

PENGARUH *ALOE VERA* UNTUK MEREDAKAN ASAM LAMBUNG PADA PENDERITA GASTRITIS : *LITERATUR REVIEW*

Karina Rizkika Afrillianti¹⁾, Annisa Nur Aprilia²⁾, Esa Nurfauziah^{3)*}, Tiya Nuryani⁴⁾, Ira Sri Mulyani⁵⁾, Heri Ridwan⁶⁾, Diding Kelana Setiadi⁷⁾

^{1,2,3*,4,5,6,7} Prodi Sarjana Keperawatan Kampus Daerah Sumedang
Universitas Pendidikan Indonesia
Email koresponden : esanurfauziah11@upi.edu

Abstrak

Pendahuluan. Gastritis, juga dikenal sebagai maag, adalah kondisi di mana lapisan lambung terluka atau pendarahan karena iritasi, infeksi, dan kebiasaan makan tanpa jadwal, seperti makan terlalu banyak atau terlalu lama, atau terlalu banyak makanan berbumbu dan pedas. Peningkatan asam lambung menyebabkan penyakit gastritis. Terapi yang diberikan pada penderita gastritis, baik secara farmakologi maupun non-farmakologi, dapat membantu mencegah komplikasi gastritis. Salah satu pengobatan non-farmakologi yang dapat diberikan pada penderita gastritis adalah penggunaan ramuan tanaman *Aloe vera*.

Tujuan. Tujuan Literatur Review ini untuk mengetahui efektivitas *Aloe vera* untuk meredakan asam lambung pada penderita gastritis.

Metode. Metode yang digunakan yaitu *systematic literature review* melalui pencarian database Google Scholar dengan menggunakan filter tahun “2018-2023”. Kata kunci yang digunakan “*Aloe vera*”, “gastritis”, “*GERD*”, dan “asam lambung”.

Hasil. Hasil dari Literatur Review didapatkan hasil yang signifikan bahwa *Aloe vera* dapat menurunkan insidensi gastritis dan mengurangi rasa nyeri gastritis. *Aloe vera* memiliki beberapa kandungan yang membantu mempercepat penurunan sekresi asam lambung, yang berarti produksi HCI berkurang.

Kesimpulan. Berdasarkan hasil penelitian diperoleh hasil yang signifikan bahwa *Aloe vera* dapat menurunkan insidensi gastritis dan mengurangi nyeri gastritis. Selain itu, *Aloe vera* mengandung saponin dan tenin untuk memperbaiki peradangan, mencegah gastritis menjadi lebih parah.

Kata kunci : *Aloe vera*, gastritis, *GERD*, asam lambung.

THE EFFECT OF ALOE VERA TO REDUCE GASTRIC ACID IN GASTRITIS PATIENTS: LITERATURE REVIEW

Karina Rizkika Afrillianti¹⁾, Annisa Nur Aprilia²⁾, Esa Nurfauziah^{3)*}, Tiya Nuryani⁴⁾, Ira Sri Mulyani⁵⁾, Heri Ridwan⁶⁾, Diding Kelana Setiadi⁷⁾

1,2,3,4,5,6,7 Prodi Sarjana Keperawatan Kampus Daerah Sumedang
Universitas Pendidikan Indonesia
Email koresponden : esanurfauziah11@upi.edu*

Abstract

Introduction. *Gastritis, also known as an ulcer, is a condition in which the stomach lining is injured or bleeds due to irritation, infection, and unscheduled eating habits, such as eating too much or too long, or too much spiced and spicy food. Increased stomach acid causes gastritis. Therapy given to gastritis sufferers, both pharmacological and non-pharmacological, can help prevent gastritis complications. One non-pharmacological treatment that can be given to gastritis sufferers is the use of Aloe vera plant concoction.*

Objective. *The aim of this literature review is to determine the effectiveness of Aloe vera to relieve stomach acid in gastritis sufferers.*

Method. *The method used is a systematic literature review through searching the Google Scholar database using the year filter "2018-2023". The keywords used were "Aloe vera", "gastritis", "GERD", and "stomach acid".*

Results. *The results of the Literature Review showed significant results that Aloe vera can reduce the incidence of gastritis and reduce gastritis pain. Aloe vera has several ingredients that help accelerate the reduction in gastric acid secretion, which means reduced HCl production.*

Conclusion. *Based on the research results, significant results were obtained that Aloe vera can reduce the incidence of gastritis and reduce gastritis pain. In addition, Aloe vera contains saponins and tenin to improve inflammation, preventing gastritis from getting worse.*

Key words : *Aloe vera, gastritis, GERD, stomach acid.*

Pendahuluan

Gastritis (radang lambung) atau maag, yang sering kita sebut adalah suatu kondisi nyeri yang disebabkan oleh peradangan atau kerusakan pada lambung. Gastritis bisa menyerang siapa saja, tanpa memandang usia. Ada dua jenis gastritis, yaitu akut dan kronis. Gastritis merupakan peradangan jangka pendek yang muncul secara tiba-tiba. Sedangkan gastritis kronis merupakan proses inflamasi yang bersifat kronik dan bertahap (Kusyati and Fauziah, 2018).

Menurut data Badan Penelitian Kesehatan WHO dalam penelitian yang dilakukan Tussakinah et al., (2018) meninjau beberapa negara di seluruh dunia dan menemukan bahwa persentase kejadian gastritis di dunia adalah sebagai berikut:

Inggris 22%, China 31%, Jepang 14,5%, Kanada 35%, dan Prancis 29,5%. Di Asia Tenggara, sekitar 583.635 orang menderita gastritis setiap tahun. Orang-orang di Shanghai memiliki sekitar 17,2% kasus gastritis yang dikonfirmasi melalui endoskopi, yang jauh lebih tinggi daripada orang-orang di barat yang hanya 4,1% dan tidak menunjukkan gejala. Gastritis sangat umum di beberapa tempat; 274.396 kasus, atau 40,8% dari 238.452.952 orang, didiagnosis. Di kota-kota besar Indonesia, presentase kasus gastritis di Jakarta adalah 50%; Palembang adalah 35,5%; Bandung adalah 32%; Denpasar adalah 46%; Surabaya adalah 31,2%; Aceh adalah 31,7%; dan Pontianak adalah 31,2%. Di Medan, presentase gastritis adalah 91,6%. (Suwindiri, Yulius Tiranda, 2021)

Gastritis yang sangat nyeri, disebabkan oleh peningkatan asam lambung. Mediator kimia seperti prostaglandin dan histamin meningkat di lambung karena erosi mukosa, yang merangsang reseptor nyeri. Jika nyeri tersebut tidak segera diobati, itu akan menjadi lebih parah dan akhirnya menimbulkan luka (ulkus) asam lambung yang dikenal sebagai tukak lambung. Masalah seperti penyempitan kerongkongan yang menyebabkan kesulitan menelan, esofagus barret, atau kerongkongan terkena asam lambung yang menyebabkan asam lambung "bocor" ke usus halus adalah contoh dari komplikasi yang dapat terjadi (Kusyati and Fauziah, 2018). Terjadinya penyakit gastritis disebabkan oleh kebiasaan makan yang tidak sehat seperti konsumsi alkohol, kebiasaan makan yang tidak teratur, merokok, minum kopi, mengonsumsi obat penghilang nyeri, stres fisik, stres psikologis, dan penyakit autoimun. Gejala yang timbul pada penderita gastritis antara lain rasa tidak nyaman pada perut, perut kembung, sakit kepala, mual, lidah berlapis (Eka Novitayanti, 2020). Kesibukan yang berlebihan menyebabkan lupa makan pada banyak penderita gastritis. Kadang-kadang, gejala gastritis hanya diabaikan. Namun, jika penyakit itu dibiarkan, dapat menyebabkan komplikasi yang serius (Danu et al., 2019). Kemudian mengonsumsi makanan pedas, makanan dan minuman yang mengandung kafein, makanan tinggi lemak, atau makanan (termasuk buah-buahan) dengan asam tinggi sering menyebabkan gejala maag muncul kembali (Retiu, Budescu and Menae, 2021).

Gastritis dapat menyebabkan beberapa komplikasi penyakit. Penyakit yang muncul sebagai komplikasi gastritis antara lain anemia pernesiosa, gangguan penyerapan vitamin B12, stenosis antrum pilorus, dan gangguan penyerapan zat besi. Jika tidak diobati dapat menyebabkan ulkus peptikum, pendarahan pada lambung, bahkan kanker lambung, terutama jika lambung sudah menipis ada perubahan sel-sel pada dinding lambung. Gastritis ini diatasi dengan makan dalam jumlah sedikit dan sering, minum air putih untuk menetralkan kadar asam lambung yang tinggi, dan mengonsumsi makanan kaya serat seperti buah-buahan dan sayur-sayuran untuk mengurangi ketegangan pada saluran cerna dan mencegah kembuhan (Eka Novitayanti, 2020). Upaya pencegahan kambuhnya penyakit maag antara lain dengan mengubah pola makan, menghilangkan kebiasaan minum alkohol, meningkatkan aktivitas fisik, dan mengelola stress. Makan dalam jumlah kecil dan sering dan makan lebih banyak makanan yang mengandung tepung, seperti nasi, jagung, dan roti, menormalkan produksi asam lambung. Selain itu, makanan yang dapat mengiritasi lambung juga harus dihindari, terutama makanan pedas, asam, gorengan, atau berlemak (Dewi et al., 2023)

Olahan tanaman *Aloe vera*, juga disebut lidah buaya, memiliki banyak bahan aktif yang dapat mengobati berbagai penyakit, dan salah satu pengobatan farmakologis yang dapat digunakan pada penderita gastritis, terutama gastritis sebagai terapi pendamping. Khasiat *Aloe vera* termasuk mengurangi peradangan, menguatkan lambung, dan mengurangi inflamasi (Kusyati and Fauziah, 2018). *Aloe vera* hanya dikenal sebagai tanaman penyubur rambut dan memperhalus kulit, tetapi tidak banyak yang mengetahui tentang penggunaan *Aloe vera* sebagai pengobatan tambahan untuk gastritis. Ekstrak *Aloe vera* berair meningkatkan sistem kekebalan tubuh dan melindunginya dari berbagai penyakit. Senyawa kimia dalam *Aloe vera*, seperti *bradykinase*, *carbiksipeptidase*, dan *salisilat*, dapat membantu mengurangi rasa tidak nyaman seperti mual, perut kembung, muntah, sakit, atau di lambung. Hasil penelitian lain menunjukkan bahwa stomatitis aftosa, juga dikenal sebagai sariawan, adalah salah satu kondisi peradangan dan nyeri yang paling umum terjadi pada mukosa mulut. *Aloe vera* mengandung senyawa kimia yang memiliki banyak manfaat, termasuk tindakan anti inflamasi pada stomatitis

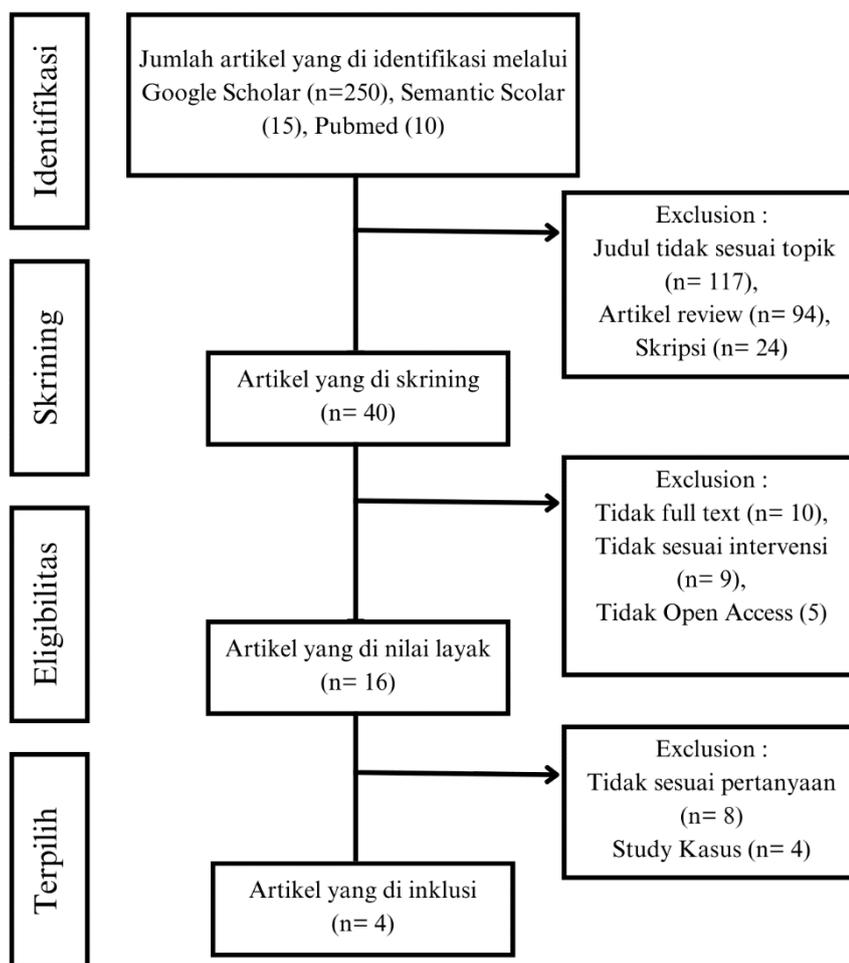
(Kusyati and Fauziah, 2018). *Aloe vera*, yang juga disebut sebagai "tanaman keabadian" di Mesir awal, telah digunakan sebagai obat tradisional di Arab, Cina, Mesir, Yunani, India, Jepang, Korea, dan Romawi selama lebih dari 2.000 tahun. *Aloe vera* memiliki bahan aktif farmakologis yang melakukan berbagai aktivitas biologis, termasuk fungisida, antivirus, antibakteri, anti-inflamasi, antimikroba, pencahar, imunomodulator, dan antikanker (Sousa et al., 2022). Menurut penelitian (Cuvás-Limon *et al.*, 2022) menunjukkan bahwa antioksidan berfungsi dalam saluran pencernaan dengan menjaga keseimbangan redoks melawan oksidan berbahaya, mencegah gangguan saluran pencernaan, dan mencegah penyakit yang terkait dengan pembentukan spesies oksigen reaktif (ROS). Penemuan ini menunjukkan bahwa fenolik yang dilepaskan selama pencernaan gastrointestinal dapat mengurangi radikal bebas.

Tujuan

Tujuan Literatur Review ini untuk mengetahui efektivitas *Aloe vera* untuk meredakan asam lambung pada penderita gastritis.

Metode

Dalam penelitian ini, analisis desain yang digunakan yaitu *Literature Review*. Analisis menggunakan Google Scholar, PubMed, dan Semantic Scholar dengan kata kunci *Aloe vera*, gastritis, GERD, dan asam lambung. Terdapat 250 jurnal yang kami identifikasi, tetapi hanya lima yang dimasukkan sebagai sumber penelitian utama. Kriteria jurnal yang di inklusi pada 5 jurnal tersebut adalah publikasi ilmiah *full text* yang sudah terakreditasi sinta 2-4 sebanyak 2 jurnal, jurnal internasional sebanyak 2 jurnal, dan tidak terakreditasi sinta 2-4 sebanyak 1 jurnal. Adapun ke 5 jurnal tersebut diterbitkan pada tahun 2015 hingga 2023.



Gambar 1. Prisma Flow Gram

Hasil

Setelah melakukan pencarian dengan kata kunci di atas, kami menemukan lima artikel jurnal yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Setiap artikel jurnal menggunakan metode penelitian yang berbeda dan membahas pokok bahasan yang sama, meskipun tidak sepenuhnya identik (Tabel 1).

Tabel 1. Hasil dari Pencarian Artikel/Jurnal

NO	Judul, Penulis, Tahun	Tujuan	Sample	Desain	Intervensi	Hasil
1	<i>Aloe vera</i> Efektif Sebagai Terapi Pendamping	Studi untuk mengetahui seberapa efektif penggunaan	Jumlah sampel pasien gastritis di 20	Jenis penelitian kuantitatif yang	Distribusi konsentrat <i>Aloe vera</i> kepada dua	Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat nyeri rata-rata

	Nyeri Gastritis, Kusyati Ni'matul Fauzi'ah (2018)	Eni, , 2, terapi pendamping <i>Aloe vera</i> untuk mengurangi nyeri lambung pada pasien gastritis.	Puskesmas Kedungmundu Kota Semarang.	menggunakan desain eksperimen quasy Struktur penelitian ini menggunakan one group pretest posttest,	puluh pasien yang menderita gastritis di Puskesmas Kedungmundu Kota Semarang.	memiliki nilai 1,24, dengan nilai p-value 0,00 kurang dari 0,05. Dalam penelitian ini, ditemukan bahwa <i>Aloe vera</i> dapat membantu mengurangi rasa sakit yang disebabkan oleh gastritis.
2	Khasiat dan keamanan sirup lidah buaya untuk pengobatan penyakit refluks gastroesofagus , Panahi, Hossein Khedmat, Ghasem Valizadegan, Reza Mohtashami, Amirhossein Sahebkar, (2015)	Untuk menyelidiki penggunaan <i>Aloe vera</i> untuk pengobatan gejala penyakit gastroesophage al reflux (GERD) dan membandingkan efeknya dengan omeprazole dan ranitidine.	pasien berusia 18-65 tahun yang didiagnosis menderita GERD dan dirujuk ke bangsal endoskopi di Rumah Sakit Baqiyatallah (Tehran, Iran	RCT	Dalam uji coba terkontrol secara acak ini, 79 subjek diberikan sirup <i>Aloe vera</i> (distandarisasi menjadi 5,0 mg polisakarida per mL sirup) dengan dosis 10 mL/hari, kapsul omeprazol (20 g/hari) atau tablet ranitidine (150 g/hari). mg dalam keadaan puasa pada pagi hari dan 150 mg 30 menit sebelum tidur malam) untuk jangka waktu 4 minggu. F	Alovera aman dan dapat ditoleransi dengan baik serta mengurangi frekuensi semua gejala GERD yang dinilai, tanpa efek samping yang memerlukan penghentian penggunaan.
3	Efektivitas Jus Pepaya Dan Ekstrak <i>Aloe vera</i> Terhadap Penurunan Dispepsia Pada Pasien Gastritis Di Puskesmas Purwodadi 1 Kabupaten Grobogan, Fita Kusnul Khotimah1) ,	Studi ini bertujuan untuk menentukan seberapa efektif penggabungan jus pepaya dan ekstrak <i>Aloe vera</i> dalam mengurangi dyspepsia pada pasien gastritis di Puskesmas Purwodadi 1	Sebanyak 32 orang harus menjawab. Dia menganalisis datanya dengan taraf signifikan 95% menggunakan uji Wilcoxon dan Mann-Withney	Eksperimen Quasi, atau eksperimen semu, digunakan dalam penelitian ini. Kelompok kontrol non-ekuivalen dibuat dengan 16 responden untuk masing-	Hasil penelitian yang dilakukan oleh Kusyati dan Fauzi'ah tentang <i>Aloe vera</i> menunjukkan bahwa penggunaan ekstrak <i>Aloe vera</i> secara efektif dapat	Karena rata – rata <i>Aloe vera</i> 20.12 ± 4.06 dan rata – rata papaya 12.88 ± 3.38, hasil uji Wilcoxon menunjukkan nilai p < 0.005 (0.000) dan uji Mann-Withney menemukan nilai sig 0.018.

	Sutrisno ²⁾ , Fitriani ³⁾ (2019)	Kabupaten Grobogan.	dengan bantuan komputer.	masing kelompok.	mengurangi nyeri gastritis.	
4	Pengaruh Pemberian Gel <i>Aloe vera</i> Terhadap Gambaran Histopatologi Gaster Tikus Wistar yang Diinduksi Indometasin, Alan Mustaqim ¹ , Aswiyanti Asri ² , Almurda (2018)	Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana gel <i>Aloe vera</i> mempengaruhi histopatologi gaster tikus wistar.	Tikus putih jantan strain Wistar (n=24) dibagi menjadi empat kelompok perlakuan dalam penelitian ini. Indometasin diberikan pada kelompok kontrol 30 mg/kgBB, sedangkan kelompok pertama menerima indometasin dan gel <i>Aloe vera</i> 1 mililiter, kelompok kedua menerima 2 mililiter, dan kelompok ketiga menerima 3 mililiter gel <i>Aloe vera</i> .	Uji statistik Oneway Anova dilanjutkan Post Hoc LSD digunakan untuk menganalisis data yang diperoleh dengan $\alpha=0,05$.	Menurut histopatologi gaster, kelompok kontrol mengalami kerusakan mukosa yang paling parah, dengan integritas mukosa rata- rata 1,80. Kelompok perlakuan 3 memiliki skor 1,23, kelompok perlakuan 1 memiliki skor 0,93, dan kelompok 2 memiliki kerusakan paling sedikit (0,77). Ada perbedaan yang signifikan.	Studi ini menemukan bahwa dosis gel <i>Aloe vera</i> satu mililiter dan dua mililiter memiliki dampak pada perbaikan kerusakan mukosa gaster tikus wistar yang diinduksi indometasin.

Pembahasan

Pengaruh *Aloe vera* Terhadap Gastritis

Berdasarkan hasil penelitian, penyakit gastritis (sakit maag) bisa menyerang siapa saja tanpa memandang usia. Gastritis dapat menimbulkan beberapa tanda gejala seperti perasaan tidak nyaman, kesakitan atau tidak nyaman pada daerah perut bagian atas (Brunner & Suddarth, 2017). Secara umum, nyeri dapat dijelaskan sebagai timbulnya rasa tidak nyaman pada gastritis karena peningkatan produksi asam lambung atau HCL. Ini menyebabkan iritasi atau perlukaan pada dinding lambung, yang menyebabkan rasa tidak nyaman dan mual. Beberapa penyebab terjadinya asam lambung tinggi yaitu diantaranya stres emosional, penggunaan

obat-obatan, pola makan yang tidak teratur, dan mengerjakan pekerjaan yang berat atau berlebihan. Gastritis ini terbagi menjadi dua kategori ialah Gastritis akut yang muncul secara tiba-tiba, dan gastritis kronis yang berkembang secara perlahan dalam jangka waktu yang lama.

Menurut penelitian Kusyati & Fauziah, (2018) mengingatkan bahwa gastritis merupakan penyakit ini secara konsisten mengalami kekambuhan, sehingga penderita gastritis kemungkinan besar akan terus menggunakan pengobatan. Cara mengatasi atau mengurangi asam lambung berlebih dapat dilakukan dengan menggunakan terapi tambahan yaitu dengan menggunakan tanaman *Aloe vera*. Tanaman *Aloe vera* merupakan tanaman dari *famili Liliaceae* asli negara Afrika yang dapat tumbuh dengan mudah di daerah tropis dengan tanah berpasir dan sedikit air serta memiliki pertumbuhan yang mudah dan cepat (Marhaeni, 2020). Tanaman *Aloe vera* atau lebih dikenal sebagai tanaman *Aloe vera* ini mengandung banyak zat yang dapat membantu mengurangi atau mengatasi produksi asam lambung dengan cepat. Manfaat daun lidah buaya adalah sebagai anti inflamasi, menguatkan sistem pencernaan, dan mengobati peradangan. Sebagai tanaman obat, *Aloe vera* dapat dijadikan minuman yang dapat diminum setiap hari untuk menjaga kesehatan (Kusyati & Fauziah, 2018). Selain itu *Aloe vera* bisa digunakan sebagai kecantikan seperti seperti perawatan pada rambut, pembuatan masker, mencegah kerut, dan menghilangkan komedo (Dewi, 2022). Kegunaan Terapi *Aloe vera* ini selain untuk mengobati sistem pencernaan saja, juga dapat digunakan untuk mengobati sariawan, mengurangi nyeri pada luka kulit seperti luka bakar, dan infeksi akibat infus (flebitis).

Peneliti yang dilakukan oleh Panahi et al., (2015) menemukan bahwa dalam peneliti tersebut dengan mengonsumsi sirup lidah buaya atau *Aloe vera* ini dapat mengurangi gejala penyakit gastroesophageal reflux atau masalah lambung karena lidah buaya mengandung bahan antioksidan dan anti inflamasi. Tanaman *Aloe vera* ini telah diklasifikasikan sebagai tanaman yang aman dan sangat efektif berdasarkan bukti klinis dan sejarah etnobotani yang mendukung keamanan tanaman tersebut. Sediaan *Aloe vera* relatif murah dan banyak tersedia secara meluas serta telah terbukti bermanfaat dan efektifnya pada penyakit, khususnya pada masalah

lambung (Panahi et al., 2015). Oleh karena itu, dengan mengkonsumsi sirup *Aloe vera* ini aman dan dapat ditoleransi dengan baik untuk mengurangi gejala masalah lambung.

Berdasarkan penelitian lain, ditemukan berbagai jenis kerusakan pada lapisan mukosa lambung pada tikus percobaan dan ada juga lambung yang tidak rusak. Berdasarkan penelitian yang dilakukan Khotimah et al., (2019), eksperimen pada tikus yang dipilih untuk menjalani sebuah terapi dengan menggunakan gel *Aloe vera* yang bermanfaat sebagai penyembuhan luka pada lapisan mukosa lambung pada tikus percobaan tersebut. Gel *Aloe vera* atau disebut dengan lidah buaya ini memuat sebuah zat yang mampu memperbaiki kerusakan pada lapisan pada mukosa lambung. Ada dua jenis polisakarida utama yang terdapat pada gel *Aloe vera*, yaitu glukomanan dan acemannan. Glukomanan ini dikenal dengan nama konjac, yang berarti serat larut udara yang diekstraksi dari akar tanaman konjac. Serat ini telah digunakan dalam berbagai makanan dan suplemen karena memiliki sifat menyerap air yang tinggi dan kemampuan membentuk gel ketika terkena cairan. Glukomanin merupakan serat lainnya, yang dapat meningkatkan pencernaan dan dapat menjaga usus tetap sehat. Mereka juga diketahui bisa mengontrol atau mengatasi gula darah, dapat menurunkan berat badan, hingga menurunkan kolesterol. Menurut penelitian Mustaqim et al., (2018) menyatakan bahwa gel *Aloe vera* dapat memperkecil atau mengatasi ukuran luka lambung tikus yang disebabkan oleh indometasin. Penelitian ini juga menunjukkan bahwa dosis *Aloe vera* dapat mempengaruhi bagaimana tikus pencernaan (Mustaqim, Asri and Almurdi, 2018).

Efektivitas dari Jus Pepaya Dan *Aloe vera* Terhadap Penurunan Dyspepsia Pada Pasien Gastritis

Pada penelitian yang dilakukan oleh Khotimah et al., (2019), dari hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa yang dilakukan Khotimah et al., (2019) ini yaitu pemberian jus pepaya 200 gram dan 15 ml ekstrak *Aloe vera* yang dicampur dengan 120 ml air dan diberikan selama 4 hari, bisa membantu mengurangi atau mengatasi suatu tanda dan gejala penyakit dispepsia pada pasien yang menderita gastritis.

Tabel 1. Perbandingan Pre Test Dan Post Test Pada Pemberian Jus Pepaya

	N	Median (min – maks)	Rerata ± s.b.	P
Pre Test	16	5 (4 – 6)	8.50± 5.19	0.000
Post Test	16	2 (1 – 3)	0.00± 1.81	

Pada tabel 1 ini menunjukkan bahwa jus pepaya dapat mengurangi atau mengatasi penyakit dispepsia. Hal ini mungkin disebabkan oleh fakta bahwa nyeri yang disebabkan oleh maag (sakit maag) berbeda secara signifikan sebelum dan sesudah mengonsumsi jus pepaya. Enzim papain, yang ada dalam pepaya, memiliki kemampuan untuk mempercepat pemecahan protein dan pemulihan sel lambung yang rusak. Mineral alkali ringan seperti kalsium, magnesium, dan potasium dapat menetralkan asam lambung yang tinggi serta mengurangi dan memperbaiki gangguan lambung (Khotimah, Sutrisno and Fitriani, 2019). Kandungan enzim papain terdapat sebesar 11,6% pada kalium benzil glukosinolat. Jadi enzim papain ini mempunyai manfaat untuk mengurangi gejala dispepsia dan maag kronis karena papain bekerja pada sistem pencernaan (Khotimah, Sutrisno and Fitriani, 2019).

Tabel 2. Perbandingan Pre Test Dan Post Test Pemberian Ekstrak *Aloe vera*

	N	Median (min – maks)	Rerata ± s.b.	P
Pre Test	16	5 (4 – 7)	8.50± 5.31	0.000
Post Test	16	1 (1 – 2)	0.00± 1.25	

Data yang tercantum dalam gambar tabel 2, menyatakan bahwa pemberian ekstrak *Aloe vera* ini memiliki dampak dalam mengurangi gejala dispepsia. Dengan pemberian ekstrak *Aloe vera* ini dapat menyebabkan adanya perbedaan rata - rata keparahan nyeri pada pasien dengan masalah penyakit gastritis sebelum dan sesudah pengobatan. Hal ini disebabkan oleh adanya kandungan saponin dan tanin dalam *Aloe vera* yang mampu mengurangi peradangan dan mencegah kondisi yang semakin memburuk. Enzim bradykinase, karboksipeptidase dan salisilatnya bisa mengurangi rasa yang tidak nyaman seperti nyeri pada bagian perut yang diakibatkan oleh peradangan. Pada ekstrak *Aloe vera* yang berbentuk konsentrat *Aloe vera* bukan hanya mengandung ekstrak *Aloe vera* saja, melainkan juga

mengandung sebuah konsentrat jus lemon yang dapat memperkuat pada mukosa lambung dan ekstrak herbal Chamomile agar bisa mengobati dan mencegah terjadinya ulkus lambung yang kambuh kembali (Khotimah, Sutrisno and Fitriani, 2019).

Data yang tertera pada tabel 2 menyatakan bahwa pemberian ekstrak *Aloe vera* memberikan dampak dalam mengurangi gejala dispepsia. Pemberian ekstrak *Aloe vera* dapat menimbulkan perbedaan rata - rata tingkat keparahan nyeri pada penderita gastritis (maag) sebelum dan sesudah pengobatan. Hal ini disebabkan oleh adanya saponin dan tanin pada *Aloe vera* yang mampu mengurangi peradangan dan mencegah kondisi semakin parah. Enzim *bradykinase*, *karboksipeptidase*, dan *salisilat* mampu mengurangi rasa tidak nyaman seperti nyeri atau sakit perut akibat peradangan. Ekstrak *Aloe vera* yang tersedia dalam bentuk konsentrat *Aloe vera* tidak hanya mengandung ekstrak *Aloe vera* saja, namun juga mengandung konsentrat sari lemon untuk memperkuat mukosa lambung dan ekstrak herbal kamomil untuk mengobati dan mencegah kambuhnya sakit maag (Khotimah, Sutrisno and Fitriani, 2019). Komposisi yang ada di dalam tanaman *Aloe vera* ini ialah bahan alami yang mampu menghambat produksi asam lambung. Lektin ialah sejenis protein atau glikoprotein yang mempunyai sebuah kemampuan untuk mengidentifikasi dan mengumpulkan kelompok karbohidrat. Lektin ini dapat memblokir produksi asam lambung, hingga langsung dari sel parietal yang memproduksi tersebut.

Tabel 3. Efektivitas dari Jus Pepaya dan ekstrak *Aloe vera* penurunan Dispepsia

Selisih	N	Median (min – maks)	Rerata ± s.b.	P
Jus Pepaya	16	3 (3 – 4)	12.88± 3.38	0.018
Ekstrak <i>Aloe vera</i>	16	4 (3 – 5)	20.12± 4.06	

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari minuman jus pepaya dan ekstrak *Aloe vera* ini sangat efektif dalam mengurangi atau mengatasi tanda dan gejala penyakit dispepsia pada pasien yang menderita maag, seperti yang ditunjukkan pada Gambar Tabel 3. Pada penelitian tersebut ditemukan bahwa penggunaan ekstrak *Aloe vera* lebih efisien dibandingkan jus pepaya dalam mengurangi rasa

sakit akibat gastritis (maag). Keunggulan ekstrak *Aloe vera* adalah adanya dalam bentuk konsentrat *Aloe vera*. Selain itu, ekstrak ini mengandung konsentrat sari lemon dan ekstrak herbal kamomil. Namun pada kasus pepaya kekurangan, terdapat zat aktif pada buah ini yang dapat menghambat proses penyembuhan jaringan dan meningkatkan produksi asam (Mustaqim, Asri and Almurdi, 2018).

Bahan aktif yang terkandung dalam jus pepaya adalah saponin triterpenoid yang berarti komponen turunan steroid. Bahan kimia steroid aktif dapat mengganggu proses penyembuhan jaringan, menurunkan perlindungan lapisan mukosa lambung (*mucosal barrier*), dan meningkatkan produksi asam. Hasil dari studi yang dilakukan oleh Mustaqim et al., (2018) bahwa ekstrak tanaman *Aloe vera* lebih baik daripada minuman jus pepaya dalam mengurangi atau mengatasi tanda dan gejala penyakit dispepsia pada pasien yang mengalami maag (gastritis).

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh hasil yang signifikan bahwa *Aloe vera* dapat menurunkan insidensi gastritis dan mengurangi nyeri gastritis. *Aloe vera* mengandung beberapa bahan untuk membantu mempercepat penurunan sekresi asam lambung (penurunan produksi HCl), *Aloe vera* mengandung saponin dan tenin untuk mengurangi peradangan dan mencegah maag menjadi lebih parah. Substansi bradikininase, karboksipeptidase, dan salisilat pada *Aloe vera* mampu mengurangi rasa tidak nyaman berupa nyeri atau nyeri pada lambung akibat peradangan.

Saran

Dengan adanya artikel ini terdapat beberapa saran yaitu diharapkan :

1. Masyarakat dapat memanfaatkan kandungan yang terdapat di dalam *Aloe vera* dengan membuat berbagai bentuk olahan/produk dari *Aloe vera* untuk gastritis
2. Kandungan *Aloe vera* dapat dijadikan pendamping alternatif terapi herbal pada pasien gastritis
3. Artikel ini dapat dijadikan referensi untuk penelitian dan menjadi sumber bacaan yang bermanfaat
4. Masyarakat mengetahui manfaat dan kandungan dari *Aloe vera* untuk gastritis

Daftar Pustaka

- Cuvas-Limon, R.B. *et al.* (2022) ‘Effect of Gastrointestinal Digestion on the Bioaccessibility of Phenolic Compounds and Antioxidant Activity of Fermented *Aloe vera* Juices’, *Antioxidants*, 11(12). Available at: <https://doi.org/10.3390/antiox11122479>.
- 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.
- Dewi, M.L. (2022) ‘Pengolahan *Aloe Vera* (Lidah Buaya) sebagai Minuman Sehat’, *Abdi Wiralodra : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(1), pp. 35–45. Available at: <https://doi.org/10.31943/abdi.v4i1.46>.
- Dewi, R., Aldilas, W. T., Rosita, M., Fadilla, N., Pinasty, A. P., Khodijah, S. A., Zalita, T. O., & Nurhikmah. (2023). Edukasi Pengobatan Gastritis melalui Pemanfaatan Obat Herbal. *ADMA : Jurnal Pengabdian Dan Pemberdayaan Masyarakat*, 1(4), 99–110. <https://doi.org/10.30812/adma.v4i1.2922>
- Eka Novitayanti. (2020). ‘Identifikasi Kejadian Gastritis Pada Siswa Smu Muhammadiyah 3 Masaran’. *Infokes: Jurnal Ilmiah Rekam Medis Dan Informatika Kesehatan*, 10(1), 18–22. <https://doi.org/10.47701/infokes.v10i1.843>
- Khotimah, F.K., Sutrisno and Fitriani (2019) ‘Efektivitas Jus Pepaya Dan Ekstrak *Aloe Vera* Terhadap Penurunan Dispepsia Pada Pasien Gastritis Di Puskesmas Purwodadi 1 Kabupaten Grobogan’, *The Shine Cahaya Dunia D III Keperawatan*, 4(2), pp. 9–17. Available at: <http://ejournal.annurpurwodadi.ac.id/index.php/TSCD3Kep/article/view/73>.
- Kusyati, E. and Fauziah, N. (2018) ‘*Aloe Vera* Sebagai Terampi Pendamping Nyeri Gastritis’, *Jurnal SMART Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKes) Karya Husada Semarang*, 5(1), pp. 11–19.
- Marhaeni, L.S. (2020) ‘Potensi lidah buaya (*Aloe vera Linn*) sebagai obat dan

- sumber pangan’, *AGRISIA: Jurnal Ilmu-Ilmu Pertanian*, 13(1), pp. 32–39.
- Mustaqim, A., Asri, A. and Almurdi, A. (2018) ‘Pengaruh Pemberian Gel Lidah Buaya (*Aloe vera*) Terhadap Gambaran Histopatologi Gaster Tikus Wistar yang Diinduksi Indometasin’, *Jurnal Kesehatan Andalas*, 6(3), p. 641. Available at: <https://doi.org/10.25077/jka.v6i3.751>
- Panahi, Y. et al. (2015) ‘Efficacy and safety of *Aloe vera* syrup for the treatment of gastroesophageal reflux disease: a pilot randomized positive-controlled trial’, *Journal of traditional Chinese medicine = Chung i tsa chih ying wen pan* / sponsored by All-China Association of Traditional Chinese Medicine, Academy of Traditional Chinese Medicine, 35(6), pp. 632–636. Available at: [https://doi.org/10.1016/s0254-6272\(15\)30151-5](https://doi.org/10.1016/s0254-6272(15)30151-5).
- Retiu, A., Budescu, T. and Menaie, I. (2021) ‘*Aloe Vera* Extract For Stomach Acid Use Safe And Effective Treatment’, *International Journal Papier Advance and Scientific Review*, 2(2), pp. 59–64. Available at: <https://doi.org/10.47667/ijpasr.v2i2.125>.
- Sousa, H.M.P. et al. (2022) ‘Aplicação da *Aloe vera* l. no tratamento de gastrite’, *Research, Society and Development*, 11(7), p. e53011730316. Available at: <https://doi.org/10.33448/rsd-v11i7.30316>.
- 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), pp. 209–223.
- Soetjipto, L. (2018). Pengaruh Ekstrak *Aloe Vera* Terhadap Kesembuhan Mukosa Lambung Tikus Wistar Yang Diinduksi Aspirin. *Jurnal Biosains Pascasarjana*, 20(1), 42. <https://doi.org/10.20473/jbp.v20i1.2018.42-46>
- 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.
-

Tussakinah, W., Masrul, M., & Burhan, I. R. (2018). Hubungan Pola Makan dan Tingkat Stres terhadap Kekambuhan Gastritis di Wilayah Kerja Puskesmas Tarok Kota Payakumbuh Tahun 2017. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 7(2), 217. <https://doi.org/10.25077/jka.v7i2.805>