



PENERAPAN PEMBERIAN AIR NABIDZ KURMA TERHADAP KELUHAN MUAL MUNTAH PADA PENDERITA GASTRITIS: STUDI KASUS

THE APPLICATION OF PROVIDING NABIDZ DATE WATER TO RELIEVE NAUSEA AND VOMITING COMPLAINTS IN GASTRITIS SUFFERERS: CASE STUDY

*Tri Siwi Kusumaningrum¹, Maswarni¹, Chairil¹, Nurul Najiha¹

¹Prodi D III Keperawatan, Fakultas MIPA dan Kesehatan,
Universitas Muhammadiyah Riau

*Corresponding Author: Tri Siwi Kusumaningrum (trisiwi@umri.ac.id)

ABSTRAK

Article History:

Submitted: April
30th, 2026

Received in
Revised: June 7th,
2026

Accepted: June
24th, 2025

Pendahuluan: Gastritis merupakan terjadinya peradangan, iritasi atau pengikisan pada dinding mukosa lambung yang dapat menimbulkan berbagai keluhan diantaranya nyeri ulu hati, kembung, mual dan muntah. Keluhan mual yang dialami oleh penderita gastritis dapat menyebabkan kurangnya nafsu makan yang berakibat mengalami defisit nutrisi. Sedangkan keluhan muntah secara terus menerus dapat beresiko mengakibatkan dehidrasi yang dapat menyebabkan penderita gastritis mengalami gangguan pemenuhan kebutuhan cairan dan elektrolit. Terapi komplementer menggunakan air nabidz kurma diketahui dapat membantu mengurangi rasa mual dan muntah melalui mekanisme netralisasi asam lambung yang berlebihan dan penghambatan neurotransmitter serotonin yang memicu keluhan mual yang berasal dari kandungannya basa yang dimiliki oleh air nabidz kurma. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas pemberian air nabidz kurma terhadap keluhan mual dan muntah pada penderita gastritis.

Metode: Penelitian ini menggunakan desain *pre-eksperimental* dengan pendekatan *one group pretest-posttest* dalam bentuk studi kasus. Jumlah sampel yang digunakan sebanyak 7 responden yang dipilih secara *purposive sampling*. Instrumen penelitian yang digunakan adalah kuesioner INVR (*Index of Nausea, Vomiting and Retching*) untuk mengukur tingkat mual dan muntah yang dialami oleh penderita gastritis sebelum dan sesudah diberikan air nabidz kurma.

Hasil : Hasil penelitian menunjukkan adanya penurunan gejala mual dan muntah setelah pemberian air nabidz kurma.

Kesimpulan: Pemberian air nabidz kurma efektif digunakan sebagai terapi komplementer sebagai terapi pendamping untuk membantu mengurangi keluhan mual dan muntah pada pasien dengan gastritis. Namun, diperlukan penelitian lebih lanjut dengan desain eksperimental dan jumlah sampel yang lebih besar untuk mengkonfirmasi hasil penelitian ini.

Kata kunci: Air nabidz kurma; Gastritis; Mual; Muntah.

ABSTRACT

Introduction: Gastritis is an inflammation, irritation, or erosion of the gastric mucosa that can cause various symptoms, including heartburn, bloating, nausea, and vomiting. Sexual complaints experienced by gastritis sufferers can lead to a loss of appetite, which can lead to nutritional deficiencies. Continuous vomiting can increase the risk of dehydration, which can lead to problems meeting gastritis' fluid and electrolyte needs. Complementary therapy using Nabidz date palm water is known to help reduce nausea and vomiting by neutralizing excess stomach acid and inhibiting the neurotransmitter serotonin, which triggers nausea. This study aims to determine the effectiveness of Nabidz date palm water on nausea and vomiting in gastritis patients.

Methods: This study employed a pre-experimental one-group pretest–posttest design as a case study. Seven respondents were selected using purposive sampling. The research instrument used was the INVR (*Index of Nausea, Vomiting, and Retching*) questionnaire to measure the level of nausea and vomiting experienced by gastritis patients before and after being given Nabidz date palm water.

Results: The study showed a reduction in nausea and vomiting symptoms after administering Nabidz date

palm water.

Conclusion: *Administering Nabidz date palm water is effective as a complementary therapy to help reduce nausea and vomiting in patients with gastritis. However, further research with an experimental design and a larger sample size is needed to confirm these results*

Keyword : *Nabidz date water; Gastritis; Nausea and vomiting.*

PENDAHULUAN

Gastritis merupakan kondisi peradangan pada mukosa lambung yang disebabkan oleh berbagai faktor, seperti infeksi *Helicobacter pylori*, penggunaan obat antiinflamasi nonsteroid (NSAID), stres, alkohol, serta pola makan yang tidak teratur (Erni et al., 2020). Mual dan muntah merupakan salah satu gejala yang sangat umum terjadi pada pasien gastritis. Mual merupakan sensasi tidak nyaman yang berhubungan dengan keinginan untuk muntah. Muntah merupakan kondisi keluarnya isi lambung dari mulut yang disebabkan adanya kekuatan kontraksi otot abdomen diafragma dan membukanya kardiak lambung (Apsari et al., 2023).

Keluhan mual dan muntah pada pasien gastritis dapat terjadi karena peradangan pada lambung dapat mengakibatkan kerusakan dinding mukosa lambung yang menyebabkan terjadinya peningkatan sekresi asam klorida (HCl) dan pepsin, sehingga terjadi iritasi pada dinding lambung. Iritasi ini merangsang ujung saraf aferen viseral yang terdapat pada mukosa lambung. Impuls saraf tersebut kemudian diteruskan ke *chemoreceptor trigger zone* (CTZ) dan pusat muntah (*vomiting center*) yang terletak di medula oblongata yang akan memberikan respon mual maupun muntah (Dellwel, et al, 2017 dalam (Feri & Juartika, 2025)).

Kondisi keluhan mual dan muntah yang dialami oleh penderita dan dapat disertai dengan muntah yang dapat menyebabkan defisit nutrisi maupun resiko ketidakseimbangan cairan yang berdampak terhadap pemenuhan kebutuhan nutrisi dan cairan pasien (Tommy, 2018); (Lathifah & Rahmawati, 2025). Keluhan mual dan muntah yang dialami oleh pasien dapat diatasi dengan intervensi non farmakologis dengan cara teknik relaksasi, terapi musik, akupresur dan jenis terapi non farmakologis lainnya, salah satunya adalah dengan pemberian air nabidz kurma (Vayalil, 2002; Saddiq dan Bawazir, 2010 Rahmani et al 2015).

Air Nabidz kurma merupakan salah satu jenis *infuse water*. *Infuse water* dapat diartikan sebagai minuman yang berbasis air putih dengan merendam potongan buah dan sayuran dalam air selama beberapa jam, sehingga sari dan aroma buah tersebut larut ke dalam air (Salsabila et al., 2025). Buah Kurma sebagai bahan dasar pembuatan air nabidz kurma memiliki berbagai kandungan diantaranya adalah flavonoid yang dapat digunakan dalam untuk mengatasi

inflamasi (Ramdanty et al., 2022).

Sebuah hadits dari Ibnu Abbas, Nabidz (nabidh) merupakan rendaman air kurma atau kismis yang di siapkan pada malam hari. Setelah itu Nabi Muhammad SAW tetap meminumnya selama 3 hari berturut turut hingga malam hari (HR Muslim 4971-4974) (Sari & Chodijah, 2021). Air Nabidz mengandung komponen bioaktif yang berasal dari kurma saat proses pembuatannya. Keberadaan komponen bioaktif inilah yang menjadikan air nabidz bermanfaat bagi kesehatan, diantaranya untuk membantu mengatasi keluhan mual dan muntah (Fauziyah et al 2022).

Berdasarkan referensi pendukung pemberian air nabidz kurma belum ditemukan dalam jumlah yang banyak. Peneliti baru menemukan satu penelitian terkait pemberian air nabidz kurma untuk membantu mengatasi keluhan mual dan muntah yaitu hasil penelitian Sandra (2019), yang membuktikan bahwa air nabidz/air naqi' efektif untuk mencegah terjadinya keluhan mual dan muntah pada pasien pasca operasi (Sandra, 2021). Meskipun demikian, sejumlah peneliti telah mengevaluasi pemberian kurma yang merupakan sebagai bahan dasar pembuatan air nabidz kurma pada ibu hamil yang mengalami keluhan mual muntah (Ai Nurhayati, 2023) (PPNI, 2019). Berdasarkan temuan tersebut penelitian ini menggunakan bukti ilmiah tersebut sebagai landasan dalam menerapkan pemberian air nabidz kurma sebagai intervensi untuk membantu mengatasi keluhan mual dan muntah pada penderita gastritis

BAHAN DAN METODE

Penelitian ini dilakukan di Wilayah kerja Puskesmas Sidomulyo, Pekanbaru. Waktu pelaksanaan penelitian pada bulan April- Juni 2025. Penelitian ini menggunakan desain *pre-eksperimental* dengan pendekatan *one group pretest-posttest* dalam bentuk studi kasus. Subjek penelitian ini adalah penderita gastritis yang mengalami keluhan mual dan muntah. Pemilihan subjek dilakukan secara purposive sampling dengan kriteria inklusi ; penderita gastritis yang terdiagnosa gastritis dari hasil pemeriksaan dokter yang sedang mengkonsumsi obat gastritis dari dokter dengan kondisi fisik yang stabil dan bersedia menjadi responden serta menandatangani informed consent. Pada saat proses penelitian, responden tetap mengkonsumsi obat gastritis yaitu omeprazol. Instrumen yang digunakan untuk mengukur derajat mual dan

muntah adalah kuesioner INVR (*Index of Nausea, Vomiting and Retching*) untuk melakukan pengukuran gejala mual muntah sebelum dan sesudah pemberian intervensi pada kelompok yang sama, tanpa menggunakan kelompok kontrol yang dilakukan pada penderita gastritis.

Cara pembuatan air nabidz atau air naqi' dengan cara menyiapkan 100 gram buah kurma yang baik, kemudian dibuang bijinya dan dipotong kecil kecil. Setelah itu dimasukkan ke dalam botol atau wadah dan ditambahkan air panas suhu 80 sejumlah 500 ml. Kemudian tutup rapat dalam suhu kamar kurang lebih 12 jam. Setelah itu air nabidz kurma siap untuk dikonsumsi (Sandra, 2021). Pemberian air nabidz kurma diberikan selama 3 hari berturut turut yang diminum pagi hari sekitar jam 6 pagi setelah bangun tidur dan sebelum makan dengan jumlah 250 ml yang diminum secara bertahap. Kemudian akan dievaluasi pada sore hari jam 15.00.

HASIL

Karakteristik Responden

Tabel 1. Karakteristik Responden

Responden	Usia	Jenis Kelamin	Lama Sakit
R 1 Nn.F	24 th	P	1,5 th
R2 Nn.E	21 th	P	3 th
R 3 Nn. A	20 th	P	6 bln
R 4 Ny. R	29 th	P	2 th
R 5 Tn. A	35 th	P	3 th
R 6 Tn.S	36 th	P	4 th
R 7 Ny T	47 th	P	4 th

Diantara 7 responden yang mengalami gastritis, paling lama menderita gastritis lebih dari 2 tahun. Hal ini menunjukkan sudah lama mengalami gastritis dan mengalami kekambuhan berulang kali. Responden sering tidak menyadari jika makanan yang dikonsumsi juga dapat sebagai pemicu tingginya asam lambung. Selain itu responden tinggal di daerah yang banyak kuliner dimana juga dapat mempengaruhi kekambuhan penyakit gastritis.

Keluhan mual dan muntah responden

Tabel 2. Keluhan mual dan muntah responden pre dan post pemberian air nabidz kurma.

Respon den	Hari ke 1		Hari ke 2		Hari ke 3		Ket
	Pre	Post	Pre	Post	Pre	Post	
R 2 Nn. F	26	25	25	16	14	9	Menurun

R 2 Nn. E	29	29	25	21	10	9	Menurun
R 3 Nn. A	27	25	23	20	16	10	Menurun
R 4 Ny. R	29	25	24	19	14	10	Menurun
R 5 Tn. A	27	24	23	20	16	10	Menurun
R 6 Tn.S	27	24	23	21	15	10	Menurun
R 7 Ny T	26	24	19	15	10	9	Menurun

Pada tabel di atas merupakan hasil penerapan pemberian air nabidz kurma selama 3 hari secara berturut turut menunjukkan adanya penurunan skala mual dan muntah. Hal diatas menunjukkan bahwa pemberian air nabidz kurma efektif untuk mengurangi keluhan mual muntah pada penderita gastritis.

PEMBAHASAN

Faktor durasi menderita gastritis juga perlu menjadi perhatian. Responden yang telah mengalami gastritis selama 4 tahun menunjukkan kemungkinan terjadinya gastritis kronis yang berulang, yang bisa memperbesar sensitivitas lambung terhadap rangsangan makanan. Sedangkan responden lainnya dengan durasi yang lebih pendek (1 tahun 5 bulan) maupun 6 bulan tetap menunjukkan gejala yang signifikan, yang menandakan bahwa durasi bukan satu-satunya indikator berat ringannya gejala, namun juga dipengaruhi oleh gaya hidup dan kepatuhan terhadap pengelolaan penyakit.

Semua responden memiliki riwayat penggunaan obat gastritis yaitu omeprazole yang diminum 1 kali sehari yaitu pada pagi hari 30 menit sebelum makan. Oleh karena itu, intervensi non-farmakologis seperti pemberian air nabidz kurma menjadi relevan sebagai alternatif komplementer atau pelengkap terapi yang aman, alami, dan mudah diterapkan. Dengan demikian, responden tetap mengkonsumsi obat gastritis pada saat diberikan perlakuan pemberian air nabidz kurma.

Kurma mengandung karbohidrat yang tinggi, baik buahnya maupun olahan dalam bentuk air nabidz . Komponen kimia utama buah kurma berupa karbohidrat , serat makanan, enzim, protein, lemak, mineral, vitamin, asam fenolik dan karotenoid . Menurut Manickavasagan, Essa, Sukumar (2012) dalam *Dates; Production, processing food and medical values* menyatakan bahwa dari tujuh kurma yang direndam dan diminum sebelum tidur dapat membunuh aktivitas antioksidan, antimutagenic, anti inflamasi, anti oksidan, astroprotektif, hepatoprotektif, nefrotektif, antikanker dan immunostimulant (M Aleid, TangZ, hen Xing, Lu Eshi, 2013). Hasil

penelitian Sandra menyatakan bahwa air nabidz kurma atau air naqi' efektif mencegah terjadinya mual muntah pada pasien post operasi pada pasien elektif bedah digestif (Sandra, 2019).

Kaitannya dengan penelitian lain, (Purnamasari et al., 2023), menyatakan bahwa pemberian buah kurma ajwa secara langsung dapat membantu menurunkan gejala mual muntah pada pasien ibu hamil. Hal ini sejalan dengan pendekatan dalam penelitian ini yang menggunakan air nabidz kurma rendaman buah kurma dalam air sebagai terapi cairan alami yang bertujuan menurunkan keasaman lambung dan meredakan iritasi mukosa lambung. Berdasarkan jurnal analysis of Bioactive Comp[ound sin nabeez water menyatakan bahwa kandungan alkaloid pada air nabidz kurma dapat membantu memperbaiki sistem pencernaan (Rosmayanti & Nurlaela, 2024).

Karakteristik demografis, riwayat penyakit, dan kebiasaan makanan responden memberikan kontribusi penting dalam memahami konteks kemunculan gejala gastritis, serta mendukung pentingnya penerapan intervensi berbasis herbal seperti air nabidz kurma untuk mengurangi gejala tersebut. Pemberian air nabidz kurma efektif untuk mengatasi keluhan mual dan muntah pada penderita gastritis. Menurut (Sandra, 2021), penurunan gejala mual dan muntah dapat dikaitkan dengan kandungan dalam air nabidz kurma yang berupa glukosa dan fruktosa alami, yang berperan dalam menstabilkan sistem pencernaan. Air nabidz kurma merupakan rebusan air kurma yang direndam selama 12 jam (Kusumaningrum et al., 2023). Teori lain juga menyatakan bahwa pemberian kurma efektif mengurangi rasa mual dan muntah karena di dalam kurma terkandung asam folat, vitamin dan kalsium yang dapat memblokir serotonin yaitu suatu neurotransmitter yang disintesis pada neuron neuron serotonergis dalam sistem saraf pusat dan sel sel enterokromatin dalam saluran cerna sehingga memberikan perasaan nyaman yang mengurangi rasa mual dan muntah yang dipicu oleh peningkatan asam lambung (Yonni Siwi, 2019).

KESIMPULAN

Pemberian air nabidz kurma menunjukkan potensi dapat digunakan sebagai terapi pendamping atau komplementer untuk mengatasi keluhan mual dan muntah, terutama pada penderita gastritis. Hal ini dibuktikan dengan adanya penurunan keluhan mual dan muntah pada penderita gastritis meskipun bervariasi derajatnya. Dengan demikian, pemberian air nabidz kurma dapat digunakan sebagai salah satu alternatif non farmakologis yang aman dan alami serta mudah untuk diterapkan dalam praktek keperawatan. Namun demikian keterbatasan

jumlah responden pada penelitian ini memerlukan penelitian lanjutan dengan jumlah responden yang lebih besar agar mendapatkan hasil yang lebih akurat.

SARAN

Pemberian air nabidz kurma dapat digunakan sebagai alternatif intervensi non farmakologi dalam praktek asuhan keperawatan untuk mengurangi keluhan mual dan muntah. Disarankan untuk peneliti selanjutnya agar melakukan penelitian lanjutan dengan jumlah sampel yang lebih besar serta melakukan uji statistik untuk mengidentifikasi efektifitas pemberian air nabidz kurma terhadap keluhan mual dan muntah untuk meningkatkan validitas hasil penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- Ai Nurhayati, et. al. (2023). *Efektifitas Pemberian Pisang Ambon dan Buah Kurma Terhadap Emesis Gravidarum di Puskesmas Leles Kabupaten Garut Tahun 2023*. 2(10), 4265–4278.
- Apsari, R. K. F., Jufan, A. Y., & Sari, D. D. (2023). Manajemen Intraoperative Nausea and Vomiting (Iov) Pada Pasien Seksio Sesarea Dengan Anestesi Spinal. *Jurnal Komplikasi Anestesi*, 9(2), 78–84. <https://doi.org/10.22146/jka.v9i2.8350>
- Erni, N., Zainal, A. M., Titah, N. A., Blora, D. K., & Semarang, P. K. (2020). *Jurnal Studi Keperawatan Pengaruh Teknik Relaksasi Terhadap Penurunan Nyeri Epigastrium Pada Pasien Gastritis Pendahuluan Metode Penelitian Hasil dan Pembahasan*.
- Feri, J., & Juartika, W. (2025). *Pelatihan penanganan nyeri serta mual muntah pada masyarakat penderita gastritis*. 2(1), 1–8.
- Kusumaningrum, T. S., Winarti, Y. S., Gasril, P., Yarnita, Y., Widiyanto, J., Norlita, W., Putri, S. E., & Siregar, S. H. (2023). *Edukasi Kesehatan Manfaat Air Nabidz Kurma Untuk Mengurangi Mual Muntah Di Puskesmas Harapan Raya Pekanbaru*. 7(1), 140–143.
- Lathifah, U., & Rahmawati, A. M. (2025). *Nursing Care for Patients With Erosive Gastritis Asuhan Keperawatan Pada Pasien Dengan Gastritis Erosifa*. 789–796.
- M Aleid, TangZ, hen Xing, Lu Eshi, S. (2013). *Date fruit: chemical composition, nutritional and medicinal values, products*. 93, 2351–2361. <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1002/j.sfa.6154>
- Okbi, S. Y. Al. (2022). Date Palm as Source of Nutraceuticals for Health Promotion: a Review. *Current Nutrition Reports*, 574–591. <https://doi.org/10.1007/s13668-022-00437-w>
- PPNI. (2019). *Standar Intervensi Keperawatan*



Indonesia.

- Purnamasari, I., Fitri, I., Kanah, N., & Nurul, F. (2023). *Pengaruh Pemberian Buah Kurma Ajwa Terhadap Penurunan Morning Sickness Pada Ibu Hamil Trimester I*. 2(1), 28–35.
- Ramdanty, E., Andini, A. S., Studi, P., & Universitas, B. (2022). *AKTIVITAS ANTIBAKTERI AIR NABEEZ terhadap E . Coli dan Staphilococcus aureus Discretization of Fractional-Order Predator-Prey Models*. 4(3), 6–11.
- Rosmayanti, D., & Nurlaela, R. S. (2024). *Kandungan Komponen Bioaktif dalam Air Nabeez dan Manfaatnya Bagi Kesehatan*. 3, 11422–11431.
- Salsabila, U., Ambarwati, R., Luth, D., & Isnawati, M. (2025). *E cts of Date and Lime Infused Water Formulations on Antioxidant Activity and Consumer Acceptability: An Experimental Study Artikel History Abstrak Kata Kunci : Gap penelitian Novelty infused water Kontribusi infused water Tujuan penelitian*. 6(2), 93–102.
- Sandra. (2019). *Pengaruh pemberian air naqi' terhadap mual dan muntah post operasi pada pasien elektif bedah digestiv*. <https://lontar.ui.ac.id/detail?id=20484815&lo kasi=lokal>
- Sandra. (2021). *Manfaat air naqi' terhadap mual dan muntah pasca operasi*.
- Sari, D. P., & Chodijah, S. (2021). *Takhrij and Syarah Hadith of Chemistry: Nabdiz and Chemical Kinetics*. 24–27.
- Tommy, M. H. A. (2018). *Frequency relationship, eat type and portion with adolescent*. 1, 40–46.
- Yonni Siwi, R. P. (2019). *Efektifitas Pemberian Buah Kurma Mabrum terhadap Morning Sickness pada Ibu Hamil Trimester I di PMB Ny. H. Pakisaji Kabupaten Malang*. *Journal for Quality in Women's Health*, 2(2), 49–54. <https://doi.org/10.30994/jqwh.v2i2.38>