlah 16 responden (53,3%), responden dengan pekerjaan swasta sejumlah 12 responden (40) dan responden dengan pekerjaan PNS sejumlah 2 responden (6,7%).

Tabel 4. Tingkat nyeri gastritis sebelum diberikan rebusan air kunyit

Skala Nyeri	Frekuensi	Presentase
Tidak Nyeri (0)	0	0
Ringan (1-3)	0	0
Sedang (4-6)	12	40
Berat (7-9)	18	60
Sangat Berat (10)	0	0
TOTAL	30	100

Berdasarkan hasil penelitian sebelum diberikan rebusan air kunyit, jumlah responden terbanyak yaitu dengan frekuensi skala nyeri berat sejumlah 18 responden (60%), frekuensi skala nyeri sedang

sejumlah 12 responden (40%), frekuensi tidak nyeri sejumlah 0 responden (0%), frekuensi nyeri ringan sejumlah 0 responden (0%) dan frekuensi nyeri sangat berat sejumlah 0 resonden (0%).

Tabel 4. Tingkat nyeri gastritis setelah diberikan rebusan air kunyit

Skala Nyeri	Frekuensi	Presentase
Tidak Nyeri (0)	0	0
Ringan (1-3)	28	93.3
Sedang (4-6)	2	6.7
Berat (7-9)	0	0
Sangat Berat (10)	0	0
TOTAL	30	100

Berdasarkan hasil penelitian setelah diberikan rebusan air kunyit, jumlah responden terbayak yaitu dengan frekuensi skala nyeri ringan sejumlah 28 responden (93,3%), frekuensi nyeri sedang sejumlah 2 responden (6,7%), tidak nyeri sejumlah 0 responden (0%), frekuensi nyeri berat sejumlah 0 responden (0%), dan frekuensi nyeri sangat berat sejumlah 0 resonden (0%).

Tabel 5. Pengaruh rebusan air kunyit terhadap nyeri gastritis

		Post Test					***P value***
		Tidak Nyeri	Ringan	Sedang	Berat	Sangat Berat	
Pre Test	Tidak Nyeri	0	0	0	0	0	0,001
	Ringan	0	0	0	0	0	
	Sedang	0	12	0	0	0	
	Berat	0	16	2	0	0	
	Sangat Berat	0	0	0	0	0	
	Total	30					

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 5 menunjukan bahwa setelah diberikan rebusan air kunyit terhadap rasa nyeri pada penderita gastritis dapat mempengaruhi rasa nyeri pada responden berdasarkan uji *Wilcoxon* menunjukan nilai p = 0,001 (<0,05). Maka menunjukan bahwa adanya pengaruh yang signifikan antara intensitas nyeri sebelum dan setelah perlakuan, yang berarti perlakuan yang diberikan efektif dalam mengurangi intensitas nyeri.

Pembahasan

1. Karakteristik Responden

karakteristik yang berkaitan dengan penelitian ini meliputi usia, jenis kelamin dan pekerjaan. Pada penelitian ini usia sebagian besar berada di usia 45-65 tahun berjumlah 18 responden (60%). Usia ini termasuk kategori dewasa madya, yang mana pada usia ini lebih berisiko mengalami gangguan kesehatan seperti gastritis akibatnya karena penurunan fungsi fisiologis dan paparan faktor risiko dalam jangka panjang (Misnaniarti et al, 2020).

Menurut Hurlock (2017), usia dewasa madya adalah tahap kehidupan di mana seseorang berada dalam masa produktif akhir, namun juga mulai mengalami penurunan fisik secara bertahap. Pada masa

ini, individu umumnya telah mencapai stabilitas dalam pekerjaan, keluarga, dan kehidupan sosial, tetapi juga mulai menghadapi berbagai tantangan seperti penurunan fungsi fisik dan organ tubuh termasuk sistem pencernaan, Risiko penyakit degenerative seperti hipertensi, diabetes, dan gastritis.

Hal ini sejalan dengan penelitian Astuti & **Wulandari (2020)**, yang menunjukkan bahwa prevalensi gastritis lebih tinggi pada usia 40 tahun ke atas karena penurunan fungsi organ pencernaan yang terjadi secara fisiologis.

Responden berdasarkan jenis kelamin paling banyak jenis kelamin perempuan berjumlah 16 responden (53,3%). Secara biologis, perempuan mengalami fluktuasi hormonal sepanjang siklus hidupnya, termasuk selama menstruasi, kehamilan, dan menopause. Hormon seperti estrogen dan progesteron berpengaruh terhadap sistem pencernaan, termasuk pengaturan asam lambung dan gerakan lambung. Ketidakseimbangan hormon ini dapat membuat dinding lambung menjadi lebih sensitif terhadap rangsangan iritatif, sehingga lebih mudah mengalami peradangan (Astuti & Wulandari, 2020)**.**

Hal ini sejalan dengan penelitian oleh Lita A., P. (2023) menemukan bahwa perempuan memiliki prevalensi lebih tinggi terhadap kejadian gastritis dibandingkan laki-laki. Hal ini dikaitkan dengan faktor hormonal dan sensitivitas terhadap stres yang lebih tinggi, yang dapat mempengaruhi produksi asam lambung dan fungsi sistem pencernaan.

Responden berdasarkan pekerjaan terbanyak yaitu dengan pekerjaan petani sejumlah 16 responden (53,3%), Berdasarkan hasil penelitian, mayoritas responden yang mengalami gastritis bekerja sebagai petani. Hal ini menunjukkan bahwa petani merupakan kelompok yang berisiko tinggi terhadap gangguan lambung, terutama gastritis. Pekerjaan sebagai petani menuntut aktivitas fisik yang berat dan waktu kerja yang panjang di luar rumah, sering kali dari pagi hingga sore hari. Kondisi ini menyebabkan para petani tidak memiliki jadwal makan yang teratur, bahkan cenderung melewatkan waktu makan atau hanya mengonsumsi makanan seadanya di ladang, jenis pekerjaan juga menentukan makanan apa yang tepat dikonsumsi. Beban kerja berlebih, mempunyai pengaruh yang tidak baik terhadap pekerja, karena itu kebutuhan akan zat gizi seseorang yang bekerja, harus sesuai dengan berat ringannya beban kerja yang diterimanya, seperti beban kerja berlebih, akan membutuhkan sumber energi yang lebih banyak (Febrida, 2013).

Hal ini sejalan dengan Penelitian oleh Friska, T., Y. dkk. (2023)**,** Penderita gastritis yang bekerja sebagai petani memiliki kebiasaan makan kurang baik menjadikanya salah satu faktor risiko utama terjadinya gastritis.

2. Tingkat Nyeri Gastritis Sebelum Diberikan Rebusan Air Kunyit

Berdasarkan hasil penelitian sebelum diberikan rebusan air kunyit, jumlah responden terbanyak yaitu dengan frekuensi skala nyeri berat sejumlah 18 responden (60%), mayoritas responden mengalami nyeri berat sebelum dilakukan perlakuan. Pada penelitian ini menunjukkan bahwa responden mengalami keluhan nyeri lambung yang cukup signifikan akibat kondisi gastritis. Nyeri pada gastritis umumnya terjadi

akibat peradangan mukosa lambung yang dipicu oleh stres, makanan iritatif, atau infeksi H. pylori (Sari et al, 2022).

3. Tingkat Nyeri Gastritis Setelah Diberikan Rebusan Air Kunyit

Berdasarkan hasil penelitian setelah diberikan rebusan air kunyit, jumlah responden terbayak yaitu dengan frekuensi skala nyeri ringan sejumlah 28 responden (93,3%), setelah intervensi, mayoritas responden mengalami penurunan intensitas nyeri menjadi kategori ringan. Pada penelitian ini menunjukkan bahwa perlakuan yang diberikan baik berupa terapi non-farmakologis seperti pemberian rebusan air kunyit atau lainnya efektif dalam menurunkan nyeri akibat gastritis. Efektivitas perlakuan dalam menurunkan intensitas nyeri juga didukung oleh berbagai penelitian yang menunjukkan bahwa terapi herbal seperti air kunyit bersifat gastroprotektif dan mampu mengurangi inflamasi mukosa lambung (Rahmawati et al, 2021).

4. Pengaruh Rebusan Air Kunyit Terhadap Nyeri Gastritis

Berdasarkan tabel hasil dari uji *Wilcoxon*, terdapat perbedaan yang signifikan antara intensitas nyeri sebelum dan setelah perlakuan. Berdasarkan uji *Wilcoxon* menunjukan nilai p = 0,001 (<0,05). Maka menunjukan bahwa adanya pengaruh yang signifikan antara intensitas nyeri sebelum dan setelah perlakuan, yang berarti perlakuan yang diberikan efektif dalam mengurangi intensitas nyeri.

Hal ini menunjukkan bahwa kunyit memiliki khasiat yang nyata dalam membantu mengurangi rasa nyeri yang dialami oleh pasien. Penurunan tingkat nyeri ini dapat dijelaskan melalui mekanisme kerja senyawa aktif yang terkandung dalam kunyit, khususnya kurkuminoid (curcumin) dan minyak atsiri (Hewlings, S. J., & Kalman, D. S. 2017).

Curcumin merupakan senyawa utama dalam kunyit yang memiliki efek antiinflamasi dan antioksidan. Senyawa ini bekerja dengan cara menghambat aktivitas enzim pro-inflamasi seperti *siklooksigenase-2* (COX-2) dan sitokin pro-inflamasi seperti tumor *necrosis factor-a* (TNF-α) yang berperan dalam proses peradangan pada mukosa lambung. Dengan menurunnya aktivitas peradangan, maka iritasi yang menyebabkan nyeri pun berkurang (Dewi, R., dkk. 2024).

Selain itu, kunyit juga mengandung minyak atsiri seperti turmeron dan zingiberena yang memiliki efek spasmolitik dan analgesik alami, yaitu membantu merelaksasi otot polos saluran pencernaan dan mengurangi sensasi nyeri. Kandungan ini juga memiliki efek antibakteri yang mampu menekan pertumbuhan *Helicobacter pylori*, salah satu bakteri penyebab gastritis kronis (Rohmah, M., N. 2022).

Efek lain yang mendukung dari kunyit adalah sifat gastroprotektif-nya, di mana kunyit dapat merangsang produksi mukus pelindung pada lambung serta membantu menyeimbangkan kadar asam lambung. Hal ini penting untuk mencegah iritasi lebih lanjut pada lapisan lambung yang mengalami peradangan (Dewi, R., dkk. 2024).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Diana & Muhammad, (2020) tentang 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. Berdasarkan uji statistik didapatkan bahwa nilai *p value* 0,000 (< 0,05) yang artinya terdapat pengaruh konsumsi perasan air kunyit terhadap penurunan skala nyeri pada penderita gastritis di desa kampung pinang wilayah kerja puskesmas perhentian raja tahun 2020.

KESIMPULAN

Terdapat pengaruh yang signifikan dari konsumsi rebusan air kunyit terhadap penurunan nyeri pada penderita gastritis dengan nilai p = 0,001 (<0,05).

DAFTAR PUSTAKA

Astuti, D. A. O. P., & Wulandari, D. (2020). Stres dan Perilaku Merokok Berhubungan dengan Kejadian Gastritis. Jurnal Ilmi STIKES Kendal.

Badan Pusat Statistik. (2019). Jumlah Penduduk *Kabupaten Temanggung*. Tahun 2018 Hasil Proyeksi Penduduk SP 2010. Temanggung: Badan Pusat. Statistik.

Chofizah Nurul Hikmah. (2019). *Study Kinetika Reaksi* : *Ekstrak Kunyit Kuning Dalam Penyembuhan Penyakit Maag*. Jurnal INA-Rxiv.

Dewi, R., dkk. (2024). *Pengobatan Herbal Kunyit untuk Penyakit Lambung*. Jakarta: Gramedia Medika.

Diana, M., & Muhammad, A. (2020). *Pengaruh Konsumsi Perasan Air Kunyit terhadap Nyeri Gastritis*. Medan: Universitas Sumatera Utara.

Febrida, Melly. (2013). Jenis Makanan Sesuai Profesi, Berat Badan dan Usia. Buku Biru: Jogjakarta.

Friska, T., Y. (2023). Gambaran Faktor Penyebab Terjadinya Gastritis Di Desa Tlogowaru Wilayah Kerja Puskesmas Temandang Kabupaten Tuban. Jurnal Multidisiplin Indonesia.

Haile G, A. M. and E. A. (2023). *The Advantage And Disadvantage Of Using PHP And Javascript Technology In Creating The Server Part Of The Platform*. In JGIIRJ- International Journal.

Hastari, W.M. & Kurniawan, W. (2022). *Implementasi Parutan Kunyit Untuk Mengurangi Nyeri Pasien Gastritis Di PPSLU Dewanata Cilacap*, Jurnal Inovasi Penelitian.

Hewlings, S. J., & Kalman, D. S. (2017). Curcumin: A Review of Its Effects on Human Health. *Foods*.

Hurlock, E, B. (2017). Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang. Rentang Kehidupan (edisi ke – 5). Jakarta: Erlangga.

Husniyati, A. (2018). *Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Niat Mahasiswa Akuntansi Untuk Melakukan Pengungkapan Kecurangan*. Journal of Chemical Information and Modeling.

Karson, & Susilawati. (2018). *buku ajar anatomi fisiologi dan gangguan sistim pencernaan.* trans info media.

Kementerian Kesehatan RI. (2018). *Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas)* 2018. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI.

Lita, A., P. (2023). Hubungan Pola Makan Dan Tingkat Stres Dengan Tingkat Kekambuhan Gastritis Pada Pasca Masa Pandemi. NUTRIZIONE.

Misnaniarti, M., Setiawan, A., & Lestari, R. (2020). Faktor Risiko Penyakit Lambung pada Lansia. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Andalas*

Mustakim, Rimbawati, y., & Wulandari, r. (2021). *Edukasi pencegahan dan penanganan gastritis pada siswa bintara polda sumatera selatan*. pengabdian kepada masyarakat.

Rahmawati, E., et al. (2021). Efektivitas Rebusan Kunyit terhadap Penurunan Intensitas Nyeri pada Penderita Gastritis. *Jurnal Kesehatan Holistik.*

Rohmah, M., N. (2022). Pemanfaatan dan kandungan kunyit (Curcuma domestica) Sebagai Obat Dalam Perspektif Islam. Journal of Islamic Integration Science and Technology.

Sari, D. P., et al. (2022). Hubungan Pola Makan dan Stres dengan Kejadian Nyeri pada Penderita Gastritis. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah.*

Tussakinah, dkk. (2018). *Hubungan Pola Makan dan Tingkat Stres terhadap Kekambuhan Gastritis di Wilayah Kerja Puskesmas Tarok Kota Payakumbuh Tahun 2017*. Jurnal Kesehatan Andalas.

Umaroh, V. and Sulistyanto, B.A. (2021). 'Literature Review: *Pengaruh Terapi Guided Imagery Terhadap Penurunan Nyeri Pada Pasien Gastritis'*. Prosiding Seminar Nasional Kesehatan.

Yatisabe'ih, L. (2018). *Rempah-rempah Nusantara dan Khasiatnya*. Jakarta: Gramedia.