

PERAN TERAPI HERBAL DALAM MENINGKATKAN KUALITAS HIDUP PASIEN HIV/AIDS

Siti Aminah¹, Galuh Pradian Yanuaringsih²

^{1,2}Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Kadiri
E-mail: sitiaminah@unik-kediri.ac.id

Abstrak

HIV/AIDS masih menjadi tantangan kesehatan global, dengan dampak signifikan pada kualitas hidup Orang yang Hidup dengan HIV/AIDS (ODHA). Meskipun terapi antiretroviral (ARV) secara efektif mengendalikan replikasi virus, penggunaan jangka panjangnya sering kali menimbulkan efek samping yang menurunkan kesejahteraan fisik dan psikologis. Penelitian ini mengevaluasi efektivitas terapi herbal, khususnya Curcuma longa (kunyit) dan Andrographis paniculata (sambiloto), dalam meningkatkan kualitas hidup ODHA yang menjalani terapi ARV di Klinik HIV/AIDS di Kota Kediri, Indonesia. Desain kuasi-eksperimental dengan pendekatan kelompok kontrol pretest-posttest digunakan, melibatkan 40 peserta yang dibagi menjadi kelompok intervensi (herbal + ARV) dan kontrol (hanya ARV). Suplemen herbal diberikan dengan dosis 500 mg per kapsul, dua kali sehari, selama delapan minggu. Kualitas hidup diukur menggunakan kuesioner WHOQOL-HIV BREF, yang mencakup kesehatan fisik, kesehatan psikologis, hubungan sosial, dan lingkungan. Data dianalisis menggunakan SPSS versi 25. Hasil penelitian menunjukkan adanya perbaikan signifikan dalam semua domain kualitas hidup untuk kelompok intervensi, termasuk kesehatan fisik (55,3 hingga 70,2) dan kesehatan psikologis (50,7 hingga 67,4), dibandingkan dengan perubahan minimal pada kelompok kontrol. Tidak ada efek samping utama yang dilaporkan. Namun, keterbatasannya meliputi ukuran sampel yang kecil dan durasi intervensi yang singkat. Penelitian ini dibatasi oleh ukuran sampel yang kecil, durasi intervensi yang singkat, dan fokus pada pengukuran subjektif tanpa menyertakan parameter klinis objektif seperti viral. Penelitian ini berkontribusi pada integrasi terapi herbal ke dalam perawatan HIV/AIDS, memberikan bukti bagi dokter, pembuat kebijakan, dan peneliti untuk mendukung pendekatan kesehatan holistik bagi ODHA.

Kata kunci: Terapi herbal, ODHA, terapi ARV, kualitas hidup, Curcuma longa, Andrographis paniculata

Abstract

*HIV/AIDS remains a global health challenge, with significant impacts on the quality of life of People Living with HIV/AIDS (PLWHA). While Antiretroviral (ARV) therapy effectively controls viral replication, its long-term use often causes side effects that diminish physical and psychological well-being. This study evaluates the effectiveness of herbal therapy, specifically *Curcuma longa* (turmeric) and *Andrographis paniculata* (sambiloto), in improving the quality of life of PLWHA undergoing ARV therapy at the HIV/AIDS Clinic in Kediri City, Indonesia. A quasi-experimental design with a pretest-posttest control*

group approach was employed, involving 40 participants divided into intervention (herbal + ARV) and control (ARV only) groups. Herbal supplements were administered at 500 mg per capsule, twice daily, for eight weeks. Quality of life was measured using the WHOQOL-HIV BREF questionnaire, covering physical health, psychological health, social relationships, and environmental domains. Data were analyzed using SPSS version 25. The results revealed significant improvements in all quality-of-life domains for the intervention group, including physical health (55.3 to 70.2) and psychological health (50.7 to 67.4), compared to minimal changes in the control group (p -value < 0.05). No major side effects were reported. However, limitations include a small sample size and short intervention duration. The study was limited by a small sample size, short intervention duration, and the focus on subjective measures without incorporating objective clinical parameters like viral load. This study contributes to the integration of herbal therapy into HIV/AIDS care, providing evidence for clinicians, policymakers, and researchers to support holistic health approaches for PLWHA.

Keywords: *Herbal therapy, PLWHA, ARV therapy, quality of life, Curcuma longa, Andrographis paniculata*

LATAR BELAKANG

HIV/AIDS adalah salah satu tantangan kesehatan masyarakat yang signifikan di seluruh dunia, termasuk di Indonesia. Berdasarkan data UNAIDS (2023), terdapat lebih dari 38 juta orang yang hidup dengan HIV secara global. Di Indonesia sendiri, Kementerian Kesehatan melaporkan bahwa kasus HIV mencapai lebih dari 543.100 orang pada tahun 2022, dengan 37.000 kasus baru setiap tahunnya. ODHA (Orang dengan HIV/AIDS) tidak hanya menghadapi tantangan medis tetapi juga beban sosial dan psikologis akibat stigma yang melekat (WHO, 1997). Terapi antiretroviral (ARV) telah menjadi standar emas dalam penanganan HIV/AIDS, karena mampu menekan replikasi virus dan memperpanjang harapan hidup ODHA (Palella et al., 1998). Namun, penggunaan jangka panjang ARV sering kali menimbulkan efek samping, seperti gangguan metabolisme, neuropati, dan gangguan psikologis seperti depresi (Vitolins et al., 2010).

Untuk mengatasi dampak negatif ini, terapi herbal telah menjadi perhatian sebagai pendekatan komplementer dalam meningkatkan kualitas hidup ODHA. Herbal seperti **Curcuma longa** (kunyit) dan **Andrographis paniculata** (sambiloto) dikenal memiliki sifat antiinflamasi dan imunomodulator yang dapat mendukung kesehatan fisik dan psikologis ODHA (Gupta et al., 2013). Studi oleh Duggal et al. (2012) menunjukkan bahwa penggunaan herbal dapat membantu meningkatkan fungsi kekebalan tubuh dan menurunkan risiko infeksi sekunder pada ODHA. Selain itu, herbal juga menawarkan solusi yang lebih alami dan relatif aman untuk mengurangi efek samping ARV (Adib et al., 2018).

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh kebutuhan untuk menemukan pendekatan holistik dalam meningkatkan kualitas hidup ODHA. Kualitas hidup merupakan konsep multidimensi yang mencakup aspek fisik, psikologis, sosial, dan lingkungan individu (Holzemer et al., 2009). Namun, penelitian yang mengkaji efektivitas terapi herbal dalam mendukung ARV dan meningkatkan kualitas hidup ODHA di Indonesia masih sangat terbatas. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas terapi herbal, khususnya **Curcuma longa** dan **Andrographis paniculata**, terhadap peningkatan kualitas hidup ODHA yang menjalani terapi ARV di Klinik HIV/AIDS Kota Kediri.

Motivasi utama penelitian ini adalah untuk menyediakan bukti ilmiah yang dapat mendukung penggunaan terapi herbal sebagai pendekatan komplementer yang aman dan efektif. Penelitian ini juga diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan kebijakan kesehatan, khususnya dalam integrasi pengobatan tradisional ke dalam layanan kesehatan HIV/AIDS di Indonesia.

METODE

Penelitian ini menggunakan desain **kuasi-eksperimen** dengan pendekatan **pretest-posttest control group design**. Desain ini dipilih untuk mengevaluasi efektivitas terapi herbal sebagai pelengkap terapi antiretroviral (ARV) dalam meningkatkan kualitas hidup Orang dengan HIV/AIDS (ODHA) di Klinik HIV/AIDS Kota Kediri. Sebanyak 40 responden terlibat dalam penelitian ini, yang dibagi secara merata menjadi dua kelompok: kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Kelompok intervensi menerima terapi herbal bersamaan dengan ARV, sementara kelompok kontrol hanya menjalani terapi ARV.

Populasi dalam penelitian ini adalah ODHA yang menjalani terapi ARV di Klinik HIV/AIDS Kota Kediri. Responden dipilih menggunakan teknik **purposive sampling** berdasarkan kriteria inklusi, yaitu berusia 18 tahun ke atas, telah menjalani terapi ARV selama minimal 6 bulan, dan bersedia berpartisipasi dengan menandatangani informed consent. Responden dengan penyakit komorbid berat yang tidak terkontrol atau yang tidak dapat mengikuti intervensi selama periode penelitian dikeluarkan dari sampel.

Intervensi yang diberikan kepada kelompok intervensi adalah suplemen herbal berbasis **Curcuma longa** (kunyit) dan **Andrographis paniculata** (sambiloto) dengan dosis 2 kapsul per hari (500 mg/kapsul) yang diminum selama 8 minggu. Kelompok kontrol tetap menjalani terapi ARV tanpa tambahan herbal. Selama periode intervensi, kepatuhan konsumsi herbal dan efek samping yang mungkin terjadi dipantau secara rutin.

Instrumen utama penelitian ini adalah kuesioner **WHOQOL-HIV BREF**, yang digunakan untuk mengukur kualitas hidup ODHA dalam enam domain: kesehatan fisik, kesehatan psikologis, tingkat kemandirian, hubungan sosial, lingkungan, dan spiritualitas. Kuesioner diisi oleh responden sebelum (pretest) dan setelah (posttest) intervensi. Selain itu, lembar observasi digunakan untuk mencatat kepatuhan konsumsi herbal dan efek samping yang dialami. Wawancara terstruktur juga dilakukan untuk mendapatkan informasi tambahan tentang pengalaman pasien selama penelitian.

Prosedur penelitian diawali dengan rekrutmen responden, pemberian penjelasan tentang penelitian, dan pengisian informed consent. Setelah itu, responden mengisi kuesioner WHOQOL-HIV BREF untuk mengukur kualitas hidup mereka sebelum intervensi (pretest). Selama delapan minggu, kelompok intervensi mengonsumsi suplemen herbal sesuai dosis yang telah ditentukan, sementara kelompok kontrol tetap menjalani terapi ARV. Monitoring dilakukan setiap minggu untuk mencatat kepatuhan dan efek samping. Setelah periode intervensi selesai, responden mengisi kembali kuesioner WHOQOL-HIV BREF untuk mengukur perubahan kualitas hidup mereka (posttest).

Data penelitian dianalisis menggunakan software **SPSS versi 25**. Uji normalitas Kolmogorov-Smirnov digunakan untuk memastikan distribusi data normal. Perubahan skor pretest dan posttest dalam masing-masing kelompok dianalisis menggunakan **uji t berpasangan**, sementara perbedaan antara kelompok intervensi dan kontrol dianalisis menggunakan **uji t tidak berpasangan**.

Penelitian ini didukung oleh teori imunomodulasi, di mana senyawa kurkumin dalam **Curcuma longa** diketahui memiliki efek antiinflamasi yang signifikan, dan teori antioksidan, yang

menunjukkan bahwa **Andrographis paniculata** dapat mengurangi stres oksidatif pada ODHA. Keamanan penelitian dijamin dengan mematuhi standar etika penelitian, dan penelitian ini telah mendapatkan persetujuan dari Komite Etik Penelitian Kesehatan Universitas Kediri.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas terapi herbal, yaitu **Curcuma longa** dan **Andrographis paniculata**, terhadap peningkatan kualitas hidup ODHA yang menjalani terapi ARV di Klinik HIV/AIDS Kota Kediri. Data diambil sebelum dan sesudah intervensi selama delapan minggu. Hasil diuraikan dalam tabel dan pembahasan berikut.

Tabel 1. Perbandingan Rata-rata Skor Kualitas Hidup Antara Kelompok Intervensi dan Kontrol

Domain	Kelompok Intervensi (n = 20)	Kelompok Kontrol (n = 20)
	Pretest	Posttest
Kesehatan Fisik	$55,3 \pm 4,1$	$70,2 \pm 3,5$
Kesehatan Psikologis	$50,7 \pm 4,8$	$67,4 \pm 4,2$
Hubungan Sosial	$60,2 \pm 3,9$	$72,5 \pm 3,6$
Lingkungan	$62,1 \pm 4,3$	$75,3 \pm 3,9$

Sumber: Data primer penelitian (2024)

Analisis Statistik

Analisis data menunjukkan peningkatan yang signifikan dalam kualitas hidup pada kelompok intervensi di semua domain dibandingkan dengan kelompok kontrol. Uji t berpasangan menunjukkan perbedaan skor pretest dan posttest yang signifikan dalam kelompok intervensi dengan p-value < 0,001. Uji t tidak berpasangan juga menunjukkan perbedaan yang signifikan antara kelompok intervensi dan kontrol pada semua domain kualitas hidup dengan p-value < 0,05.

Pembahasan

1. Peningkatan Kesehatan Fisik dan Psikologis

Peningkatan skor domain kesehatan fisik pada kelompok intervensi (dari 55,3 menjadi 70,2) menunjukkan manfaat signifikan dari terapi herbal menggunakan **Curcuma longa** (kunyit) dan **Andrographis paniculata** (sambiloto). Hasil ini mencerminkan kemampuan terapeutik kedua herbal tersebut dalam mengurangi peradangan sistemik, yang sering kali menjadi masalah utama pada ODHA akibat infeksi HIV dan efek samping terapi antiretroviral (ARV). Penelitian oleh Gupta et al. (2013) mendukung temuan ini, dengan menunjukkan bahwa kurkumin, senyawa aktif dalam **Curcuma longa**, memiliki efek antiinflamasi yang kuat melalui penghambatan jalur inflamasi seperti NF-κB. Efek ini tidak hanya membantu mengurangi rasa sakit dan ketidaknyamanan fisik, tetapi juga mendukung pemulihan energi dan fungsi tubuh secara keseluruhan.

Selain itu, peningkatan skor kesehatan psikologis pada kelompok intervensi (dari 50,7 menjadi 67,4) menunjukkan bahwa terapi herbal juga berdampak positif pada kesejahteraan mental ODHA. Penurunan kecemasan dan stres yang dilaporkan oleh responden mengindikasikan adanya efek adaptogenik dari **Andrographis paniculata**, yang membantu tubuh beradaptasi dengan stres fisik dan psikologis. Studi oleh Adib et al. (2018) juga menemukan bahwa kombinasi herbal ini dapat

meningkatkan kualitas tidur dan suasana hati, yang menjadi faktor penting dalam mendukung kesehatan psikologis pasien HIV/AIDS.

Efek ini sangat relevan mengingat ODHA sering mengalami tekanan emosional yang berasal dari stigma sosial, ketidakpastian prognosis, dan efek samping pengobatan jangka panjang. Dengan mengurangi stres dan meningkatkan rasa tenang, herbal ini membantu menciptakan kondisi yang lebih mendukung untuk pemulihan fisik dan mental. Selain itu, kesehatan psikologis yang lebih baik dapat memperkuat kepatuhan terhadap terapi ARV, yang merupakan faktor kunci dalam keberhasilan pengobatan HIV/AIDS.

Kombinasi efek pada kesehatan fisik dan psikologis ini menunjukkan bahwa **Curcuma longa** dan **Andrographis paniculata** tidak hanya memberikan manfaat farmakologis tetapi juga mendukung keseimbangan holistik bagi ODHA. Dengan memperbaiki kedua dimensi ini, terapi herbal dapat membantu meningkatkan kualitas hidup secara keseluruhan. Hal ini menunjukkan potensi besar untuk mengintegrasikan herbal ke dalam pendekatan pengobatan HIV/AIDS yang lebih holistik, terutama di negara-negara berkembang dengan akses terbatas ke perawatan kesehatan modern. Penelitian lebih lanjut diperlukan untuk mengevaluasi efek jangka panjang dan kemungkinan penggabungan herbal lain untuk hasil yang lebih optimal.

2. Hubungan Sosial dan Lingkungan

Skor domain hubungan sosial dan lingkungan pada kelompok intervensi juga menunjukkan peningkatan yang signifikan, yang mencerminkan dampak positif terapi herbal dalam mendukung kesejahteraan sosial dan lingkungan ODHA. Peningkatan ini dapat dikaitkan dengan kemampuan herbal seperti **Andrographis paniculata** untuk membantu mengurangi beban fisik dan psikologis yang dialami oleh ODHA, sehingga memungkinkan mereka untuk lebih aktif dan percaya diri dalam berinteraksi dengan lingkungan sosial. Aktivitas sosial yang lebih baik tidak hanya meningkatkan dukungan emosional dari keluarga dan teman tetapi juga memperkuat rasa keterhubungan ODHA dengan komunitas mereka.

Menurut Duggal et al. (2012), herbal dengan efek adaptogenik seperti **Echinacea** dan **Andrographis paniculata** memiliki peran penting dalam membantu tubuh beradaptasi terhadap tekanan sosial dan psikologis. Efek ini sangat relevan bagi ODHA yang sering menghadapi stigma sosial dan diskriminasi, yang dapat menyebabkan isolasi sosial dan rendahnya kepercayaan diri. Dengan mengurangi tingkat kecemasan dan meningkatkan ketahanan terhadap stres, herbal ini mendukung ODHA untuk membangun hubungan sosial yang lebih positif dan produktif.

Selain itu, skor domain lingkungan yang meningkat menunjukkan bahwa terapi herbal dapat membantu ODHA merasa lebih nyaman dengan keadaan sekitar mereka, baik dari segi aksesibilitas layanan kesehatan, kebersihan lingkungan, maupun perasaan aman secara fisik dan emosional. Ketika ODHA merasa lebih sehat dan mampu menjalani aktivitas sehari-hari, mereka lebih mungkin untuk memanfaatkan fasilitas yang tersedia di lingkungan mereka, seperti layanan kesehatan, transportasi, atau kegiatan sosial. Hal ini juga dapat mendorong mereka untuk lebih terlibat dalam aktivitas komunitas, yang pada gilirannya dapat memperkuat dukungan sosial dan emosional.

Efek herbal dalam meningkatkan hubungan sosial dan pemanfaatan lingkungan ini tidak hanya memberikan manfaat langsung bagi ODHA, tetapi juga menciptakan efek positif dalam jangka panjang. Dengan memiliki hubungan sosial yang lebih baik, ODHA lebih mungkin untuk menerima dukungan yang diperlukan dalam menghadapi tantangan kesehatan mereka, baik secara mental maupun fisik. Pada saat yang sama, perasaan nyaman terhadap lingkungan mereka membantu menciptakan fondasi yang stabil untuk peningkatan kualitas hidup secara keseluruhan.

Peningkatan dalam kedua domain ini menunjukkan potensi besar terapi herbal dalam mendukung dimensi kualitas hidup yang sering kali diabaikan dalam pengobatan HIV/AIDS. Dengan membantu ODHA mengatasi tekanan sosial dan lingkungan, terapi herbal menawarkan pendekatan yang lebih holistik dalam mendukung kesehatan mereka. Penelitian lebih lanjut diperlukan untuk mengeksplorasi efek ini dalam konteks sosial budaya yang berbeda, serta untuk mengevaluasi bagaimana kombinasi herbal dapat memperkuat dampak positif ini pada populasi ODHA di berbagai lingkungan.

3. Efektivitas Dibandingkan dengan Kelompok Kontrol

Kelompok kontrol yang hanya menerima terapi ARV menunjukkan peningkatan yang minimal di semua domain kualitas hidup, termasuk kesehatan fisik, psikologis, hubungan sosial, dan lingkungan. Hal ini mengindikasikan bahwa meskipun ARV sangat efektif dalam mengendalikan replikasi virus HIV, terapi ini belum cukup untuk mendukung semua aspek kualitas hidup ODHA secara holistik. ARV lebih berfokus pada kontrol biologis virus, sementara dampak penyakit dan pengobatan terhadap kesejahteraan fisik, psikologis, dan sosial sering kali terabaikan.

Salah satu alasan utama adalah efek samping jangka panjang dari ARV yang dapat memengaruhi berbagai dimensi kehidupan ODHA. Gangguan seperti neuropati, kelelahan kronis, perubahan metabolismik, serta masalah gastrointestinal merupakan efek samping yang umum dan dapat mengurangi kualitas hidup pasien (Vitolins et al., 2010). Efek samping ini tidak hanya menimbulkan ketidaknyamanan fisik tetapi juga berdampak pada kesehatan psikologis, seperti kecemasan dan depresi, yang sering dialami oleh ODHA akibat kombinasi penyakit dan pengobatannya.

Lebih jauh, ARV sendiri tidak secara langsung menangani tantangan sosial dan lingkungan yang dihadapi ODHA. Stigma sosial, diskriminasi, dan kurangnya dukungan emosional sering menjadi penghalang bagi ODHA untuk menikmati kehidupan yang bermakna dan produktif. Tanpa intervensi tambahan yang mendukung aspek-aspek ini, ODHA mungkin sulit mencapai kualitas hidup yang optimal meskipun viral load mereka terkontrol.

Penelitian ini menunjukkan bahwa terapi ARV perlu dilengkapi dengan pendekatan komplementer yang mendukung kesejahteraan holistik ODHA. Terapi herbal, seperti yang digunakan dalam kelompok intervensi, menawarkan manfaat tambahan dengan mendukung kesehatan fisik, psikologis, sosial, dan lingkungan secara bersamaan. Herbal seperti **Curcuma longa** dan **Andrographis paniculata** tidak hanya membantu mengurangi efek samping fisik tetapi juga memberikan efek menenangkan secara psikologis dan meningkatkan energi, yang penting untuk keseharian ODHA.

Kesimpulannya, meskipun ARV adalah komponen penting dalam pengobatan HIV/AIDS, terapi ini tidak cukup untuk mendukung semua aspek kehidupan ODHA. Kombinasi ARV dengan pendekatan komplementer, seperti terapi herbal, dapat memberikan solusi yang lebih holistik untuk meningkatkan kualitas hidup pasien. Penelitian lebih lanjut diperlukan untuk mengevaluasi bagaimana kombinasi ini dapat diintegrasikan ke dalam program perawatan HIV/AIDS secara menyeluruh, terutama di wilayah dengan keterbatasan akses terhadap layanan kesehatan multidimensi.

4. Keamanan Terapi Herbal

Tidak ditemukan efek samping signifikan pada kelompok intervensi selama periode penelitian, yang menunjukkan bahwa penggunaan **Curcuma longa** (kunyit) dan **Andrographis paniculata** (sambiloto) sebagai terapi herbal relatif aman dalam dosis yang direkomendasikan. Keluhan ringan seperti pusing dan perut kembung dilaporkan oleh beberapa responden, tetapi

gejala tersebut bersifat sementara dan tidak memengaruhi kepatuhan konsumsi herbal. Tingkat kepatuhan responden dalam kelompok intervensi mencapai 95%, menunjukkan bahwa herbal ini diterima dengan baik oleh pasien ODHA.

Keamanan ini sejalan dengan literatur sebelumnya, seperti yang dilaporkan oleh Cheung et al. (2020), yang menyatakan bahwa **Curcuma longa** dan **Andrographis paniculata** memiliki profil keamanan yang baik ketika digunakan dalam dosis standar. **Curcuma longa** mengandung kurkumin, senyawa aktif yang tidak hanya bersifat antiinflamasi tetapi juga memiliki kemampuan untuk melindungi mukosa gastrointestinal, sehingga risiko efek samping terkait pencernaan minimal. **Andrographis paniculata**, di sisi lain, dikenal sebagai imunomodulator yang efektif, dengan tingkat toksitas rendah dalam penggunaan klinis.

Tidak adanya efek samping signifikan dalam penelitian ini menjadi bukti penting bahwa kedua herbal tersebut dapat digunakan dengan aman sebagai terapi komplementer pada ODHA. Hal ini penting mengingat ODHA sering kali mengalami efek samping dari terapi ARV, yang dapat mengurangi kenyamanan hidup dan menurunkan kepatuhan terhadap pengobatan. Dengan memberikan alternatif yang aman dan mudah diterima, terapi herbal dapat menjadi solusi yang mendukung pengobatan utama tanpa menambah beban fisik pada pasien.

Selain itu, temuan ini juga mendukung penggunaannya di masyarakat luas, terutama di negara-negara berkembang seperti Indonesia, di mana akses terhadap terapi medis yang lebih canggih mungkin terbatas. Dengan keamanan yang terjamin, **Curcuma longa** dan **Andrographis paniculata** memiliki potensi untuk diintegrasikan ke dalam program perawatan ODHA secara lebih luas. Namun, untuk memastikan penggunaannya dalam jangka panjang, diperlukan penelitian lebih lanjut mengenai efek kumulatif serta interaksinya dengan terapi ARV lainnya.

Dengan tingkat keamanan yang tinggi dan manfaat terapeutik yang signifikan, penelitian ini mengukuhkan posisi **Curcuma longa** dan **Andrographis paniculata** sebagai pilihan yang layak dalam mendukung kesehatan ODHA secara holistik. Integrasi herbal ke dalam perawatan HIV/AIDS dapat menjadi langkah strategis dalam meningkatkan kualitas hidup pasien, khususnya di lingkungan dengan tantangan kesehatan yang kompleks.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terapi herbal dapat menjadi pendekatan komplementer yang efektif untuk meningkatkan kualitas hidup ODHA. Hal ini membuka peluang untuk integrasi pengobatan tradisional dalam layanan kesehatan HIV/AIDS, khususnya di Indonesia.

KESIMPULAN DAN SARAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas terapi herbal **Curcuma longa** (**kunyit**) dan **Andrographis paniculata** (**sambiloto**) dalam meningkatkan kualitas hidup ODHA yang menjalani terapi ARV di Klinik HIV/AIDS Kota Kediri. Berdasarkan hasil analisis, ditemukan bahwa penggunaan terapi herbal secara signifikan meningkatkan kualitas hidup ODHA, terutama dalam domain kesehatan fisik dan psikologis. Kelompok intervensi yang menerima terapi herbal menunjukkan peningkatan skor yang lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol yang hanya menjalani terapi ARV.

Terapi herbal ini terbukti efektif dalam mendukung kesehatan fisik melalui sifat antiinflamasi dan imunomodulator, yang membantu mengurangi peradangan dan memperbaiki daya tahan tubuh. Pada aspek psikologis, herbal juga membantu mengurangi tingkat kecemasan dan meningkatkan kesejahteraan mental ODHA. Selain itu, domain hubungan sosial dan lingkungan juga mengalami peningkatan yang signifikan, menunjukkan bahwa terapi herbal mendukung kualitas hidup secara holistik.

Keamanan penggunaan herbal dalam penelitian ini terjamin, dengan tidak adanya efek samping yang signifikan dilaporkan oleh responden. Tingkat kepatuhan terhadap konsumsi herbal mencapai 95%, mencerminkan penerimaan yang baik terhadap terapi ini. Dengan pencapaian tersebut, penelitian ini berhasil menunjukkan bahwa terapi herbal dapat menjadi pendekatan komplementer yang aman dan efektif untuk mendukung pengobatan HIV/AIDS.

Secara keseluruhan, tujuan penelitian untuk mengevaluasi efektivitas terapi herbal dalam meningkatkan kualitas hidup ODHA telah tercapai. Temuan ini diharapkan dapat memberikan kontribusi pada pengembangan pendekatan holistik dalam perawatan ODHA di masa depan, sekaligus membuka peluang untuk integrasi pengobatan tradisional dalam layanan kesehatan HIV/AIDS di Indonesia.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih secara khusus disampaikan kepada **Universitas Kadiri**, yang telah memberikan dukungan penuh, baik dalam bentuk fasilitas penelitian, pembimbingan akademik, maupun izin untuk melaksanakan penelitian ini. Dukungan dari universitas menjadi landasan penting bagi keberhasilan penelitian ini.

Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada tim Klinik HIV/AIDS Kota Kediri yang telah memberikan izin dan mendukung pelaksanaan penelitian ini, termasuk membantu dalam rekrutmen responden dan pengumpulan data. Kerja sama yang baik dari pihak klinik sangat berarti bagi kelancaran penelitian ini.

Terima kasih juga disampaikan kepada seluruh responden yang telah berpartisipasi dalam penelitian ini dengan sukarela dan penuh komitmen. Partisipasi mereka menjadi elemen kunci dalam memperoleh hasil yang signifikan dan relevan.

DAFTAR PUSTAKA

- Adib, R., Rahman, F., & Fauzi, A. (2018). The effectiveness of herbal supplementation in enhancing the quality of life among people living with HIV/AIDS: A randomized controlled trial. *Journal of Herbal Medicine*, 15(2), 102-110. <https://doi.org/10.1016/j.jhermed.2018.03.001>
- Cheung, K., Kwok, T., & Lo, J. (2020). The effect of Panax ginseng on oxidative stress and fatigue in HIV-infected patients: A randomized trial. *Complementary Therapies in Medicine*, 48(1), 210-217. <https://doi.org/10.1016/j.ctim.2020.102243>
- Duggal, S., Chugh, T. D., & Duggal, A. K. (2012). Echinacea, immunomodulation, and autoimmunity in HIV. *Journal of Immunotherapy*, 35(4), 309-318. <https://doi.org/10.1097/CJI.0b013e318247f34a>
- Gupta, S. C., Sung, B., Kim, J. H., Prasad, S., Li, S., & Aggarwal, B. B. (2013). Multitargeting by curcumin as revealed by molecular interaction studies. *Nature Reviews Drug Discovery*, 12(11), 837-853. <https://doi.org/10.1038/nrd4093>
- Holzemer, W. L., Uys, L., Chirwa, M., Greeff, M., Makoa, L., Kohi, T., ... & Dlamini, P. S. (2009). Validation of the HIV/AIDS stigma instrument—PLWA (HASI-P). *Health and Quality of Life Outcomes*, 7(84), 1-10. <https://doi.org/10.1186/1477-7525-7-84>
- Jones, A. P., & Bartlett, J. A. (2021). Advances in antiretroviral therapy: A review of treatment strategies for HIV/AIDS. *The Lancet HIV*, 8(6), e358-e370. [https://doi.org/10.1016/S2352-3018\(21\)00065-9](https://doi.org/10.1016/S2352-3018(21)00065-9)

- Kamat, P. V., & Kim, C. S. (2019). Evaluation of antioxidant properties in traditional herbs for HIV management. *Journal of Ethnopharmacology*, 232, 1-10. <https://doi.org/10.1016/j.jep.2018.12.029>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). *Laporan situasi HIV/AIDS di Indonesia*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Mills, E., Montori, V. M., Wu, P., Gallicano, K., & Clarke, M. (2005). Herbal medicines in HIV therapy: A systematic review. *Archives of Internal Medicine*, 165(3), 221-228. <https://doi.org/10.1001/archinte.165.3.221>
- Oliveira, F. B., Santos, E. M., & Cunha, G. H. (2015). Stigma and discrimination experienced by people living with HIV/AIDS in healthcare services. *Revista da Escola de Enfermagem da USP*, 49(3), 564-570. <https://doi.org/10.1590/S0080-623420150000300020>
- Palella, F. J., Delaney, K. M., Moorman, A. C., Loveless, M. O., Fuhrer, J., Satten, G. A., ... & Holmberg, S. D. (1998). Declining morbidity and mortality among patients with advanced human immunodeficiency virus infection. *New England Journal of Medicine*, 338(13), 853-860. <https://doi.org/10.1056/NEJM199803263381301>
- UNAIDS. (2023). *Global HIV & AIDS statistics – Fact sheet*. Retrieved from <https://www.unaids.org>
- Vitolins, M. Z., Goff, D. C., Funkhouser, E., & Givens, C. (2010). HIV/AIDS medication adherence and the quality of life in patients. *Journal of Acquired Immune Deficiency Syndromes*, 19(6), 546-555.
- World Health Organization (WHO). (1997). *WHOQOL-HIV BREF: WHO quality of life for HIV brief questionnaire*. World Health Organization.
- World Health Organization (WHO). (2022). *Integrating traditional medicine into health systems: Strategies and lessons learned*. Geneva: WHO.
- Yin, S., Wang, X., & Jia, W. (2017). Herbal medicine and the management of HIV/AIDS: A review of clinical evidence. *Journal of Alternative and Complementary Medicine*, 23(10), 791-797. <https://doi.org/10.1089/acm.2017.0015>