MEDIC NUTRICIA
Jurnal Ilmu Kesehatan
ISSN : 3025-8855

2025, Vol. 21 No. 4
Prefix DOI 10.5455/mnj.v1i2.644xa

LITERATUR REVIEW: FITOTERAPI DAN PEMANFAATAN ETNOMEDISIN PADA GANGGUAN SISTEM PENCERNAAN BERDASARKAN MEKANISME FARMAKOLOGIS DAN STUDI ETNOBOTANI

Nawwar Irfan[1], Haura Salsabila Insyira[2], Maysaroyani Silaen[3], Nurul Fadillah Aini[4], Tissa Oktavia Nurfadilla[5], Diva Ar Raudah[6]

Program Studi Farmasi, Fakultas MIPA-Kes, Universitas Muhammadiyah Riau
e-mail : 220205205@student.umri.ac.id

ABSTRAK

Gangguan sistem pencernaan merupakan masalah kesehatan yang umum dijumpai dan terus meningkat prevalensinya. Pemanfaatan tanaman obat melalui pendekatan etnomedisin dan fitoterapi masih banyak digunakan oleh masyarakat sebagai alternatif atau terapi pendukung karena dianggap lebih aman dan ekonomis. Artikel ini bertujuan untuk mengkaji pemanfaatan tanaman obat dalam penanganan gangguan sistem pencernaan berdasarkan studi etnobotani dan mekanisme farmakologis. Metode yang digunakan adalah *Systematic Literature Review* terhadap 20 artikel ilmiah yang dipublikasikan pada periode 2020–2025. Hasil kajian menunjukkan bahwa tanaman obat seperti *Curcuma longa*, *Psidium guajava*, *Zingiber officinale*, dan *Ficus carica* memiliki potensi sebagai antidiare, antiinflamasi, dan gastroprotektif yang didukung oleh kandungan senyawa bioaktif seperti kurkumin, flavonoid, dan tanin. Meskipun hasil penelitian menunjukkan potensi yang menjanjikan, sebagian besar studi masih bersifat deskriptif dan pra-klinis. Oleh karena itu, diperlukan penelitian lanjutan berupa uji klinis dan standarisasi produk herbal untuk mendukung pemanfaatan tanaman obat secara aman dan berbasis bukti ilmiah.

Kata Kunci : Fitoterapi, Etnomedisin, Tanaman Obat, Gangguan Sistem Pencernaan

ABSTRACT

Digestive system disorders are common health problems that continue to increase in prevalence. The use of medicinal plants through ethnomedicine and phytotherapy approaches is still widely used by the community as an alternative or supportive therapy as it is considered safer and more economical. This article aims to review the use of medicinal plants in the management of digestive system disorders based on ethnobotanical studies and pharmacological mechanisms. The method used is a Systematic Literature Review of 20 scientific articles published during the period 2020–2025. The results of the study indicate that medicinal plants such as Curcuma longa, Psidium guajava, Zingiber officinale, and Ficus carica have potential as antidiarrheal, anti-inflammatory, and gastroprotective agents, supported by bioactive compounds such as curcumin, flavonoids, and tannins. Although research results show promising potential, most studies are still descriptive and preclinical. Therefore, further research in the form of clinical trials and standardization of herbal products is needed to support the safe and evidence-based use of medicinal plants.

Keywords: *Phytotherapy, Ethnomedicine, Medicinal Plants, Digestive System Disorders*

Received: Desember 2025
Reviewed: Desember 2025
Published: Desember 2025

Plagirism Checker No 823
Prefix DOI : Prefix DOI : 10.8734/Nutricia.v1i2.365
Copyright : Author
Publish by : Medic Nutricia

This work is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License

MEDIC NUTRICIA
Jurnal Ilmu Kesehatan
ISSN : 3025-8855

2025, Vol. 21 No. 4
Prefix DOI 10.5455/mnj.v1i2.644xa

PENDAHULUAN

Gangguan sistem pencernaan merupakan masalah kesehatan global dengan prevalensi yang terus meningkat, meliputi berbagai kondisi mulai dari infeksi akut hingga gangguan fungsional kronis seperti Gastroesophageal Reflux Disease (GERD) dan dispepsia (Hermawan *et al.*, 2025). Di berbagai wilayah, masyarakat masih bergantung pada pengetahuan etnomedisin yang diwariskan secara turun-temurun, baik akibat keterbatasan akses terhadap layanan kesehatan modern maupun keyakinan terhadap efektivitas bahan alami (Himalayas *et al.*, 2022). Penggunaan bahan alam atau fitoterapi dipilih karena dianggap lebih aman, ekonomis, serta memiliki risiko efek samping minimal dibandingkan penggunaan obat kimia sintetis dalam jangka panjang (Özer, 2024).

Kurnia Ningsih et al. (2020) menekankan pentingnya dokumentasi etnobotani secara sistematis untuk melestarikan kearifan lokal, sebagaimana terlihat pada pemanfaatan 31 spesies tumbuhan obat oleh dukun tradisional di Sanggau (Kurnia Ningsih, Yeni Mariani, Yanieta Arbiastutie, 2020). Selain itu, Syamsu et al. (2025) menyoroti minat masyarakat perkotaan terhadap potensi bioaktif bahan alam seperti buah tin (Ficus carica L.) yang kaya flavonoid sebagai solusi untuk gangguan pencernaan fungsional (Syamsu, Putri and S.Day, 2025). Di Indonesia, strategi pengelolaan kesehatan pencernaan saat ini mulai mengintegrasikan perspektif biomedik modern dengan etnomedisin tradisional, terutama melalui pemanfaatan temulawak dengan pendekatan genomik.

Upaya swamedikasi menggunakan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) memainkan peran krusial sebagai pilar utama dalam penanganan gejala dispepsia di kalangan masyarakat, terutama melalui pemanfaatan tanaman lokal yang mudah diakses dan aman untuk penggunaan sehari-hari (Azzahra, 2023). Pengetahuan tersebut tidak hanya terbatas pada tingkat rumah tangga, melainkan juga meliputi praktik penyehat tradisional (Battra) yang memanfaatkan berbagai spesies tanaman seperti kunyit dan kencur untuk mengatasi diare secara efektif.

Meskipun pemanfaatan tradisional telah dilakukan secara luas selama bertahun-tahun, pembuktian ilmiah terkait mekanisme aksi dan profil keamanannya masih menjadi kebutuhan mendesak dalam praktik medis modern (Putri *et al.*, 2024). Oleh karena itu, artikel ini bertujuan menyusun tinjauan literatur secara mendalam guna memvalidasi praktik penggunaan tradisional pada gangguan saluran cerna melalui temuan ilmiah terbaru dalam periode lima tahun terakhir (2020-2025).

METODE REVIEW

Metodologi yang diterapkan dalam penyusunan artikel ini merupakan Systematic Literature Review (SLR), dengan proses penelaahan yang sistematis untuk mengidentifikasi, mengevaluasi, serta menginterpretasikan semua temuan ilmiah relevan terkait fitoterapi pada gangguan saluran cerna (Hermawan *et al.*, 2025).

Kriteria Inklusi

Artikel yang dipilih dalam review ini memenuhi kriteria inklusi sebagai berikut:

1. Artikel yang diterbitkan dalam 5 tahun terakhir
2. Mencakup studi etnobotani (survei masyarakat), uji eksperimental laboratorium (*in vivo* pada hewan uji), uji pra-eksperimental pada manusia, dan tinjauan literatur (*review article*)
3. Fokus pada pemanfaatan tanaman obat untuk indikasi terapi gangguan pencernaan seperti diare, dispepsia, GERD, wasir, dan penyakit hati (Saldaña-chafloque *et al.*, 2024).
4. Artikel dalam Bahasa Indonesia dan Bahasa Inggris yang tersedia secara lengkap (*Full Text*).

MEDIC NUTRICIA
Jurnal Ilmu Kesehatan
ISSN : 3025-8855

2025, Vol. 21 No. 4
Prefix DOI 10.5455/mnj.v1i2.644xa

Kriteria Eksklusi

Artikel akan dikeluarkan dari review (eksklusi) apabila:

1. Artikel yang terbit di bawah tahun 2020.
2. Hanya berupa abstrak atau artikel yang tidak dapat diakses secara utuh.
3. Topik penelitian yang tidak relevan dengan indikasi sistem pencernaan (misalnya fitoterapi untuk sistem pernapasan atau kecantikan).
4. Artikel yang tidak mencantumkan metodologi atau hasil penelitian yang jelas (Boutlelis, 2023)

HASIL DAN PEMBAHASAN

No	Tahun	Judul Jurnal	Sampel / Objek	Hasil Utama
1	2020	Studi Pemanfaatan Tumbuhan Obat Berpotensi Mengobati Penyakit Sistem Pencernaan di Kelurahan Bunut Kecamatan Kapuas Kabupaten Sanggau	4 dukun tradisional, 31 jenis tumbuhan obat	Ditemukan 31 spesies dari 25 famili, dominan Zingiberaceae; daun paling sering digunakan (Kurnia Ningsih, Yeni Mariani, Yanieta Arbiastutie, 2020).
2	2025	EFEK KONSUMSI BUAH TIN (Ficus carica L.) TERHADAP SISTEM PENCERNAAN: STUDI PADA MASYARAKAT PERKOTAAN	Artikel dan jurnal ilmiah terkait buah tin dan sistem pencernaan	Buah tin mengandung serat, vitamin, mineral, senyawa fenolik dan flavonoid yang berperan sebagai laksatif alami, antiinflamasi, antioksidan, antibakteri, serta membantu mengatasi gangguan pencernaan seperti sembelit, kolik, dan gangguan lambung (Syamsu, Putri and S.Day, 2025).
3	2020	MANFAAT SENYAWA KURKUMIN DALAM KUNYIT PADA PASIEN DIARE	Senyawa kurkumin dalam kunyit dan hubungannya dengan diare	Kurkumin memiliki aktivitas antibakteri, antiinflamasi, dan antioksidan yang mampu menghambat pertumbuhan bakteri penyebab diare seperti Escherichia coli, Staphylococcus aureus, dan Salmonella (Febriawan *et al.*, 2020).
4	2022	Pembuatan Minuman Herbal Yang Berkhasiat Untuk Mengatasi Masalah Pencernaan (Detoks Tubuh)	Masyarakat Kelurahan Arawa serta bahan herbal (jahe, kunyit, dan serai)	Minuman herbal berbahan jahe, kunyit, dan serai memiliki potensi membantu mengatasi gangguan pencernaan seperti sakit perut dan kram perut serta meningkatkan antusiasme masyarakat terhadap pengobatan tradisional (Wulandari, 2022).
5	2023	Upaya swamedikasi tanaman obat keluarga untuk	Tanaman obat keluarga dan gejala dispepsia	Tanaman obat keluarga seperti kunyit, jinten hitam, jahe, cincau hitam, dan daun peppermint berpotensi mengurangi gejala dispepsia melalui efek

MEDIC NUTRICIA
Jurnal Ilmu Kesehatan
ISSN : 3025-8855

2025, Vol. 21 No. 4
Prefix DOI 10.5455/mnj.v1i2.644xa

		mengatasi gejala Dispepsia		antiinflamasi, karminatif, dan gastroprotekti (Azzahra, 2023).
6	2022	Pemanfaatan Daun Sirih Hijau (Piper Betle L) Sebagai Obat Tradisional di Kecamatan Lahusa	25 responden dari 5 desa.	Ditemukan 15 jenis penyakit yang diobati, antara lain: Batuk (Eha), Gatal (Ali-ali), Sakit gigi (Fõkhō nifõ), Mimisan (Tefengo), Luka (Abōtō), Iritasi mata, Sariawan, Sakit perut, Luka bakar, Bau mulut, Keputihan, Diare, Asam urat, Darah tinggi, dan Bau badan (Lincah Cerdik Hulu, Amaano Fau, 2022).
7	2024	TERAPI KOMPLEMENTER EKSTRAK DAUN JAMBU BIJI TERHADAP FREKUENSI DIARE DAN KONSISTENSI TINJA PADA BALITA DIARE	Sampel berjumlah 15 orang balita diare	Terdapat pengaruh yang signifikan (p-value 0,000) pemberian ekstrak daun jambu biji terhadap penurunan frekuensi diare dan perbaikan konsistensi tinja menjadi lebih padat pada balita (Reni *et al.*, 2024).
8	2021	PEMANFAATAN TUMBUHAN TRADISIONAL SEBAGAI OBAT DIARE PADA MASYARAKAT KECAMATAN TERANGUN KABUPATEN GAYO LUES	Masyarakat Kecamatan Terangun, Kabupaten Gayo Lues (data dikumpulkan melalui wawancara, angket, dan observasi).	Ditemukan 40 jenis tumbuhan dari 27 familia. Jambu biji adalah tanaman yang paling banyak digunakan (persentase 100%). Bagian yang dominan digunakan adalah daun, dan cara pengolahan utama adalah dengan direbus (Nuraini, Safrida, 2021).
9	2025	Studi Etnofarmakologi Tanaman Obat yang Digunakan Oleh Penyehat Tradisional Untuk Mengatasi Diare Di Kecamatan Air Napal Kabupaten Bengkulu Utara	10 orang penyehat tradisional	Ditemukan 11 spesies tanaman obat, di antaranya: jambu biji, sawo, jarak pagar, temu putih, beluntas, bandotan, pisang kepok, gambir, kunyit, kencur, dan bawang merah (Anggrainy *et al.*, 2025).

MEDIC NUTRICIA
Jurnal Ilmu Kesehatan
ISSN : 3025-8855

2025, Vol. 21 No. 4
Prefix DOI 10.5455/mnj.v1i2.644xa

10	2024	Efek Rhei Radix et Rhizoma dan Eupolyphaga Steleophaga terhadap Mekanisme Perlindungan Hati Berdasarkan Farmakokinetik dan Metabonomik	Tikus laboratorium jenis *Sprague-Dawley* (SD).	Kombinasi kedua bahan herbal tersebut terbukti secara signifikan memperbaiki metabolisme lemak dan energi, serta memberikan efek perlindungan yang kuat pada sel hati dibandingkan jika digunakan terpisah (Feng *et al.*, 2024).
11	2024	Fitoterapi yang Digunakan dalam Penyakit Sistem Pencernaan oleh Penduduk Andes di Pampas, Huancavelica, Peru	102 penduduk asli (informan) di wilayah Pampas, Huancavelica, Peru, yang memiliki pengetahuan tentang penggunaan tanaman obat.	Teridentifikasi 41 spesies tanaman obat yang termasuk dalam 21 famili (didominasi oleh famili *Asteraceae*). Gangguan yang paling banyak diobati adalah gastritis, kolik, dan pembersihan hati. Daun dan batang adalah bagian yang paling sering digunakan, biasanya dengan cara direbus (infusa) (Saldaña-chafloque *et al.*, 2024).
12	2023	Obat Herbal Tradisional dari Aljazair untuk Mengobati Gangguan Pencernaan	100 informan (penduduk lokal dan herbalis) di wilayah El Oued, Aljazair.	Teridentifikasi 41 spesies tanaman obat yang tergolong dalam 22 famili. Famili Lamiaceae adalah yang paling banyak digunakan. Penyakit yang paling sering diobati adalah sakit perut, gas lambung (kembung), dan gangguan usus. Cara penggunaan yang paling umum adalah melalui dekok (rebusan) dan infusa (seduhan) (Boutlelis, 2023).
13	2022	Penilaian Etnomedis Tumbuhan yang Digunakan untuk Pengobatan Keluhan Gastrointestinal oleh Masyarakat Suku di Distrik Diamir, Himalaya Barat, Pakistan	84 informan dari komunitas suku setempat di Distrik Diamir, Pakistan.	Teridentifikasi 71 spesies tumbuhan dari 37 famili. Bagian yang paling banyak digunakan adalah akar dan biji. Penyakit utama yang diobati meliputi sakit perut, diare, dan disentri (Himalayas *et al.*, 2022).

MEDIC NUTRICIA
Jurnal Ilmu Kesehatan
ISSN : 3025-8855

2025, Vol. 21 No. 4
Prefix DOI 10.5455/mnj.v1i2.644xa

14	2025	Menyembuhkan Saluran Pencernaan Secara Alami: Mengeksplorasi Obat Herbal untuk Gangguan Gastrointestinal Fungsional (FGID)	Berbagai jenis tanaman obat pilihan (adas, jintan, jahe, lidah buaya, chia, kayu manis, dan licorice).	Tanaman seperti jahe dan adas terbukti efektif mengurangi gejala kembung dan nyeri usus melalui pengaturan jalur pensinyalan otak dan usus (Sinha, Das and Mazumder, 2025).
15	2024	Fitoterapi dalam Gangguan Gastrointestinal	Agen fitoterapi populer (Lidah buaya, kunyit, jahe, jintan hitam, bawang putih, dll).	Menekankan bahwa tanaman seperti kunyit dan lidah buaya memiliki efek positif yang signifikan pada peradangan usus dan lambung (Özer, 2024).
16	2024	Peran Tumbuhan Herbal Potensial Mengobati Penyakit Asam Lambung	Tumbuhan herbal spesifik seperti licorice, jahe, dan lidah buaya.	Tumbuhan herbal efektif dalam menetralkan asam lambung dan melapisi dinding kerongkongan, mengurangi nyeri ulu hati tanpa efek samping jangka panjang seperti obat kimia (Putri *et al.*, 2024).
17	2025	Curcuma xanthorrhiza Roxb. (Temulawak) dalam Manajemen Kesehatan Pencernaan: Integrasi Perspektif Biomedik, Genomik, dan Etnomedisin Indonesia	Tanaman Temulawak (Curcuma xanthorrhiza Roxb.) berdasarkan data publikasi tahun 2013-2023.	Senyawa kurkuminoid dan xanthorrhizol dalam temulawak memiliki efek anti-inflamasi dan hepatoprotektif yang kuat untuk kesehatan sistem pencernaan (Nova and Abdullah, 2025).
18	2023	Editorial: Obat Herbal untuk Penyakit Gastrointestinal dan Hati - Pendekatan Farmakologis dan Toksikologis Baru, Volume I	Berbagai studi mengenai produk alami dan senyawa bioaktif untuk penyakit hati dan pencernaan.	Menyoroti pentingnya integrasi teknologi modern (seperti network pharmacology) untuk memahami bagaimana herbal bekerja pada penyakit kompleks seperti kanker hati dan radang usus (Hasnat *et al.*, 2023).

MEDIC NUTRICIA
Jurnal Ilmu Kesehatan
ISSN : 3025-8855

2025, Vol. 21 No. 4
Prefix DOI 10.5455/mnj.v1i2.644xa

19	2025	Tinjauan Literatur: Efektivitas Daun Jambu Biji (Psidium guajava L.) Sebagai Obat Diare	Lima jurnal ilmiah yang relevan dengan pengujian daun jambu biji pada manusia maupun hewan.	Kandungan senyawa aktif seperti tanin, flavonoid, dan saponin dalam daun jambu biji terbukti efektif menurunkan frekuensi buang air besar dan memperbaiki konsistensi tinja (Nastiti, Gresiasiska and Angelica, 2022).
20	2025	Tinjauan Sistematis Terhadap Efektivitas Berbagai Metode Pengobatan Wasir	12 artikel jurnal yang terpilih melalui database PubMed, ScienceDirect, dan Google Scholar.	Metode pengobatan seperti penggunaan salep flavonoid, terapi laser, dan prosedur bedah (seperti Stapled Hemorrhoidopexy) memiliki tingkat keberhasilan tinggi dalam mengurangi gejala dan mempercepat pemulihan pasien (Hermawan *et al.*, 2025).

Studi Etnomedisin dan Diversitas Tanaman Obat Saluran Cerna

Kajian etnomedisin di berbagai wilayah menegaskan peran sentral tanaman obat dalam pengelolaan gangguan pencernaan. Di Indonesia, biodiversitas flora tercermin dari inventarisasi Ningsih et al. (2020) di Sanggau (31 spesies, 25 famili) dan Nuraini et al. (2021) di Gayo Lues (40 spesies, 27 famili), dengan Psidium guajava (jambu biji) mencapai indeks pemanfaatan 100% sebagai antidiare . Bagian daun mendominasi preferensi karena aksesibilitasnya, seperti Piper betle L. untuk sakit perut di Nias dan Curcuma longa serta Kaempferia galanga oleh penyehat tradisional di Bengkulu Utara .

Secara global, famili seperti Asteraceae (Peru; Saldaña-Chafloque et al., 2024), Lamiaceae (Aljazair; Boutlelis et al., 2023), serta Lamiaceae-Zingiberaceae-Apiaceae (Pakistan; Wali et al., 2022) konsisten untuk gastritis, kembung, dan disentri melalui efek antiinflamasi dan antispasmodik. Tren ini didukung Sinha et al. (2025), yang menyoroti modulasi saluran cerna oleh herbal tanpa efek samping sistemik signifikan dibanding farmakoterapi konvensional.

Mekanisme Farmakologis dan Validasi Ilmiah

Validasi ilmiah memperkuat klaim tradisional. Untuk diare, kurkumin (Curcuma longa) menunjukkan aktivitas antibakteri terhadap E. coli dan S. aureus (Febriawan, 2020), sementara ekstrak P. guajava secara signifikan (p=0,000) mengurangi frekuensi dan memperbaiki tinja pada balita (Reni et al., 2024), via tanin-flavonoid sebagai astringen (Nastiti et al., 2025).

Pada GERD dan dispepsia, Aloe vera, kunyit, serta jahe memberikan efek gastroprotektif melalui netralisasi asam dan pelindung mukosa (Putri et al., 2024; Akçakaya & Özer, 2024). Ficus carica berfungsi laksatif via serat dan fenolik (Syamsu et al., 2025). Pendekatan modern seperti genomik (Curcuma xanthorrhiza; Nova & Abdullah, 2025), HPLC-MS/MS (Rhei Radix; Feng et al., 2024), dan farmakokinetik (Hasnat et al., 2023) mengonfirmasi jalur molekuler antiinflamasi dan hepatoprotektif. Flavonoid alami juga efektif konservatif untuk wasir (Hermawan et al., 2025), memperluas spektrum fitoterapi pencernaan

Analisis terhadap 20 jurnal yang ditelaah menunjukkan bahwa secara keseluruhan, penelitian-penelitian tersebut menekankan pemanfaatan tanaman obat dan bahan alam sebagai alternatif atau adjuvan terapi untuk berbagai gangguan kesehatan. Pendekatan yang diterapkan

MEDIC NUTRICIA
Jurnal Ilmu Kesehatan
ISSN : 3025-8855

2025, Vol. 21 No. 4
Prefix DOI 10.5455/mnj.v1i2.644xa

mencakup etnobotani, pengembangan produk herbal, serta tinjauan literatur mengenai senyawa bioaktif. Sebagian besar studi bertujuan mendokumentasikan pengetahuan lokal tentang pemanfaatan tanaman obat tradisional sekaligus mengeksplorasi potensi farmakologisnya berdasarkan kandungan senyawa bioaktif. Metode penelitian yang dominan meliputi studi deskriptif, survei etnobotani, review literatur, serta eksperimen sederhana dalam formulasi produk herbal seperti minuman atau ramuan tradisional.

Hasil utama dari 20 jurnal yang dianalisis mengindikasikan bahwa berbagai spesies tanaman obat, termasuk Curcuma longa (kunyit), Ficus carica (buah tin), Zingiber officinale (jahe), daun-daunan lokal, serta tanaman obat keluarga (TOGA), menunjukkan potensi farmakologis yang signifikan dalam mengelola berbagai gangguan kesehatan. Potensi tersebut mencakup aktivitas antiinflamasi, antioksidan, antidiabetik, serta efek terapeutik terhadap gangguan pencernaan dan keluhan ringan lainnya, seperti dispepsia atau masalah gastrointestinal minor. Senyawa bioaktif utama, seperti kurkumin dari kunyit, sering kali menjadi fokus diskusi karena mekanisme aksi molekularnya yang telah terelaborasi dengan baik, termasuk inhibisi jalur sinyal inflamasi (misalnya NF-κB) dan penginduksian respons antioksidan endogen. Selain itu, sejumlah studi menyoroti bahwa formulasi produk herbal sederhana—seperti infus, ekstrak, atau ramuan tradisional—memiliki nilai aplikatif tinggi karena proses pengolahannya yang mudah, biaya rendah, dan aksesibilitas bagi masyarakat. Pendekatan ini tidak hanya mendukung penerapan langsung di tingkat komunitas, tetapi juga berkontribusi pada penguatan kemandirian kesehatan berbasis kearifan lokal, sekaligus melestarikan pengetahuan etnobotani tradisional dalam konteks pengobatan komplementer modern.

Analisis terhadap 20 jurnal yang ditinjau mengungkapkan sejumlah kelebihan yang signifikan, terutama dalam kontribusi sistematis terhadap pendokumentasian pengetahuan etnobotani tradisional serta penyajian informasi yang kontekstual dan relevan dengan kebutuhan kesehatan masyarakat lokal. Referensi literatur yang dikutip umumnya memadai, mencakup sumber primer dan sekunder terkini, dengan pembahasan manfaat farmakologis tanaman obat yang secara konsisten dikaitkan dengan bukti ilmiah empiris, seperti studi in vitro, in vivo, atau data fitokimia yang mendukung klaim terapeutik. Pendekatan ini memperkuat validitas narasi ilmiah dan memfasilitasi transfer pengetahuan dari domain tradisional ke konteks evidence-based medicine.

Namun, keterbatasan metodologis yang konsisten teridentifikasi pada hampir seluruh jurnal, yaitu absennya uji klinis terkontrol pada subjek manusia (human clinical trials). Ketiadaan data fase klinis ini mengakibatkan penilaian efektivitas dan keamanan (safety and efficacy) tanaman obat yang bersifat spekulatif atau empiris semata, tanpa konfirmasi kausalitas klinis yang kuat sesuai standar regulasi seperti Good Clinical Practice (GCP). Selain itu, banyak studi belum mengimplementasikan pengukuran dosis terapeutik yang presisi (dose-response relationship), standarisasi mutu produk herbal (quality control protocols seperti HPLC untuk kandungan senyawa aktif), maupun evaluasi efek samping advers (adverse event monitoring) melalui desain eksperimental terkontrol, seperti randomized controlled trials (RCT). Keterbatasan ini membatasi generalisasi hasil dan menghambat integrasi tanaman obat ke dalam protokol pengobatan konvensional.

KESIMPULAN

Berdasarkan tinjauan sistematis terhadap 20 jurnal ilmiah yang relevan, dapat disimpulkan bahwa tanaman obat dan bahan alam menunjukkan potensi farmakologis yang substansial sebagai pendukung pemeliharaan dan promosi kesehatan masyarakat, khususnya dalam pengelolaan gangguan pencernaan melalui pendekatan fitoterapi komplementer. Studi-studi yang dianalisis secara konsisten mengonfirmasi kongruensi antara praktik etnobotani tradisional dengan bukti empiris kontemporer, termasuk identifikasi senyawa bioaktif (seperti kurkumin,

tanin, flavonoid, dan polisakarida) serta elusidasi mekanisme aksi molekularnya, seperti inhibisi jalur inflamasi NF-κB, aktivitas antibakteri, dan efek gastroprotektif. Validasi ini memperkuat fondasi ilmiah untuk integrasi tanaman obat ke dalam strategi kesehatan berbasis evidence-based medicine.

Meskipun demikian, keterbatasan metodologis yang dominan—yaitu dominasi studi deskriptif, survei etnobotani, dan review literatur tanpa dukungan uji klinis terkontrol (randomized controlled trials/RCT) pada subjek manusia—menghambat generalisasi klinis dan penilaian keamanan jangka panjang (safety profile). Absennya data fase klinis ini, beserta standarisasi dosis (dose-response curves), protokol mutu (seperti HPLC untuk kandungan senyawa aktif), dan monitoring efek advers, menekankan urgensi penelitian lanjutan yang lebih rigorus, termasuk studi praklinis in vivo, uji bioekuivalensi, serta RCT multicenter sesuai pedoman Good Clinical Practice (GCP) dan ICH guidelines.

Dengan demikian, literature review ini menegaskan imperatif pengembangan riset berbasis tanaman obat secara interdisipliner, melibatkan farmakognosi, farmakologi molekuler, dan farmakoepidemiologi, guna memfasilitasi formulasi produk herbal yang aman, efektif, dan terstandar. Pendekatan ini tidak hanya akan meningkatkan kemandirian kesehatan masyarakat berbasis kearifan lokal, tetapi juga berkontribusi pada pengayaan farmakope herbal nasional serta integrasi ke dalam sistem kesehatan primer Indonesia.

DAFTAR PUSTAKA

Anggrainy, M. *et al*. (2025) ‘Studi Etnofarmakologi Tanaman Obat yang Digunakan Oleh Penyehat Tradisional Untuk Mengatasi Diare Di Kecamatan Air Napal Kabupaten Bengkulu Utara’, pp. 75–86.

Azzahra, F. (2023) ‘Upaya swamedikasi tanaman obat keluarga untuk mengatasi gejala Dispepsia’, 1(5), pp. 463–470.

Boutlelis, D.A. (2023) ‘Journal of Drug Delivery and Therapeutics Traditional Herbal Remedies from Algeria for Treating Digestive Disorders’, 13(1), pp. 84–92.

Febriawan, R. *et al*. (2020) ‘Manfaat senyawa kurkumin dalam kunyit pada pasien diare’, pp. 255–260.

Feng, G. *et al*. (2024) ‘Effect of Rhei Radix et Rhizoma and Eupolyphaga Steleophaga on liver protection mechanism based on pharmacokinetics and metabonomics’, *Chinese Herbal Medicines*, 16(1), pp. 121–131. Available at: https://doi.org/10.1016/j.chmed.2023.10.002.

Hasnat, M. *et al*. (2023) ‘Editorial : Herbal medicines for gastrointestinal and hepatic diseases - novel pharmacological and toxicological approaches , Volume I’, (July), pp. 1–3. Available at: https://doi.org/10.3389/fphar.2023.1157229.

Hermawan, N.A. *et al*. (2025) ‘TINJAUAN SISTEMATIS TERHADAP EFEKTIVITAS BERBAGAI METODE PENGOBATAN WASIR A Systematic Review on the Effectiveness of Various Hemorrhoid Treatment Methods’, 16(01), pp. 53–64.

Himalayas, W. *et al*. (2022) ‘Ethnomedicinal appraisal of plants used for the treatment of gastrointestinal complaints by tribal communities living in Diamir district , Western Himalayas, Pakistan Rahmat’, pp. 1–21. Available at: https://doi.org/10.1371/journal.pone.0269445.

Kurnia Ningsih, Yeni Mariani, Yanieta Arbiastutie, F.Y. (2020) ‘STUDI PEMANFAATAN TUMBUHAN OBAT BERPOTENSI MENGOBATI PADA PENYAKIT PADA PENYAKIT SISTEM PENCERNAAN DI KELURAHAN BUNUT KECAMATAN KAPUAS KABUPATEN SANGGAU’, 8, pp. 217–228.

MEDIC NUTRICIA
Jurnal Ilmu Kesehatan
ISSN : 3025-8855

2025, Vol. 21 No. 4
Prefix DOI 10.5455/mnj.v1i2.644xa

Lincah Cerdik Hulu, Amaano Fau, dan M.S. (2022) 'PEMANFAATAN DAUN SIRIH HIJAU (Piper Betle L) SEBAGAI OBAT TRADISIONAL DI KECAMATAN LAHUSA', 3(1).

Nastiti, K., Gresiasiska, S. and Angelica, V.F. (2022) 'Literatur Review : Efektivitas Daun Jambu Biji (Psidium guajava L .) Sebagai Obat Diare Review Literature : Effectiveness of Guava Leaf (Psidium guajava L .) as Diarrhea Medicine', pp. 2022–2024.

Nova, R. and Abdullah, D. (2025) 'CURCUMA XANTHORRHIZA ROXB . DALAM MANAJEMEN KESEHATAN DAN ETNOMEDISIN INDONESIA', 2(1), pp. 118–125.

Nuraini, Safrida, H. (2021) 'PEMANFAATAN TUMBUHAN TRADISIONAL SEBAGAI OBAT DIARE PADA MASYARAKAT KECAMATAN TERANGUN KABUPATEN GAYO LUES', 8(October 2020).

Özer, A.A.& F.B.A. (2024) 'Phytotherapy in Gastrointestinal Disorders', 12(3), pp. 395–400. Available at: https://doi.org/10.14235/bas.galenos.2024.76148.

Putri, A. *et al*. (2024) 'Peran Tumbuhan Herbal Potensial Mengobati Penyakit Asam Lambung', 7, pp. 13119–13123.

Reni, I. *et al*. (2024) 'TERAPI KOMPLEMENTER EKSTRAK DAUN JAMBU BIJI TERHADAP FREKUENSI DIARE DAN KONSISTENSI TINJA PADA BALITA DIARE', 7(2), pp. 121–127.

Saldaña-chafloque, C.F. *et al*. (2024) 'Phytotherapy Used in Ailments of the Digestive System by Andean Inhabitants of Pampas , Huancavelica , Peru', pp. 30–43.

Sinha, A., Das, S. and Mazumder, A. (2025) 'Healing the Gut Naturally : Exploring Herbal Remedies for Functional Gastrointestinal Disorders'. Available at: https://doi.org/10.18311/jnr/2025/49575.

Syamsu, R.F., Putri, R.A. and S.Day, S.R. 'Aisy (2025) 'EFEK KONSUMSI BUAH TIN (Ficus carica L.) TERHADAP SISTEM PENCERNAAN: STUDI PADA MASYARAKAT PERKOTAAN', 9(2), pp. 336–343.

Wulandari, N. (2022) 'Pembuatan Minuman Herbal Yang Berkhasiat Untuk Mengatasi Masalah Pencernaan (Detoks Tubuh)', 3(1), pp. 35–39. Available at: https://doi.org/10.47065/jrespro.v3i1.2858.