

## Edukasi Pengobatan Gastritis melalui Pemanfaatan Obat Herbal

Rasmala Dewi<sup>1</sup>, Wahyu Tri Aldilas<sup>2</sup>, Mia Rosita<sup>3</sup>, Nurul Fadilla<sup>4</sup>, Afifah Putri Pinasty<sup>5</sup>, Siti Ayu Khodijah<sup>6</sup>, Tricy Opi Zalita<sup>7</sup>, Nurhikmah<sup>8</sup>

rmfarmapt@gmail.com<sup>1</sup>, wahyutrialdilas@gmail.com<sup>2</sup>, miarosita08@gmail.com<sup>3</sup>, nurulfadilla119@gmail.com<sup>4</sup>, afifahputri8899@gmail.com<sup>5</sup>, ayuputi874@gmail.com<sup>6</sup>, tricyopizalita5151@gmail.com<sup>7</sup>, nur8hikmah01@gmail.com<sup>8</sup>

<sup>1,2,3,4,5,6,7,8</sup>Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Harapan Ibu Jambi

---

### Article History:

Received: 19-04-2023

Revised: 16-06-2023

Accepted: 21-06-2023

### Keywords:

Gastritis  
Herbal medicine  
Symptoms

Copyright © 2023 the Authors

This is an open access article  
under the CC BY-SA License.

**Abstract:** *Gastritis is a condition of inflammation or bleeding of the gastric mucosa which can be acute and chronic (Aspitarsi & Taharuddin, 2020). People generally know gastritis as ulcer disease, which is a disease that according to them is not a big problem, gastritis occurs at all ages, from children, adolescents, adults to old people (Jannah, 2020). Gastritis is a condition of inflammation of the gastric mucosa which is can be acute and chronic due to lack of patient attention to health, one of which is the adoption of an unhealthy lifestyle. The purpose of this research is to find out the education of gastritis treatment through the use of herbal or natural medicines. The research method used is a qualitative research method using an information gathering design on issues specifically designed to study in detail and in depth the use of herbal medicine in overcoming gastritis.*

---

### Pendahuluan

Gastritis merupakan suatu keadaan peradangan atau perdarahan mukosa lambung yang dapat bersifat akut dan kronik (Aspitarsi & Taharuddin, 2020). Masyarakat pada umumnya mengenal gastritis dengan sebutan penyakit maag yaitu penyakit yang menurut mereka bukan suatu masalah yang besar, gastritis terjadi pada semua usia mulai dari anak-anak, remaja, dewasa sampai tua (Jannah, 2020). Gastritis disebabkan salah satunya karena sikap penderita gastritis yang tidak memperhatikan kesehatannya, terutama makanan yang dikonsumsi setiap harinya (Suprpto, 2020). Gastritis dapat mengganggu aktivitas sehari-hari, karena penderita

akan merasa nyeri dan rasa sakit tidak nyaman pada perut (Nur, 2021). Banyak penderita gastritis itu berawal dari kesibukan yang berlebihan sehingga mengakibatkan seseorang lupa makan (Danu, Terkadang gejala gastritis pada awalnya diabaikan saja, padahal jika penyakit gastritis itu dibiarkan maka bias terjadi kondisi komplikasi yang cukup parah (Danu et al., 2019). Secara garis besar penyebab gastritis dibedakan atas faktor internal yaitu adanya kondisi yang memicu pengeluaran asam lambung yang berlebihan, dan zat ekstrenal yang menyebabkan iritasi dan infeksi (Handayani & Thomy, 2018). Berdasarkan faktor resiko gastritis adalah menggunakan obat aspirin atau antiradang non stroid, infeksi kuman *helicobacterpylori*, memiliki kebiasaan minum minuman beralkohol, memiliki kebiasaan merokok, sering mengalami stress, kebiasaan makan yaitu waktu makan yang tidak teratur, serta terlalu banyak makan makanan yang pedas dan asam (Eka Fitri Nuryanti, 2021).

Ketidakpatuhan terhadap pola makan, obat-obatan, alkohol, garam empedu, zat iritan lainnya dapat merusak mukosa lambung. Mukosa lambung berperan penting dalam melindungi lambung dari autodigesti oleh asam klorida dan pepsin. Bila mukosa lambung rusak maka terjadi difusi asam klorida ke mukosa lambung dan asam klorida akan merusak mukosa. Kehadiran asam klorida di mukosa lambung menstimulasi perubahan pepsinogen menjadi pepsin. Pepsin merangsang pelepasan histamine dari sel mast. Histamin akan menyebabkan peningkatan permeabilitas kapiler sehingga terjadi perpindahan cairan dari intrasel ke ekstrasel dan menyebabkan edema serta kerusakan kapiler sehingga timbul perdarahan pada lambung. Biasanya lambung dapat melakukan regenerasi mukosa oleh karena itu gangguan tersebut menghilang dengan sendirinya namun bila lambung sering terpapar dengan zat iritan maka inflamasi akan terus terjadi. Jaringan yang meradang akan diisi oleh jaringan fibrin sehingga lapisan mukosa lambung dapat menghilang (Umasugi, 2021)

Upaya pencegahan kekambuhan yang dapat dilakukan terhadap penyakit gastritis meliputi memodifikasi diet, hilangkan kebiasaan mengkonsumsi alkohol, memperbanyak olahraga, manajemen stress (Harefa, 2021). Makan dalam jumlah kecil tetapi sering serta memperbanyak makan makanan yang mengandung tepung, seperti nasi, jagung, dan roti akan menormalkan produksi asam lambung, serta menghindari makanan yang dapat mengiritasi terutama makanan yang pedas, asam, digoreng atau berlemak (Nofriadikal Putra, 2018). Tingginya mengkonsumsi alkohol dapat mengiritasi dan mengikis lapisan mukosa dalam lambung dan dapat mengakibatkan peradangan dan pendarahan. Bahaya penyakit gastritis jika dibiarkan terus menerus akan merusak fungsi lambung dan dapat meningkatkan risiko untuk

terkena kanker lambung hingga menyebabkan kematian. Dampak dari gastritis biasa mengalami komplikasi seperti perdarahan saluran cerna bagian atas, hematemesis dan melena (anemia), ulkus peptikum perforasi (Hernanto, 2018). Upaya pencegahan kekambuhan yang dapat dilakukan terhadap penyakit gastritis meliputi memodifikasi diet, hilangkan kebiasaan mengkonsumsi alkohol, memperbanyak olahraga, manajemen stres (Harefa, 2021).

Edukasi kesehatan merupakan suatu kegiatan edukasi yang dilakukan dengan cara menyebarkan pesan, menanamkan keyakinan sehingga masyarakat tidak saja sadar, tahu, dan mengerti tetapi juga mau dan bisa melakukan suatu anjuran yang ada hubungan dengan Kesehatan (Ardiansyah, 20102). Edukasi kesehatan dapat pula diartikan sebagai penambahan pengetahuan dan kemampuan seseorang melalui teknik praktik belajar atau intruksi. Tujuan edukasi kesehatan secara umum adalah mengubah perilaku individu atau masyarakat di bidang kesehatan, akan tetapi perilaku mencakup hal yang luas sehingga perlu dikategorikan secara mendasar. Selain itu tujuan edukasi kesehatan adalah memberikan informasi pada individu atau masyarakat, sehingga mengubah status kesehatan seseorang atau masyarakat (Akbar Asfar & Wa Ode Sri Asnaniar, 2018).

## Metode

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan menganalisis untuk mempelajari secara rinci dan mendalam mengenai sebuah pemanfaat obat herbal atau alami dan menyertakan berbagai sumber informasi yang dibatasi oleh waktu dan tempat, serta analisis ini bertujuan untuk mengeksplorasi gambaran mengenai edukasi pemanfaatan obat herbal atau alami dalam mengatasi penyakit gastritis.



Gambar 1. Diagram alur edukasi gastritis

## Pembahasan

Penyakit gastritis yang secara awam dikenal dengan istilah sakit maag merupakan penyakit radang pada mukosa lambung. Penyakit ini dapat disebabkan oleh berbagai faktor yang dapat meningkatkan asam lambung seperti stres, obat-obatan serta pola makan yang tidak teratur. Penyakit gastritis ditandai dengan gejala mual, muntah, perut kembung serta nyeri yang disertai rasa panas pada daerah ulu hati. Penyakit gastritis yang tidak mendapatkan pengobatan dapat menjadi kronis dan menimbulkan luka pada lambung yang dikenal sebagai ulkus peptikum. Luka pada lambung ini dalam jangka panjang dapat memberikan komplikasi berupa perdarahan bahkan kanker lambung. Pemakaian obat untuk menetralkan asam lambung seperti antasida hanya dapat meredakan gejala gastritif dalam gradasi (peralihan keadaan ) ringan serta tidak boleh digunakan secara terus menerus. Pemakaian antasida secara terus menerus selain kurang efektif, dapat menimbulkan efek samping.

Ketidakpatuhan terhadap pola makan, obat-obatan, alkohol, garam empedu (senyawa amphipatik), zat iritan lainnya dapat merusak mukosa lambung. Mukosa lambung berperan penting dalam melindungi lambung dari autodigesti oleh asam klorida dan pepsin. Bila mukosa lambung rusak maka terjadi difusi asam klorida ke mukosa lambung dan asam klorida akan merusak mukosa (Ardiansyah., 2012). Menurut (Ardiansyah, 2012) jenis-jenis gastritis ada dua yaitu gastritis akut dan gastritis kronik. Gastritis akut, merupakan peradangan pada mukosa lambung yang menyebabkan erosi dan perdarahan mukosa lambung dan setelah terpapar pada zat iritan erosi tidak mengenai lapisan otot lambung. Gastritis kronik, merupakan suatu peradangan pada mukosa lambung yang sifatnya menahun dan berulang. Peradangan tersebut terjadi dibagian mukosa lambung dan berkepanjangan yang bisa disebabkan karena bakteri *Helicobacter pylori*. Gastritis ini pula dapat terkait dengan atrofi mukosa gastrik, sehingga produksi asam klorida menurun dan menimbulkan tukak pada saluran pencernaan.

Pendidikan kesehatan adalah aplikasi atau penerapan pendidikan dalam bidang kesehatan. Secara operasional pendidikan kesehatan adalah semua kegiatan untuk memberikan dan meningkatkan pengetahuan, sikap, praktek baik individu, kelompok atau masyarakat dalam memelihara dan meningkatkan kesehatan mereka sendiri . Pendidikan kesehatan juga merupakan sejumlah pengalaman yang akan berpengaruh menguntungkan secara kebiasaan sikap dan pengetahuan ada hubungannya dengan kesehatan perseorangan, masyarakat. Kesemua ini, dipersiapkan dalam rangka mempermudah diterimanya secara sukarela perilaku

yang akan meningkatkan dan dalam memelihara Kesehatan (Romadonika et al., 2022)

Pendidikan kesehatan dengan metode ceramah dapat meningkatkan pengetahuan. Bahwa dengan pendekatan edukasional dapat merubah perilaku seseorang termasuk pengetahuan, dimana intervensi yang diberikan merupakan proses pendidikan kesehatan untuk merubah perilaku. Pendekatan Green yang membuktikan bahwa metode pendidikan kesehatan dengan metode ceramah dapat meningkatkan pengetahuan setelah dilakukan Post- test. Banyak dari kita yang sudah diajarkan pentingnya kesehatan sejak menginjak pendidikan sekolah dasar hingga bangku sekolah menengah atas, sehingga ketika kita dewasa, kita bisa mengetahui mana yang berguna bagi kesehatan dan mana yang bisa menurunkan kesehatan. Jika kita maknai lebih lanjut, sebenarnya ada beberapa alasan mengapa pendidikan kesehatan itu penting dan perlu diberikan (Wahyuni et al., 2017).



Gambar 2. Pemberian materi gastritis

Berdasarkan pembahasan tersebut maka dapat diasumsikan bahwa pendidikan kesehatan sangat berpengaruh terhadap santri untuk melakukan pencegahan sejak dini tentang penyakit gastritis. Tentunya dampak yang akan ditimbulkan jika tidak melakukan pencegahan dengan melakukan pendidikan kesehatan maka pengetahuan santri akan minim tentang penyakit gastritis. Sehingga santri akan kesusahan dalam menghindari faktor penyebab penyakit gastritis.

Berikut beberapa penyebab utama seseorang terkena gastritis (radang lambung) (Suwindiri, Yulius Tiranda, 2021) :

#### 1. Jenis Makanan

Jenis makanan yang dapat beresiko terhadap gastritis adalah makanan yang dapat meningkatkan produksi asam lambung. Jenis makanan itu seperti makanan yang tinggi lemak jenuh seperti santan, makanan pedas, makanan asam, makanan olahan atau makanan instan, makanan atau minuman yang

bergas atau bersoda. Kebiasaan makan pedas, kebiasaan makan asam, dan frekuensi konsumsi makanan dan minuman iritan merupakan salah satu pemicu terjadinya gastritis. Hal ini dikarenakan makanan selain dapat menyebabkan tingginya produksi asam, juga menghasilkan hormon yang kemudian merangsang produksi asam. Normal tidaknya kerja lambung tergantung pada apakah lambung mencerna jenis makanan yang baik.

## 2. Frekuensi Makan

Jadwal makan yang tidak teratur seperti jarang sarapan, terlambat makan atau menunda waktu makan bahkan tidak makan sehingga membuat perut mengalami kekosongan dalam jangka waktu yang lama. Jadwal makan yang tidak teratur tentunya akan dapat menyerang lambung dan berisiko menyebabkan gastritis.

## 3. Stres

Stress yang berkepanjangan mengakibatkan peningkatan produksi asam lambung. Produksi asam lambung akan meningkat pada keadaan stress, seperti beban kerja yang berlebihan, cemas, takut, atau diburuburu. Kadar asam lambung yang meningkat akan menimbulkan ketidak nyamanan pada lambung.

## 4. Konsumsi Alkohol

Banyak akibat yang ditimbulkan oleh mengkonsumsi alkohol jika berlebihan diantaranya pada pencernaan. Alkohol secara akut mempengaruhi motilitas esofagus, memperburuk refluks esofagus sehingga dapat terjadi pneumonia karena aspirasi. Alkohol jelas merusak selaput lendir lambung sehingga dapat menimbulkan peradangan dan perdarahan pada lambung. Minum alkohol dalam jumlah  $\geq 3$  gelas merupakan faktor pemicu gastritis artinya bahwa dalam jumlah sedikit akan merangsang produksi asam lambung berlebih.

## 5. Merokok

Kebiasaan merokok menambah sekresi asam lambung yang mengakibatkan perokok menderita lambung (gastritis) sampai tukak lambung.. Rokok dapat mengakibatkan gangguan pada lambung. Pada keadaan normal lambung dapat bertahan terhadap keasaman cairan lambung karena beberapa zat tertentu. Nikotin dapat mengacaukan zat tertentu terutama bi-karbonat yang membantu menurunkan derajat keasaman.

## 6. Jenis Kelamin

Perempuan lebih mudah menderita gastritis dibandingkan pria dikarenakan tingkat kejadian stress pada perempuan cenderung lebih tinggi dibanding

pada laki-laki, sebagaimana kajian psikologi yang menyebutkan jumlah perempuan yang mengalami depresi dua kali lebih banyak dibandingkan laki-laki.

#### 7. Usia

Menurut (Oktaviani,2016) masa remaja adalah mencari identitas diri, adanya keinginan untuk dapat diterima oleh teman sebaya, dan mulai tertarik pada lawan jenis yang menyebabkan remaja sangat menjaga penampilan. Kesemuanya itu sangat memengaruhi pola makan remaja, termasuk pemilihan bahan makanan dan frekuensi makan. Remaja takut menjadi gemuk sehingga remaja menghindari sarapan dan makan siang atau hanya makan sehari sekali yang memicu terjadinya gastritis.

Gejala-gejala gastritis selain nyeri di daerah ulu hati gejala lainnya yaitu seperti mual, muntah, lemas, perut kembung dan dada terasa sesak, nafsu makan menurun, wajah pucat, suhu badan naik, keluar keringat dingin, pusing atau selalu bersendawa dan pada kondisi yang lebih parah bisa muntah darah (Yusfar & Ariyanti, 2019)

Ada beberapa bahan alami/herbal yang dapat digunakan untuk menyembuhkan penyakit maag. Selain mendapatkan bahan yang alami juga terbebas dari bahan kimia yang dapat menambah munculnya penyakit baru yang disebabkan oleh penggunaan bahan kimia. Ada beberapa tips kesehatan obat penyakit maag secara alami. Pertama adalah lidah buaya untuk obat maag, kandungan aloin, aloin-emodin, resin, tanin dan polisakarida pada lidah buaya baik untuk mengobati sakit maag. Zat aktif lain diidentifikasi sebagai Aloctin A dan Aloctin B. Aloctin A menghambat sekresi asam lambung dan pepsin jika diberikan secara intra vena pada tikus. Kandungan yang berkhasiat lain adalah Aloin dan Antrakinin yang dapat meningkatkan produksi prostaglandin. Selain itu, lidah buaya mempunyai khasiat antiinflamasi. Gel lidah buaya mengandung bradykinase, yaitu suatu enzim pemecah sumber inflamasi, bradykinin. Penggunaan: Kupas kulit lidah buaya dan bersihkan hingga lendirnya berkurang, Rebus hingga matang (air mendidih). Sajikan dengan menambahkan madu untuk mengurangi rasa pahitnya atau dapat juga dijadikan jus dengan menambahkan madu.

Kedua yaitu pisang raja untuk obat maag, pada pisang raja terkandung zat-zat yang bersifat antitukak peptik, Kandungan pektin yang tinggi dalam pisang dapat

melindungi selaput lender lambung terhadap pengaruh asam lambung. Penggunaan : pilih pisang yang sudah tua dan belum matang, keringkan pisang dengan cara kupas kulit pisang. potong kecil-kecil seperti keripik dengan cara dijemur (jangan langsung dibawah mathari, cukup diangin-anginkan saja ), setelah kering jadikan bubuk dapat di tumbuk atau blender. Ambil dua sendok bubuk pisang, campur dengan madu, konsumsi dua kali sehari pagi dan malam.

Ketiga yaitu kacang hijau untuk sakit maag, kandungan dalam kacang ijo bisa membuat lapisan lambung tebal dan mengurangi kadar asam dalam labung berkurang, yang biasanya penyakit maag di akibatkan terlalu banyakknya kandungan asam dalam lambung. Penggunaan : Bersihkan kacang hijau, keringkan dengan cara dijemur, sangrai kacang hijau hingga matang lalu tumbuk hingga halus, Ambil satu sendak makan bubuk kacang hijau dan campurkan dengan air hangat, minum tiga kali sehari. Keempat yaitu susu kambing untuk obat maag, minum 200 ml susu kambing dengan rutin atau saat maag menyerang. Susu kambing bersifat basa sehingga mampu menetralsisir asam lambung yang berlebihan.

Kelima adalah daun kemangi ditengarai dapat mengurangi proses radang pada gastritis. Daun kemangi yang banyak didapatkan di Indonesia biasanya digunakan sebagai campuran bahan makanan. Daun kemangi dapat langsung dimakan setelah dicuci tanpa perlu dimasak terlebih dahulu. Daun kemangi secara tradisional digunakan sebagai obat untuk sakit perut, sakit kepala dan diare. Zat aktif pada daun kemangi (*Ocimum sanctum*) berupa flavonoid, fenolik dan saponin dapat meningkatkan proses penyembuhan pada gastritis. Walaupun telah digunakan sehari-hari akan tetapi masih sedikit penelitian ilmiah tentang manfaat daun kemangi untuk mengobati sakit gastritis.

Adapun manfaat ekstrak daun kemangi untuk mengobati peyakit gastritis dengan cara memberikan ekstrak daun kemangi pada mencit yang menderita sakit gastritis. pemberian ekstrak daun kemangi terbukti dapat menurunkan derajat inflamasi mukosa lambung pada mencit yang menderita penyakit gastritis. Konsumsi daun kemangi secara teratur akan dapat mengurangi penyakit gastritis yang banyak



didapatkan pada masyarakat. Sebagai catatan, kemangi efektif membantu menurunkan asam lambung tinggi bila dikonsumsi dengan tepat. Selain dikonsumsi secara langsung, kita bisa meraciknya sebagai air rebusan daun kemangi. Cara membuatnya: Sediakan empat lembar sampai lima lembar daun kemangi segar, Rebus daun kemangi dengan air secukupnya sampai mendidih., Kita bisa minum air rebusan kemangi selagi hangat.

Keenam yaitu kunyit untuk obat maag, termasuk obat alami yang paling dikenal masyarakat untuk mengobati penyakit maag. kurkumin dan kurkuminoid (bahan aktif dari kunyit) serta minyak atsiri terbukti memiliki efek antioksidan, antibakteri, antiradang, dan antikanker sehingga baik dikonsumsi sebagai obat maag dan untuk kesehatan lainnya. Penggunaan: Ambil 2 ruas kunyit, kupas, bersihkan dan parut kunyit, tambahkan air matang dan peras untuk mengambil sarinya. Minum dua kali sehari, pagi sebelum makan dan malam sebelum tidur. Kunyit digunakan sebagai obat herbal atau tradisional sudah sejak dahulu. Kunyit sangat berpengaruh dalam proses penyembuhan penyakit terutama penyakit maag. kunyit sangat mudah ditemukan dalam kehidupan sehari-hari Kunyit memiliki ciri berwarna kuning dengan tekstur yang lembut sehingga sangat mudah untuk diiris.

Proses pada penyembuhan penyakit maag dengan menggunakan ekstrak kunyit berlangsung selama jangka waktu 1 bulan. Di mana dalam jangka waktu sebulan seseorang diharuskan meminum ekstrak dari tanaman kunyit sebanyak 2 kali sehari pagi dan malam setelah makan. Selama proses penyembuhan berlangsung telah nampak perubahan yang signifikan pada tubuh orang tersebut. Hal ini dibuktikan dengan dalam jangka waktu 1 Minggu. penggunaan ekstrak tanaman kunyit ini maag yang awalnya sangat akut sekarang sudah berangsur-angsur sehat tetapi tidak terlalu nampak atau signifikan perubahan dari penderita maag.

## **Kesimpulan**

Gastritis merupakan suatu keadaan peradangan mukosa lambung yang dapat bersifat akut dan kronik diakibatkan kurangnya perhatian penderita terhadap

kesehatan salah satunya penerapan pola hidup yang tidak sehat. Edukasi pengobatan secara herbal atau alami dalam mengatasi gastritis ialah dengan menggunakan ekstrak daun kemangi dan kunyit. Pemakaian obat herbal seperti daun kemangi ditengarai dapat mengurangi proses radang pada gastritis. Daun kemangi yang banyak didapatkan di Indonesia biasanya digunakan sebagai campuran bahan makanan. Daun kemangi dapat langsung dimakan setelah dicuci tanpa perlu dimasak terlebih dahulu. Daun kemangi secara tradisional digunakan sebagai obat untuk sakit perut, sakit kepala dan diare.

Zat aktif pada daun kemangi (*Ocimum sanctum*) berupa flavonoid, fenolik dan saponin dapat meningkatkan proses penyembuhan pada gastritis. Selanjutnya Kunyit digunakan sebagai obat herbal atau tradisional sudah sejak dahulu. Kunyit sangat berpengaruh dalam proses penyembuhan penyakit terutama penyakit maag. kunyit sangat mudah ditemukan dalam kehidupan sehari-hari Kunyit memiliki ciri berwarna kuning dengan tekstur yang lembut sehingga sangat mudah untuk diiris. Proses pada penyembuhan penyakit maag dengan menggunakan ekstrak kunyit berlangsung selama jangka waktu 1 bulan. banyak dari kita yang sudah diajarkan pentingnya kesehatan sejak menginjak pendidikan sekolah dasar hingga bangku sekolah menengah atas, sehingga ketika kita dewasa, kita bisa mengetahui mana yang berguna bagi kesehatan dan mana yang bisa menurunkan kesehatan. Jika kita makin lanjut, sebenarnya ada beberapa alasan mengapa pendidikan kesehatan itu penting dan perlu diberikan.

Berdasarkan pembahasan tersebut maka dapat diasumsikan bahwa pendidikan kesehatan sangat berpengaruh terhadap santri untuk melakukan pencegahan sejak dini tentang penyakit gastritis. Tentunya dampak yang akan ditimbulkan jika tidak melakukan pencegahan dengan melakukan pendidikan kesehatan maka pengetahuan santri akan minim tentang penyakit gastritis. Sehingga santri akan kesusahan dalam menghindari faktor penyebab penyakit gastritis. Dengan menggunakan ekstrak daun kemangi dan kunyit kita dapat mengatasi atau mengurangi rasa nyeri atau sakit gastritis. Sebaiknya kita harus juga menanam tumbuhan tumbuhan herbal yang mana nantinya dibutuhkan dalam pengobatan secara alami.

### **Ucapan Terima Kasih**

Terimakasih kepada responden yang telah berpartisipasi dalam penelitian ini. Terimakasih juga kepada pihak-pihak yang telah berkontribusi serta para pembaca yang

memngkritik dalam pembangunan artikel ini.

### Daftar Pustaka

- Akbar Asfar, & Wa Ode Sri Asnaniar. (2018). Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Terhadap Tingkat Pengetahuan Dan Sikap Tentang Penyakit HIV/AIDS di SMP BAZNAS Provinsi Sulawesi Selatan. *Journal of Islamic Nursing*, 3(1), 26–31. <https://journal3.uin-alauddin.ac.id/index.php/join/article/view/5471>.
- Ardiansyah, M. (2012). *Medikal Bedah Untuk Mahasiswa*. Jogjakarta: Diva press
- Aspitasari, A., & Taharuddin, T. (2020). Analisis Pengaruh Terapi Non-Farmakologi terhadap Intensitas Nyeri pada Pasien dengan Kasus Gastritis di Instalasi Gawat Darurat: Literatur Review.
- Danu, D. D., Putra, K. W. R., Diana, M., & Sulistyowati, A. (2019). Asuhan Keperawatan Pada Tn. K dengan Diagnosa Medis Gastritis Dan Ulkus Pedis Diabetes Mellitus Di Ruang Melati RSUD Bangil-Pasuruan. *Akademi Keperawatan Kerta Cendekia Sidoarjo*.
- Eka Fitri Nuryanti, E. (2021). Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Gastritis Pada Remaja Di Lingkungan Wilayah Kerja Puskesmas Sukajadi Tahun 2021. *STIK Bina Husada Palembang*.
- Handayani, M., & Thomy, T. A. (2018). Hubungan Frekuensi, Jenis Dan Porsi Makan Dengan Kejadian Gastritis Pada Remaja. *Jurnal Kesehatan Saelmakers Perdana (JKSP)*, 1(2), 40- 46.
- Harefa, F. (2021). Gambaran Pengetahuan Penderita Gastritis Tentang Pencegahan Gastritis Berulang Di Wilayah Kerja Uptd Puskesmas Awa'ai Kabupaten Nias Utara.
- Hernanto, F. F. (2018). Pola Hubungan Makan Dengan Pencegahan Gastritis dari SMK Antartika 2 Sidoarjo. *NERSMID: Jurnal Keperawatan dan Kebidanan*, 1(2), 148-155.
- Jannah, F. (2020). Asuhan Keperawatan Anak Yang Mengalami Gastritis Dengan Nyeri Akut Di Ruang Anggrek Rsud Ibnu Sina Gresik. *Universitas Airlangga*.
- Nur, M. P. (2021). Penerapan Asuhan Keperawatan Keluarga Pada Pasien Gastritis Dalam Pemenuhan Kebutuhan Rasa Nyaman. *Alauddin Scientific Journal of Nursing*, 2(2), 75-83.
- Nofriadikal Putra, N. P. (2018). Asuhan keperawatan Ny M dengan gastritis di puskesmas kambang kec. Lengayang tahun 2018. *STIKes Perintis Padang*.
- Oktaviani wati. (2016). Hubungan pola makan dengan gastritis pada mahasiswa s1 keperawatan program A fikes UPN Veteran. Jakarta ; Skripsi FKIK UPNVeteran
- Romadonika, F., Safitri, R. P., Hidayati, B. N., & Pratiwi, E. A. (2022). Pendidikan kesehatan tentang pengetahuan dan perilaku pencegahan gastritis di pondok pesantren. *Journal of Community Empowerment*, 1(2), 101–105.
- Suprpto, S. (2020). Penerapan Asuhan Keperawatan Pada Gangguan Sistem Pencernaan "Gastritis". *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 9(1), 24-29.
- Suwindiri, Yulius Tiranda, W. A. C. N. (2021). FAKTOR PENYEBAB KEJADIAN GASTRITIS DI INDONESIA : LITERATURE REVIEW Mahasiswa IKesT Muhammadiyah Palembang , Sumatera Selatan , Indonesia IKesT Muhammadiyah Palembang , Sumatera Selatan , Indonesia. *Jurnal Keperawatan Merdeka (JKM)*, 1(November), 209–223.
- Umasugi, M. T. (2021). Sosialisasi dan Edukasi Pemberian Vaksin Sebagai Upaya Trust Pada Masyarakat Kota Ambon. *Journal Of Human And Education (JAHE)*, 1(2), 5–7. <https://doi.org/10.31004/jh.v1i2.12>

- Wahyuni, I. S., Nuraeny, N., & Hidayat, W. (2017). Pendidikan Kesehatan Mulut Melalui Pendekatan Metode Ceramah dan Praktek (Studi Kasus Pelatihan Dokter Kecil Sekolah Dasar Alam). *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(5), 340–342.
- Yusfar, & Ariyanti. (2019). Hubungan Faktor Resiko Gastritis Dengan Kejadian Gastritis Pada Siswa-Siswi SMA dan SMK. *HealthY Journal*, VII(1), 9–21.