

## **REBUSAN AIR SARI KUNYIT DALAM MENGURANGI RASA SESAK NAFAS PADA PENDERITA SIROSIS HEPATIS**

### **A. Pengertian**

Kunyit merupakan salah satu makanan yang paling kuat untuk mempertahankan hati yang sehat, yang secara aktif melindungi hati terhadap kerusakan beracun dan menumbuhkan sel-sel hati yang rusak (Mishra, Parashuram, 2009).

### **B. Landasan teori kunyit**

Penelitian Suparna (2008) yang berjudul “Gambaran pengetahuan orang tua tentang manfaat kunyit bagi kesehatan keluarga di Kelurahan Sukarasa Kecamatan Sukasari Bandung” yang dilakukan pada 100 orang responden, dimana angka responden yang berpengetahuan kurang tentang manfaat kunyit bagi kesehatan keluarga oleh 58 responden (58,00%). Kurangnya pengetahuan tersebut salah satunya disebabkan oleh kurang terpaparnya informasi dan rendahnya pendidikan responden.

Kunyit mengandung senyawa yang berkhasiat obat, yang disebut kurkuminoid yang terdiri dari kurkumin, desmetoksikumin dan bisdesmetoksikurkumin dan zat-zat manfaat lainnya Kandungan Zat : Kurkumin : R1 = R2 = OCH<sub>3</sub> 10 %  
Demetoksikurkumin : R1 = OCH<sub>3</sub>, R2 = H 1 - 5 %  
Bisdemetoksikurkumin: R1 = R2 = H sisanya Minyak asiri / Volatil oil (Keton sesquiterpen, turmeron, tumeon 60%, Zingiberen 25%, felandren, sabinen, borneol dan sineil ) Lemak 1 -3 %, Karbohidrat 3 %, Protein 30%, Pati 8%, Vitamin C 45-55%, Garam-garam Mineral (Zat besi, fosfor, dan kalsium) sisanya.

Kunyit juga meningkatkan produksi alami cairan empedu, menyusutkan pembesar saluran hati dan meningkatkan fungsi hati. Kunyit juga dapat dapat membersihkan racun yang ada di liver, dan juga mengeluarkan kotoran yang ada pada sel-sel liver serta mengurangi rasa sesak nafas (asma).

Kunyit merupakan salah satu makanan yang paling kuat untuk mempertahankan hati yang sehat, yang secara aktif melindungi hati terhadap kerusakan beracun dan menumbuhkan sel-sel hati yang rusak.

Kunyit (*C. domestica* Val.) merupakan salah satu tanaman obat potensial, selain sebagai bahan baku obat juga dipakai sebagai bumbu dapur dan zat warna alami. Rimpangnya sangat bermanfaat sebagai obat asma, penyakit hati. Kandungan utama dalam rimpang kunyit yaitu kurkumin, resin, oleoresin, desmetoksikurkumin, bidesmetoksikurkumin, damar. Komposisi utama penyusun kunyit yaitu minyak atsiri (volatil oil), furmerol, sineol, zingiberin, borneol, karvon, dan kurkuminoid. Kandungan terbesar dari kunyit adalah zat warna kurkumoid. Kurkumoid sendiri terdiri dari kurkumin, dihidrokurkumin, desmetoksikurkumin, dan bidesmetoksikurkumin. Kurkumin (sejenis senyawa polifenol) merupakan senyawa aktif pada kunyit, yang terdapat dalam dua bentuk tautomer, yakni bentuk keto pada fase padat dan bentuk enol pada fase larutan (Mishra, Parashuram, 2009).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Hastuti (2007) ekstrak air rimpang kunyit dengan konsentrasi 15% memiliki efek mengurangi sesak nafas. Dengan mengacu pada penelitian yang sudah ada, dilakukan penelitian lanjutan, pada penelitian ini rimpang kunyit diuji efek desak nafas dengan pelarut yang berbeda,

karena dimungkinkan senyawa kimia rimpang kunyit yang berpotensi sebagai antisesak nafas tersebut juga dapat tersari dengan pelarut etanol 96% sehingga diharapkan ekstrak etanol rimpang kunyit ini juga mempunyai efek sesak nafas.

### **C. Proses biokimia**

Tumbuhan kunyit mengandung kurkumin dan bila direbus akan menghasilkan enzim *glutathione-S-transferase* yang dapat mengurangi rasa sesak nafas yang dialami oleh penderita sirosis hepatis, serta enzim *Cytochrom P450* yang dapat menghambat aktivasi kerja virus.

### **D. Tujuan rebusan air sari kunyit**

Tujuan dari rebusan air sari kunyit adalah proteksi hati terhadap toksisitas alcohol, menurunkan kerusakan hati melalui pengurangan peroksidasi lipid, meningkatkan aktifitas enzim *glutathione-S-transferase*. Enzim ini sangat penting dalam proses detoksifikasi dan menurunkan penyebab kematian virus yaitu enzim *Cytochrom P450* serta mengurangi sesak nafas pada penderita sirosis hepatis karena enzim *glutathione-S-transferase* mengantarkan atau disuplai tubuh kesistem pernafasan khususnya bagian paru-paru.

### **E. Manfaat rebusan air sari kunyit**



Rebusan air sari kunyit dapat mencegah kerusakan hati dan sebagai bahan antioksidan dan mengurangi sesak nafas pada penderita sirosis hepatis. Kurkuminoid bermanfaat untuk mencegah timbulnya infeksi berbagai penyakit dan mengurangi rasa sesak nafas.

Tumbuhan kunyit mengandung kurkumin dari *Curcuma domestica* dan *Curcuma xanthorrhiza*, tumbuhan inilah yang akan di rebus sehingga dari air rebusannya dapat meningkatkan produksi cairan asam empedu yang diperlukan untuk menghambat produksi enzim *Cytochrom P450*. Produksi enzim *Cytochrom P450* yang menurun menyebabkan kematian virus oleh karena enzim *Cytochrom P450* merupakan makanan virus hepatitis serta mengurangi sesak nafas pada penderita sirosis hepatis karena enzim *glutathione-S-transferase* mengantarkan atau disuplai tubuh kesistem pernafasan khususnya bagian paru-paru, (Asghari G.A. Mostajeran and M. Shebli, 2009).

## **F. Metodologi**

### **1. Persiapan klien**

- a) Mengucapkan salam terapeutik dan memperkenalkan diri
- b) Melakukan evaluasi/validasi
- c) Melakukan kontrak (waktu, tempat dan topik)
- d) Menjelaskan tujuan dilakukan prosedur
- e) Menjelaskan langkah prosedur
- f) Meminta persetujuan pasien
- g) Menyiapkan pasien sesuai kebutuhan.

2. Persiapan alat dan bahan :

Alat :

- a) Pisau
- b) Gelas
- c) Panci
- d) Saringan

Bahan :

Rimpang kunyit yang masih utuh berwarna kuning berukuran 150 Gram.

3. Langkah-langkah :

- a) Mencuci tangan
- b) Kunyit dikupas kemudian dicuci lalu diiris tipis.
- c) Kunyit direbus dalam panci dengan menuangkan 2 gelas air sebanyak 500 cc, rebus selama 30 menit.
- d) Setelah 30 menit kunyit disaring di gelas untuk di minum airnya.
- e) Cuci tangan
- f) Diminum segelas sehari menjelang tidur pada malam hari.

4. Evaluasi :

- a) Pre = sebelum klien meminum air kunyit yang sudah direbus, klien masih terasa sesak
- b) Post = sesudah klien meminum air kunyit yang sudah direbus, rasa sesak klien berkurang

5. Indicator keberhasilan : SAP

Sumber :

Asghari G.A. Mostajeran and M. Shebli, (2009). *Tuntutan Tanaman Obat Tradisional*. Jakarta : gramedia

Mishra, Parashuram, (2009). *Manfaat Tanaman Kunyit*. Jakarta : gramedia

Potter, P.A & Perry A.G. 2012. *Fundamental of Nursing*. Jakarta: EGC

## **SATUAN ACARA PENYULUHAN**

Pokok Bahasan	: Kunyit
Sub Pokok Bahasan	: Rebusan Air Sari Kunyit
Sasaran	: Klien dan Keluarga penderita sirosis hepatitis
Hari/tanggal	: Sabtu, 30 Mei 2015
Waktu	: 30 Menit
Tempat	: Lantai 6 PU RSPAD Gatot Soebroto Jakarta Pusat
Pembicara	: Sri Arni Arifuddin

### **A. Tujuan Instruksional Umum**

Setelah mengikuti penyuluhan selama 30 menit diharapkan klien dan keluarga penderita sirosis hepatitis dapat memahami tentang rebusan air sari kunyit.

### **B. Tujuan Instruksional Khusus**

Setelah diberikan penyuluhan tentang rebusan air sari kunyit, diharapkan klien dan keluarga penderita sirosis hepatitis mampu :

1. Menjelaskan pengertian kunyit
2. Menyebutkan tujuan rebusan air sari kunyit
3. Menyebutkan manfaat rebusan air sari kunyit
4. Menyebutkan kandungan kunyit
5. Menyebutkan metodologi kunyit

### C. Materi Pembelajaran

- a. Menjelaskan pengertian kunyit
- b. Menyebutkan tujuan rebusan air sari kunyit
- c. Menyebutkan manfaat rebusan air sari kunyit
- d. Menyebutkan kandungan kunyit
- e. Menyebutkan metodologi kunyit

### D.Strategi Pelaksanaan

NO	KEGIATAN	METODE	MEDIA	WAKTU
1	Pendahuluan a. Memberi salam b. Menjelaskan tujuan c. Kontrak waktu			5 Menit
2	Menjelaskan a. Menjelaskan pengertian kunyit b. Menyebutkan tujuan rebusan air sari kunyit c. Menyebutkan manfaat rebusan air sari kunyit d. Menyebutkan kandungan kunyit e. Menyebutkan metodologi kunyit	Ceramah Diskusi	<ul style="list-style-type: none"><li>• Laptop</li><li>• Leaflet</li></ul>	20 Menit
3	Penutup	Diskusi dan		5 Menit



	<p>a. Memberikan kesempatan pada klien maupun keluarga untuk bertanya</p> <p>b. Menyimpulkan hasil penyuluhan</p> <p>c. Melakukan evaluasi</p> <p>d. Memberi salam</p>	Tanya jawab		
--	--	-------------	--	--

### **E. Evaluasi**

1. Prosedur : Langsung
2. Bentuk pertanyaan : Essay
3. Jumlah pertanyaan : 5 pertanyaan (Terlampir)

### **F. Sumber**

Asghari G.A. Mostajeran and M. Shebli, (2009). *Tuntutan Tanaman Obat Tradisional*.

Jakarta : gamedia

Mishra, Parashuram, (2009). *Manfaat Tanaman Kunyit*. Jakarta : gamedia

Potter, P.A & Perry A.G. 2012. *Fundamental of Nursing*. Jakarta: EGC

## **REBUSAN AIR SARI KUNYIT DALAM MENGURANGI RASA SESAK NAFAS PADA PENDERITA SIROSIS HEPATIS**

### **A. Pengertian kunyit**

Kunyit (*C. domestica* Val.) merupakan salah satu tanaman obat potensial, selain sebagai bahan baku obat juga dipakai sebagai bumbu dapur dan zat warna alami. Rimpangnya sangat bermanfaat sebagai obat asma, penyakit hati. Kandungan utama dalam rimpang kunyit yaitu kurkumin, resin, oleoresin, desmetoksikurkumin, bidesmetoksikurkumin, (dammar Mishra, Parashuram, 2009).

### **B. Landasan teori**

Penelitian Suparna (2008) yang berjudul “Gambaran pengetahuan orang tua tentang manfaat kunyit bagi kesehatan keluarga di Kelurahan Sukarasa Kecamatan Sukasari Bandung” yang dilakukan pada 100 orang responden, dimana angka responden yang berpengetahuan kurang tentang manfaat kunyit bagi kesehatan keluarga oleh 58 responden (58,00%). Kurangnya pengetahuan tersebut salah satunya disebabkan oleh kurang terpaparnya informasi dan rendahnya pendidikan klien.

Kunyit mengandung senyawa yang berkhasiat obat, yang disebut kurkuminoid yang terdiri dari kurkumin, desmetoksikumin dan bidesmetoksikurkumin dan zat-zat manfaat lainnya Kandungan Zat : Kurkumin : R1 = R2 = OCH<sub>3</sub> 10 % Demetoksikurkumin : R1 = OCH<sub>3</sub>, R2 = H 1 - 5 % Bisdemetoksikurkumin: R1 = R2 = H sisanya Minyak asiri / Volatil oil (Keton sesquiterpen, turmeron, tumeon 60%, Zingiberen 25%, felandren,

sabinen, borneol dan sineil ) Lemak 1 -3 %, Karbohidrat 3 %, Protein 30%, Pati 8%, Vitamin C 45-55%, Garam-garam Mineral (Zat besi, fosfor, dan kalsium) sisanya.

Kunyit juga meningkatkan produksi alami cairan empedu, menyusutkan pembesar saluran hati dan meningkatkan fungsi hati. Kunyit juga dapat dapat membersihkan racun yang ada di liver, dan juga mengeluarkan kotoran yang ada pada sel-sel liver serta mengurangi rasa sesak nafas (asma) (Asghari G.A. Mostajeran and M. Shebli, 2009)..

Kunyit merupakan salah satu makanan yang paling kuat untuk mempertahankan hati yang sehat, yang secara aktif melindungi hati terhadap kerusakan beracun dan menumbuhkan sel-sel hati yang rusak (Asghari G.A. Mostajeran and M. Shebli, 2009)..

Kunyit (*C. domestica* Val.) merupakan salah satu tanaman obat potensial, selain sebagai bahan baku obat juga dipakai sebagai bumbu dapur dan zat warna alami. Rimpangnya sangat bermanfaat sebagai obat asma, penyakit hati. Kandungan utama dalam rimpang kunyit yaitu kurkumin, resin, oleoresin, desmetoksikurkumin, bidesmetoksikurkumin, damar. Komposisi utama penyusun kunyit yaitu minyak atsiri (volatil oil), furmerol, sineol, zingiberin, borneol, karvon, dan kurkuminoid. Kandungan terbesar dari kunyit adalah zat warna kurkumoid. Kurkumoid sendiri terdiri dari kurkumin, dihidrokurkumin, desmetoksikurkumin, dan bidesmetoksikurkumin. Kurkumin (sejenis senyawa polifenol) merupakan senyawa aktif pada kunyit, yang terdapat dalam dua bentuk tautomer, yakni bentuk keto pada fase padat dan bentuk enol pada fase larutan (Mishra, Parashuram, 2009).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Hastuti (2007) ekstrak air rimpang kunyit dengan konsentrasi 15% memiliki efek mengurangi sesak nafas. Dengan mengacu pada penelitian yang sudah ada, dilakukan penelitian lanjutan, pada penelitian ini rimpang kunyit diuji efek desak nafas dengan pelarut yang berbeda, karena dimungkinkan

senyawa kimia rimpang kunyit yang berpotensi sebagai antisesak nafas tersebut juga dapat tersari dengan pelarut etanol 96% sehingga diharapkan ekstrak etanol rimpang kunyit ini juga mempunyai efek sesak nafas.

### **C. Tujuan rebusan air sari kunyit**

Tujuan dari rebusan air sari kunyit adalah proteksi hati terhadap toksisitas alcohol, menurunkan kerusakan hati melalui pengurangan peroksidasi lipid, meningkatkan aktifitas enzim *glutathione-S-transferase*. Enzim ini sangat penting dalam proses detoksifikasi dan menurunkan penyebab kematian virus yaitu enzim *Cytochrom P450* serta mengurangi sesak nafas pada penderita sirosis hepatis karena enzim *glutathione-S-transferase* mengantarkan atau disuplai tubuh kesistem pernafasan khususnya bagian paru-paru.

### **D. Manfaat rebusan air sari kunyit**

Rebusan air sari kunyit dapat mencegah kerusakan hati dan sebagai bahan antioksidan dan mengurangi sesak nafas pada penderita sirosis hepatis. Kurkuminoid bermanfaat untuk mencegah timbulnya infeksi berbagai penyakit dan mengurangi rasa sesak nafas (Asghari G.A. Mostajeran and M. Shebli, 2009)..

Tumbuhan kunyit mengandung kurkumin dari *Curcuma domestica* dan *Curcuma xanthorrhiza*, tumbuhan inilah yang akan di rebus sehingga dari air rebusannya dapat meningkatkan produksi cairan asam empedu yang diperlukan untuk menghambat produksi enzim *Cytochrom P450*. Produksi enzim *Cytochrom P450* yang menurun menyebabkan kematian virus oleh karena enzim *Cytochrom P450* merupakan makanan virus hepatitis serta mengurangi sesak nafas pada penderita sirosis hepatis karena enzim

*glutathione-S-transferase* mengantarkan atau disuplai tubuh kesistem pernafasan khususnya bagian paru-paru, (Asghari G.A. Mostajeran and M. Shebli, 2009).

## **E. Metodologi kunyit**

### 1. Persiapan klien

- a) Mengucapkan salam terapeutik dan memperkenalkan diri
- b) Melakukan evaluasi/validasi
- c) Melakukan kontrak (waktu, tempat dan topik)
- d) Menjelaskan tujuan dilakukan prosedur
- e) Menjelaskan langkah prosedur
- f) Meminta persetujuan pasien
- g) Menyiapkan pasien sesuai kebutuhan.

### 2. Persiapan alat dan bahan :

Alat :

- a) Pisau
- b) Gelas
- c) Panci
- d) Saringan

Bahan :

Rimpang kunyit yang masih utuh berwarna kuning berukuran 150 Gram.

### 3. Langkah-langkah :

- a) Mencuci tangan
- b) Kunyit dikupas kemudian dicuci lalu diiris tipis.
- c) Kunyit direbus dalam panci dengan menuangkan 2 gelas air sebanyak 500 cc, rebus selama 30 menit.
- d) Setelah 30 menit kunyit disaring di gelas untuk di minum airnya.

- e) Cuci tangan
- f) Diminum segelas sehari menjelang tidur pada malam hari.

4. Evaluasi :

- a) Pre = sebelum klien meminum air kunyit yang sudah direbus, klien masih terasa sesak
- b) Post = sesudah klien meminum air kunyit yang sudah direbus, rasa sesak klien berkurang

5. Indicator keberhasilan : SAP

Sumber :

Asghari G.A. Mostajeran and M. Shebli, (2009). *Tuntutan Tanaman Obat Tradisional*. Jakarta : gamedia

Mishra, Parashuram, (2009). *Manfaat Tanaman Kunyit*. Jakarta : gamedia

Potter, P.A & Perry A.G. 2012. *Fundamental of Nursing*. Jakarta: EGC

## LAMPIRAN EVALUASI

### Pertanyaan

1. Menjelaskan pengertian kunyit
2. Menyebutkan landasan teori kunyit
3. Menyebutkan tujuan rebusan air sari kunyit
4. Menyebutkan manfaat rebusan air sari kunyit
5. Menyebutkan metodologi kunyit

### Jawaban

1. Menjelaskan pengertian kunyit adalah kunyit (*C. domestica* Val.) merupakan salah satu tanaman obat potensial, selain sebagai bahan baku obat juga dipakai sebagai bumbu dapur dan zat warna alami. Rimpangnya sangat bermanfaat sebagai obat asma, penyakit hati. Kandungan utama dalam rimpang kunyit yaitu kurkumin, resin, oleoresin, desmetoksikurkumin, bidesmetoksikurkumin, (dammar Mishra, Parashuram, 2009)..
2. Menyebutkan landasan teori kunyit adalah penelitian Suparna (2008) yang berjudul “Gambaran pengetahuan orang tua tentang manfaat kunyit bagi kesehatan keluarga di Kelurahan Sukarasa Kecamatan Sukasari Bandung” yang dilakukan pada 100 orang responden, dimana angka responden yang berpengetahuan kurang tentang manfaat kunyit bagi kesehatan keluarga oleh 58 responden (58,00%). Kurangnya pengetahuan tersebut salah satunya disebabkan oleh kurang terpaparnya informasi dan rendahnya pendidikan klien.

3. Menyebutkan tujuan dari rebusan air sari kunyit adalah proteksi hati terhadap toksisitas alcohol, menurunkan kerusakan hati melalui pengurangan peroksidasi lipid, meningkatkan aktifitas enzim *glutathione-S-transferase*. Enzim ini sangat penting dalam proses detoksifikasi dan menurunkan penyebab kematian virus yaitu enzim *Cytochrom P450* serta mengurangi sesak nafas pada penderita sirosis hepatis karena enzim *glutathione-S-transferase* mengantarkan atau disuplai tubuh kesistem pernafasan khususnya bagian paru-paru.
4. Menyebutkan manfaat rebusan air sari kunyit adalah rebusan air sari kunyit dapat mencegah kerusakan hati dan sebagai bahan antioksidan dan mengurangi sesak nafas pada penderita sirosis hepatis. Kurkuminoid bermanfaat untuk mencegah timbulnya infeksi berbagai penyakit dan mengurangi rasa sesak nafas.
5. Menyebutkan metodologi kunyit :
  - a. Persiapan klien adalah mengucapkan salam terapeutik dan memperkenalkan diri, melakukan evaluasi/validasi, melakukan kontrak (waktu, tempat dan topik), menjelaskan tujuan dilakukan prosedur, menjelaskan langkah prosedur, meminta persetujuan pasien, menyiapkan pasien sesuai kebutuhan.
  - b. Persiapan alat dan bahan yaitu :

Alat : pisau, gelas, panci, saringan

Bahan : rimpang kunyit yang masih utuh berwarna kuning berukuran 150 Gram.
  - c. Langkah-langkah : mencuci tangan, kunyit dikupas kemudian dicuci lalu diiris tipis, kunyit direbus dalam panci dengan menuangkan 2 gelas air sebanyak 500 cc, rebus selama 30 menit, setelah 30 menit kunyit disaring di gelas untuk di minum airnya, cuci tangan, diminum segelas sehari menjelang tidur pada malam hari.



- d. Evaluasi : Pre = sebelum klien meminum air kunyit yang sudah direbus, klien masih terasa sesak dan Post = sesudah klien meminum air kunyit yang sudah direbus, rasa sesak klien berkurang.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abbas, & Fausto (2011) Buku ajar fundamental keperawatan : konsep, proses dan praktik. Edisi 4. Volume 2. Jakarta : EGC
- Asghari G.A. Mostajeran and M. Shebli, (2009). *Tuntutan Tanaman Obat Tradisional*. Jakarta : gramedia
- Aziz, A. Halimul Hidayat, (2008). *Asuhan Keperawatan Klien Gangguan Sistem Gastrointestinal*. Edisi 1. CV. Trans Info Media
- Baradero, Dayrit & Siswadi, (2012). Journal : *Chirrocis Diagnosis, Manajement and Prevention*. Diunduh pada 20 Maret 2015 dari <http://www.aafp.org/afp/2015/1215/p1353.pdf>
- Carpenito. (2006). *Buku Saku Diagnosis Keperawatan*. Edisi 10. Jakarta : EGC
- Gunnars Dottir, (2009). *Pedoman Praktek Keperawatan*. Jakarta : EGC
- Mishra, Parashuram, (2009). *Manfaat Tanaman Kunyit*. Jakarta : gramedia
- NIAAA, 1998 dalam Price & Wilson, (2005). *Textbook of medical Physiology. 7<sup>th</sup> Edition Elsevier Saunder*
- Nurdjanah, (2009). *Keperawatan Medikal Bedah Sistem Pencernaan*. Edisi 1. Kencana Prenada Media Group
- Panduan Penyusunan Asuhan Keperawatan Profesional. (2013). *Aplikasi Asuhan Keperawatan Berdasarkan Diagnosa Medis dan NANDA NIC NOC*. Jogjakarta : Media Action Publisher
- Potter, P.A & Perry A.G. 2012. *Fundamental of Nursing*. Jakarta : EGC
- Price & Wilson, (2005). *Textbook of Medical-Surgical Nursing*. Edisi 12, Philadelphia, Lippincott Williams Wilkins
- Sudoyo, (2007). Journal : *Karakteristik Klien Sirosis Hepatis*. Diunduh pada 6 April dari <http://www.aafp.org/afp/2015/1215/p1353.pdf>