



## **Efektifitas Temulawak dalam Meningkatkan Nafsu Makan pada Anak Usia *Toddler* di Posyandu Cemara Desa Patianrowo Kec. Patianrowo Kab. Nganjuk Jawa timur**

**Septi Dewi Aisyah\*, Siti Aizah, Susi Ernawati**  
Prodi Keperawatan, Universitas Nisantara PGRI Kediri  
\*Email korespondensi: septidewi2609@gmail.com

Diterima: 2 November 2022

Dipresentasikan: 12 November 2022

Disetujui terbit: 20 Desember 2022

### **ABSTRAK**

Penurunan nafsu makan terjadi pada anak usia toddler dan prasekolah. Penyebab dari penurunan nafsu makan seringkali dikaitkan dengan faktor internal seperti terjangkitnya anak dengan infeksi cacing. Sedangkan factor eksternal yang menyebabkan penurunan nafsu makan pada anak seperti bentuk yang tidak menarik, kesalahan orang tua dalam menyajikan variasi makanan, atau karena anak sudah mulai aktif dengan bermain seperti anak usia Toddler 1 – 3 tahun. Jenis penelitian kuantitatif dengan rancangan menggunakan desain Pre-Experimental menggunakan *pretest dan posttest study*. Subyek dalam penelitian ini anakyang di beri temulawak untuk meningkatkan nafsu makan anak sebanyak 10 anak usia toddler. Teknik pengambilan data menggunakan instrument lembar checklist. Penelitian selama 14 hari dan di akhiri dengan evaluasi nafsu makan. Hasil penelitian ini menunjukkan terdapat korelasi antara pemberian temulawak dengan peningkatan nafsu makan di buktikan dengan nilai hasil uji wilcoxon (Asymp. Sig.(2-tailed) = 0,002 maka H1 diterima (0,002 < 0,05 )artinya pemberian temulawak efektif dalam meningkatkan nafsu makan anak. Temulawak mengandung kurkuminoid dan minyak atsiri yang membantu kinerja empedu dan pankreas sehingga penyerapan makanan didalam usus lebih baik. Adanya peningkatan kerja dari empedu dan pankreas akan meningkatkan proses pencernaan makanan. Temulawak memiliki efek diuretik, penghilang nyeri sendi, meningkatkan nafsu makan. Diharapkan dapat menjadi inovasi bagi orang tua dirumah untuk memberikan temulawak sebagai alternatif agar nafsu makan pada anak meningkat.

**Kata kunci:** Temulawak, nafsu makan, toddler

### **PENDAHULUAN**

Penurunan nafsu makan terjadi pada anak usia toddler dan prasekolah. Penyebab dari penurunan nafsu makan seringkali dikaitkan dengan faktor internal seperti terjangkitnya anak dengan infeksi cacing. Sedangkan faktor eksternal yang menyebabkan penurunan nafsu makan pada anak seperti bentuk yang tidak menarik, kesalahan orangtua dalam menyajikan variasi makanan, atau karena anak sudah mulai aktif dengan bermain seperti anak usia Toddler 1 – 3 tahun (Marni & Ambarwati 2015). Kesulitan makan pada anak memberikan dampak yang kurang baik pada anak. Dampak tersebut tidak saja pada kesehatan, melainkan juga berdampak pada aktivitas sehari-hari dan juga tumbuh kembang anak. Dampak kesulitan makan tersebut antara lain adalah malnutrisi (Damanik, 2018).

*United Nations International Children's Emergency Fund (UNICEF)* dalam Linawati & Setiawati (2021) pada tahun 2015 memperkirakan sekitar 870 juta orang dari 7,1 miliar penduduk dunia menderita gizi buruk. Menurut *World Health Organization (WHO)* pada tahun 2013 terdapat 99 juta anak dibawah usia 5 tahun menderita gizi kurang di dunia diantaranya 67% terdapat di Asia dan 29% di Afrika serta terdapat kematian 6,34 juta anak usia dibawah 5 tahun atau hampir 17 ribu kematian setiap harinya akibat penyakit infeksi dan status gizi (WHO,2014 dalam Nurul, 2018).



Gizi kurang merupakan salah satu masalah gizi utama pada balita di Indonesia. Dari data SSGBI tahun 2019 persentase balita *Underweight* (gizi kurang) sebesar 16,29%, *stunting* sebesar 27,67%, *wasting* (kurus) sebesar 7,44% (Balitbangkes Kemenkes RI, 2020).

Berdasarkan data Bulan Timbang Agustus Tahun 2020 persentase balita *under weight* (BB/U) sebesar 9,8%, persentase balita *stunting* (TB/U) sebesar 12,4% dan persentase balita *wasting* sebesar 8,0% (Profil Kesehatan Provinsi Jawa Timur, 2021). Berdasarkan data SSGBI Kabupaten Nganjuk tahun 2020 balita gizi kurang (BB/U) sebesar 12,3%, balita *stunting* (TB/U) sebesar 11,7%, Balita Kurus (BB/TB) sebesar 9% (Profil Kesehatan Provinsi Jawa timur). Survei awal yang dilakukan oleh peneliti 10 Maret 2022 di Posyandu Cemara Desa Patianrowo Kec. Patianrowo Kab. Nganjuk dari 30 balita terdapat 10 yang mengalami penurunan nafsu makan.

Kesulitan makan pada anak memberikan dampak yang kurang baik pada anak. Dampak tersebut tidak saja pada kesehatan, melainkan juga berdampak pada aktivitas sehari-hari dan juga tumbuh kembang anak. Dampak kesulitan makan tersebut antara lain adalah malnutrisi (Damanik, 2018). Menurut Rohmasari (2013), faktor-faktor yang mempengaruhi sulit makan pada balita yaitu faktor nafsu, faktor psikologis anak, faktor kondisi fisik anak, faktor perilaku pemberian makan.

Temulawak mengandung kurkuminoid dan minyak atsiri yang membantu kinerja empedu dan pankreas sehingga penyerapan makanan di dalam usus lebih baik. Adanya peningkatan kerja dari empedu dan pankreas akan meningkatkan proses pencernaan makanan. Temulawak memiliki efek diuretik, penghilang nyeri sendi, meningkatkan nafsu makan (Gendrowati, 2018; Hidayat & Napitupulu, 2015)

Berdasarkan hal tersebut, maka tujuan penelitian adalah mengetahui efektifitas temulawak dalam meningkatkan nafsu makan pada anak usia *toddler* di Posyandu Cemara Desa Patianrowo Kec. Patianrowo Kab. Nganjuk.

## METODE

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan rancangan menggunakan desain *Pre-Experimental*. Penelitian dilakukan selama 2 minggu pada tanggal 6 - 20 juni 2022. Sampel dalam penelitian ini adalah 10 anak usia *toddler*, pengumpulan data diambil dari orang tua anak dengan menggunakan lembar checklist yang diserahkan oleh peneliti kemudian peneliti meminta orang tua untuk mengisi dengan jujur terkait pemberian temulawak dan peningkatan nafsu makan anak. Analisa data menggunakan uji wilcoxon. Dengan kriteria pengambilan keputusan sebagai berikut: jika P value < 0,05 berarti H1 diterima ada efektifitas temulawak dalam meningkatkan nafsu makan, jika P value > 0,05 berarti H0 diterima artinya temulawak tidak ada efektifitas dalam meningkatkan nafsu makan.

## HASIL DAN PEMBAHSAN

**Tabel 1. Nafsu makan sebelum diberikan temulawak**

No	Porsi setiap makan sebelum perlakuan	Jumlah	Presentase
1.	Habis	0	0 %
2.	Tidak habis	10	100 %
	Jumlah	10	100 %

Tabel 1 menunjukkan bahwa anak usia *toddler* sebelum diberi temulawak porsi setiap kali makan yang tidak habis yaitu sebanyak 100%.

**Tabel 2. Porsi makan setelah diberikan temulawak**

No	Porsi makan sesudah perlakuan	Jumlah	Presentase
1.	Habis	10	100 %
2.	Tidak habis	0	0 %
	jumlah	10	100 %

Tabel 2 menunjukkan bahwa balita sesudah diberikan temulawak porsi setiap kali makan yang habis yaitu sebanyak 100%.

**Tabel 3. Hasil Wilcoxon Signed Ranks Test Ranks**

	N	Mean Rank	Sumof Ranks
Porsi_makan_sesudah	Negative ranks 0 <sup>a</sup>	.00	.00
Porsi_makan_sebelum	Positif ranks 10 <sup>b</sup>	5.50	55.00
	Ties 0 <sup>c</sup>		
	Total 10		

1. Porsi\_makan\_sesudah < porsi\_makan\_sebelum

2. Porsi\_makan\_sesudah > porsi\_makan\_sebelum

3. Porsi\_makan\_sesudah = porsi\_makan\_sebelum

Test statistics<sup>a</sup>

Porsi\_makan\_sesudah\_porsi\_makan\_sebelum

Z -3.162<sup>b</sup>  
Asymp.Sig.(2-tailed) .002

Wilcoxon Signed Ranks Test

a. Based on Negative Ranks.

Terdapat korelasi antara pemberian temulawak dengan peningkatan nafsumakan di buktikan dengan nilai hasil uji wilcoxon (Asymp. Sig. (2-tailed) = 0,002 maka H1 diterima (0,002 < 0,05 ) artinya pemberian temulawak efektif dalam meningkatkan nafsu makan anak.

Sebelum pemberian temulawak anggota balita Posyandu Cemara Desa Patianrowo Kec.Patianrowo, Kab.Nganjuk Jawa Timur menunjukkan bahwa 10 responden mengalami penurunan nafsu makan.

Anak usia di bawah lima tahun sering mengalami penurunan nafsu makan, yang mengakibatkan berkurangnya asupan nutrisi sehingga berat badan menurun atau kurang dari usiannya. Nafsu makan yang menurun sering kali dikaitkan dengan faktor internal seperti terjangkitnya anak dengan infeksi cacing (Ambarismanu, 2020). Sedangkan factor eksternal yang menyebabkan penurunan nafsu makan pada anak seperti bentuk yang tidak menarik, kesalahan orang tua dalam menyajikan variasi makanan atau karena anak sudah mulai aktif dengan bermain seperti anak usia toddler (1-3) tahun (Ambarismanu,2020).

Berdasarkan hasil penelitian diatas terdapat 10 responden yang mengalami penurunan nafsu makan. Hal ini dikarenakan penyebab penurunan nafsu makansesuai hasil wawancara nafsu makan. Hal ini dikarenakan penyebab penurunan nafsu makansesuai hasil wawancara dengan orang tua yaitu anak sudah mulai aktif bermain, bosan dengan makanan yang diberikan dan penyajian makanan yang kurang menarik juga menjadi salah satu pemicu anak sulit makan. Hal ini sesuai dengan faktor penyebab yang mempengaruhi nafsu makan dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Ambarismanu, 2020.

Pemenuhan kebutuhan nutrisi pada anak usia toddler akan semakin meningkat. Menu yang diberikan kepada anak, sebaiknya lebih bervariasi untuk mencegah kebosanan pada anak karena nafsu makan anak sering kali berubah dan anak bias mengalami sukar makan. Makanan diberikan dalam bentuk biasa atau nasi lunak dan perlu diperhatikan dalam pemberian konsumsi sayuran bagi balita. Pemilihan jenis bahan makanan seperti sumber karbohidrat, protein hewani yang tidak menimbulkan alergi, pemilihan jenis sayur dan buah disesuaikan dengan keadaan balita dan mudah dicerna.

Setelah diberi temulawak didapatkan 10 responden semuanya nafsu makan meningkat dilihat dari porsi setiap kali makan di habiskan. Temulawak di berikan 2 kali sehari selama 14 hari, temulawak mengandung zat kurkumin dan kurkuminoid (Batubara & Prastya, 2020). Kurkumin memiliki efek farmakologi sebagai anti hepatoksik (mencegah penyakit liver), antioksidan, dan mengurangi tingkat kerusakan hati serta berfungsi sebagai detoksifikasi. Kurkumin dan kurkuminoid juga berfungsi sebagai kemopreventif (pencegahan) dan kuratif (penyembuhan) dalam melawan bibit kanker (Prayudo & Novian, 2018). Selain itu, temulawak memiliki efekdiuretik, penghilang nyeri sendi, meningkatkan nafsu makan (Gendrowati, 2018; Hidayat, & Napitupulu, 2015).

Pemberian temulawak efektif dalam meningkatkan nafsu makan anak usia toddler diPosyandu Cemara Desa Patianrowo Kec.Patianrowo, Kab.Nganjuk Jawa Timur. Terdapat korelasi antara pemberian temulawak dengan nafsu makan anak berdasarkan hasil uji wilcoxon (P value = 0,005, maka H1 diterima) artinya pemberian temulawak efektif dalam meningkatkan nafsu makan anak usia toodler di Posyandu Desa Patianrowo Kec.Patianrowo, Kab.Nganjuk Jawa Timur.

Efek peningkatan nafsu makan oleh minyak atsiri temulawak (Curcumaxanthorrhiza Roxb.) dimungkinkan karena sifat koleretiknya, koleretik disebut juga senyawa untuk meningkatkan sekresi empedu yang mengandung asam empedu dan konjugatnya. Asam empedu (koleretik) telah dikenal sangat penting dalam penyerapan lemak makanan dan katabolisme kolestrol (Handayani dkk.,2022).

## KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa pemberian temulawak efektif dalam meningkatkan nafsu makan anak usia *toddler*.

## DAFTAR RUJUKAN

- Balitbangkes kemenkes RI. 2020. Studi Status Gizi Balita Terintergrasi Susenas 2019.
- Batubara, I. & Prastya, M.E. (2020). Potensi Tanaman Rempah dan Obat Tradisional Indonesia Sebagai Sumber Bahan Pangan Fungsional. In Seminar Nasional Lahan Suboptimal. [https://www.researchgate.net/publication/347487667\\_Potensi\\_Tanaman\\_Rempah\\_dan\\_Obat\\_Tradisional\\_Indonesia\\_sebagai\\_Sumber\\_Bahan\\_Pangan\\_Fungsional](https://www.researchgate.net/publication/347487667_Potensi_Tanaman_Rempah_dan_Obat_Tradisional_Indonesia_sebagai_Sumber_Bahan_Pangan_Fungsional)
- Damanik, E.S.D, 2018. *Hubungan Pola Asuh OrangTua Dengan Kesulitan Makan Pada Anak Usia 3-5 Tahun Di Desa Sukaraya Kecamatan Pancur Batu Tahun 2018*. <http://repo.poltekkesmedan.ac.id/xmlui/bitstream/handle/123456789/658/P07524414013%20ELPERA%20SISKA%20DEARNI%20DAMANIK.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Gendrowati, W. (2018). *Tanaman Ajaib*. Jakarta Timur: Pustaka Makmur <https://opac.perpusnas.go.id/DetailOpac.aspx?id=1332240>



- Handayani, E. Trisnawati, W. dan Sukamwati 2022. Formulasi Susu Murni Dengan Infusa Temulawak (*Curcuma xanthorrhiza* Roxb.) Sebagai Penambah Nafsu Makan. *Parapemikir: Jurnal Ilmiah Farmasi*, 11 (1): 49 – 54.  
[https://ejournal.poltektegal.ac.id/index.php/parapemikir/article/view/2711/pdf\\_75](https://ejournal.poltektegal.ac.id/index.php/parapemikir/article/view/2711/pdf_75)
- Mega Ayu Ambar Ismanu.2020. Gambaran Swamedikasi Tentang Pemanfaatan Tanaman Herbal Sebagai Penambah Nafsu Makan Anak Pada Ibu Rumah Tangga Di Desa Trayeman Kecamatan Slawi.  
<https://perpustakaan.poltektegal.ac.id/index.php?p=fstream-pdf&fid=24984&bid=4209639>
- Linawati, N. dan Setiawati, 2021. Efektivitas pemberian temulawak dan madu terhadap peningkatan berat badan anak dengan status gizi kurang. *HJK: Holistik Jurnal Kesehatan*, 15 9 (2): 197 – 202.  
<http://ejournalmalahayati.ac.id/index.php/holistik/article/view/1666>
- Marni dan Ambarwati, M. 2015. Khasiat Jamu Cekok Terhadap Peningkatan Berat Badan Pada anak. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 11 (1): 102 – 111.  
<https://journal.unnes.ac.id/nju/index.php/kemas/article/view/3522/3575>
- Nurul H.A. 2018. *Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Gizi Buruk Dan Gizi Kurang Pada Balita Di wilayah Kerja UPTD Puskesmas Kebong Kabupaten Sintang*.  
<http://repository.unmuhpnk.ac.id/707/1/SKRIPSI%20NURUL%20141510760.pdf>
- Prayudo, A.N.,& Novian, O. 2018. Koefisien transfer massa kurkumin dari temulawak. *Jurnal Ilmiah Widya Teknik*
- Rohmasari, A. 2013. *Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Sulit Makan Pada Balita diKelurahan Tonatan, Kecamatan Ponorogo, Kabupaten Ponorogo*. Skripsi thesis. Universitas Muhammadiyah Ponorogo.