

**ORIGINAL RESEARCH**

# PENGARUH PEMBERIAN KENCUR DAN MADU TERHADAP NAFSU MAKAN ANAK 6-12 TAHUN DI PKM RAWAT INAP

Fik'ron Fadillah<sup>1\*</sup>, Diah Sulastrri<sup>2</sup>, Richta Puspita Haryanti<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup>Universitas Mitra Indonesia

\*Corresponding author:  
Universitas Mitra Indonesia  
Email: [fikron2404@gmail.com](mailto:fikron2404@gmail.com)

## Abstract

The problem of difficulty eating and decreased appetite in children is complex and the causes need to be examined. Eating difficulties in children are caused by three factors, namely loss of appetite, disturbance of the process of eating in the mouth and psychological influences. The purpose of this study was to determine the effect of giving kencur and honey on the appetite of children aged 6-12 years at the Sidomulyo Public Health Center, South Lampung Regency in 2023. This type of quantitative research uses quasi-experimental methods and a one group pretest posttest research design. The sample in this study amounted to 23 respondents. The statistical test used in this study is the dependent t test. The results showed that the average appetite of children before being given grated kencur and honey at the Sidomulyo Public Health Center, South Lampung, was 2.13 with a standard deviation of 0.694. The average appetite of children after being given grated kencur and honey at the Sidomulyo Public Health Center, South Lampung, is 3.26 with a standard deviation of 0.619. There is an effect of giving kencur and honey on the appetite of children aged 6-12 years at the Sidomulyo Public Health Center in South Lampung Regency in 2023, with statistical test results obtained  $p$ -value = 0.001.

**Keywords:** Kencur; Honey; Appetite; Children

## Abstrak

Masalah sulit makan dan penurunan nafsu makan pada anak sifatnya kompleks dan perlu dicermati faktor penyebabnya. Kesulitan makan pada anak disebabkan oleh tiga faktor yaitu hilang nafsu makan, gangguan proses makan di mulut dan pengaruh psikologis. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pemberian kencur dan madu terhadap nafsu makan anak usia 6 – 12 tahun di Puskesmas Rawat Inap Sidomulyo Kabupaten Lampung Selatan Tahun 2023. Jenis penelitian kuantitatif dengan metode quasi eksperimental serta desain penelitian *one group pretest posttest design*. Sampel pada penelitian ini berjumlah 23 responden. Uji statistik yang digunakan pada penelitian ini yaitu uji t dependen. Hasil penelitian didapatkan rata-rata nafsu makan anak sebelum diberikan parutan kencur dan madu di Puskesmas Rawat Inap Sidomulyo Lampung Selatan yaitu sebesar 2,13 dengan standar deviasi 0,694. Rata-rata nafsu makan anak sesudah diberikan parutan kencur dan madu di Puskesmas Rawat Inap Sidomulyo Lampung Selatan yaitu sebesar 3,26 dengan standar deviasi 0,619. Ada pengaruh pemberian kencur dan madu terhadap nafsu makan anak usia 6 – 12 tahun di Puskesmas Rawat Inap Sidomulyo Kabupaten Lampung Selatan Tahun 2023, dengan hasil uji statistik didapatkan nilai  $p$ -value = 0,001.

**Kata Kunci** : Kencur; Madu; Nafsu Makan; Anak - Anak

## **PENDAHULUAN**

Pertumbuhan dan perkembangan anak yang optimal membutuhkan persiapan sejak dini. Salah satu unsur penting dalam proses pertumbuhan dan perkembangan anak bahkan sejak dalam kandungan adalah nutrisi. Karbohidrat, protein, lemak, mineral, vitamin dan air merupakan nutrisi yang dibutuhkan anak untuk tumbuh kembangnya. Peningkatan status gizi untuk menciptakan sumber daya manusia yang berkualitas harusnya dimulai sedini mungkin, salah satunya dimulai sejak anak usia sekolah dasar (Pahlevi, 2012). Anak usia sekolah dasar merupakan anak-anak yang masih berusia rata-rata antara 6-12 tahun dimana anak usia ini masih bergantung dengan orang tua. Anak-anak ini merupakan golongan yang memerlukan perhatian lebih dalam konsumsi makanan. Anak usia sekolah dasar memiliki pertumbuhan yang sangat cepat dan aktif sehingga diperlukan zat gizi yang seimbang untuk menunjang perkembangan dan pertumbuhan anak. Pemberian makanan yang bergizi, seimbang dan beraneka ragam jenis akan memenuhi kebutuhan gizi anak (Harjatmo, 2017).

Anak usia Sekolah Dasar (6-12 tahun) mempunyai karakteristik banyak melakukan aktivitas jasmani. Oleh karena itu, pada masa ini anak membutuhkan energi tinggi untuk menunjang aktivitasnya. Energi dalam tubuh dapat timbul karena adanya pembakaran karbohidrat, protein dan lemak, karena itu agar energi tercukupi perlu pemasukan makanan memiliki nilai gizi yang tinggi. Pola makan yang sehat dibutuhkan anak-anak untuk mendapatkan gizi yang seimbang. Keseimbangan gizi yang didapat melalui pola makan yang sehat akan berpengaruh positif terhadap kesehatan serta tumbuh kembang anak (Anggaraini, 2013).

Berdasarkan data dari Puskesmas Sidomulyo Lampung Selatan, status gizi menjadi salah satu permasalahan di wilayah kerja Puskesmas Sidomulyo. Adapun 3 penyakit terbanyak antara lain hipertensi,

diabetes mellitus dan ISPA. Permasalahan status gizi pada anak menempati urutan ke 8 dengan angka kejadian anak dengan status kurus sebesar 1,43%, sangat kurus sebesar 0,86%. Sedangkan prevalensi gemuk sebesar 1,73% dan prevalensi obesitas sebesar 0,79% (Laporan Bulanan Puskesmas Sidomulyo, 2023).

Status gizi adalah status kesehatan yang dihasilkan oleh keseimbangan antara kebutuhan dan masukan nutrient. Anak dengan gizi kurang yaitu keadaan tidak sehat (patologik) yang timbul karena tidak cukup makan dan konsumsi energi kurang selama jangka waktu tertentu. Berat badan yang menurun adalah tanda utama dari gizi kurang. Status gizi kurang dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor antara lain faktor langsung dan tidak langsung. Faktor langsung terdiri dari asupan makan dan penyakit infeksi. Faktor selanjutnya adalah faktor secara tidak langsung terdiri dari ketahanan pangan keluarga, kesehatan lingkungan, dan pola asuh orang tua termasuk praktik dalam pemberian makan. Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi status gizi adalah asupan (Suhartatik, 2022).

Gizi kurang secara langsung disebabkan oleh konsumsi makanan yang tidak seimbang. Yang mana zat gizi di dalam makanan yang dikonsumsi tersebut tidak cukup atau tidak mampu memenuhi kebutuhan tubuh yang seharusnya. Sehingga mempengaruhi daya tahan tubuh menjadi lemah, dengan keadaan tersebut akan memudahkan munculnya penyakit infeksi seperti diare, demam dan lain sebagainya kemudian mempengaruhi nafsu makan menjadi turun dan akhirnya dapat menderita kurang gizi (Suhartatik, 2022).

Penurunan nafsu makan pada anak adalah menolak untuk makan, dari sejak tidak mau membuka mulutnya, tidak mengunyah, atau tidak menelan makanan atau minuman dengan jenis dan jumlah yang sesuai dengan usianya. Ini sudah menjadi kebiasaan pada masyarakat pada umumnya yang sudah menjadi rutinitas dan sangat mewabah, kebiasaan yang kurang tepat seperti ini akan sangat berpengaruh pada status gizi dan

perkembangan pada anak. Masalah penurunan nafsu makan terjadi pada anak usia prasekolah, penyebab dari penurunan nafsu makan atau sulit makan adalah faktor fisik yaitu anak menderita suatu penyakit dan faktor psikis yaitu anak yang bosan dengan makanan yang dimakan. Faktor ini berkaitan dengan perkembangannya dimana usia prasekolah mengalami masa peralihan bentuk makanan dari lunak ke makanan biasa (Saputri, 2015).

Upaya yang sering dilakukan orang tua untuk mengatasi kesulitan makan pada anak yaitu dengan pemberian suplemen vitamin makanan dan penambah nafsu makan. Madu merupakan salah satu suplemen yang sering digunakan oleh masyarakat sebagai suplemen tambahan untuk menjaga stamina tubuh. Madu banyak sekali mengandung zat gizi yang bermanfaat bagi proses metabolisme. Salah satu fungsi madu adalah dapat meningkatkan nafsu makan (Siregar dkk, 2011).

Madu bermanfaat bagi kesehatan karena mengandung antibiotik alami, antiinflamasi, dan antioksidan. Madu dapat diberikan kepada anak karena aman dan efektif menurunkan frekuensi batuk dan meningkatkan kualitas tidur anak, pengobatan dengan madu efektif untuk batuk dan tidur anak (Rokhaidah dkk, 2016).

Tanaman kencur merupakan tanaman herbal yang banyak digunakan sebagai bahan baku obat tradisional (ramuan), fitogarmaka, industri kosmetik, penyedap makanan dan minuman, serta bahan rempah. Secara empiris, kencur berkhasiat sebagai penambah nafsu makan, mencegah infeksi bakteri, obat batuk, disentri, tonikum, ekspektoran, masuk angin, dan sakit perut, kencur juga berkhasiat sebagai antiinflamasi (Puspitasari, 2019).

Salah satu manfaat kencur yang sangat populer adalah menambah nafsu makan. rempah ini sangat cocok dikonsumsi oleh anak-anak yang memiliki beberapa masalah dengan nafsu makan. Rempah sederhana yang biasa digunakan sebagai penambah nafsu makan adalah

kencur. Berdasarkan beberapa hasil penelitian konsumsi kencur secara rutin mampu meningkatkan nafsu makan dan stamina tubuh (Sujatmiko, 2022).

Berdasarkan prasarvei yang dilakukan dilakukan peneliti di Puskesmas Rawat Inap Sidomulyo Lampung Selatan didapatkan informasi jumlah anak usia sekolah yang berobat dengan keluhan berbagai keluhan selama bulan Januari – Maret 2023 berjumlah 142 anak. Peneliti telah melakukan wawancara dengan 8 orang anak beserta orang tuanya ketika berobat, terlihat bahwa 5 anak (62,5%) memiliki berat badan tidak sesuai dengan umur, dan 3 anak (37,5%) tinggi badan tidak sesuai dengan umur. Para orang tua mengatakan bahwa anak – anaknya susah sekali ketika diminta untuk makan, terkadang mereka tidak menghabiskan makanan yang telah disiapkan. Pola makan anak juga tidak teratur ketika makan, sering menunda nunda makan.

Berdasarkan uraian di atas, penulis tertarik melakukan penelitian tentang pengaruh pemberian kencur dan madu terhadap nafsu makan anak usia 6 – 12 tahun di Puskesmas Rawat Inap Sidomulyo Kabupaten Lampung Selatan.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan rancangan quasi eksperimen dengan menggunakan rancangan *one group pretest posttest*. Rancangan ini merupakan rancangan dengan tidak ada kelompok pembanding (kontrol), tetapi paling tidak sudah dilakukan observasi pertama (*pretest*) yang memungkinkan menguji perubahan-perubahan yang terjadi setelah adanya eksperimen (program) (Notoatmodjo, 2018).

Waktu penelitian dilaksanakan pada tanggal 26 Juni - 14 Juli 2023 dan tempat penelitian dilakukan di Puskesmas Rawat Inap Sidomulyo Kabupaten Lampung Selatan. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh anak usia sekolah 6 – 12 tahun di Puskesmas Rawat Inap Sidomulyo Kabupaten Lampung Selatan. Berdasarkan data rekam medik 3 bulan terakhir, jumlah anak sebanyak 142 anak. Jenis penelitian ini merupakan

penelitian eksperimental, maka sampel penelitian ini adalah 20 orang. Untuk menghindari sampel *drop out* maka peneliti menambahkan 10% ( $f= 0,1$ ) dari jumlah sampel, sehingga sampel yang digunakan menjadi 23 responden.

Pada analisis statistik sebelumnya dilakukan uji normalitas, setelah dilakukan uji normalitas, didapatkan hasil berdistribusi normal, sehingga peneliti menggunakan uji statistik *independen t test* dengan derajat kesalahan ( $\alpha$ ) yang digunakan dalam penelitian ini sebesar 0,05, peneliti menggunakan derajat kesalahan 5% atau 0,05 disebabkan karena penelitian ini bersifat sosial dan bukan jenis penelitian yang menerapkan tingkat ketelitian yang tinggi, sebab tidak didukung dengan peralatan yang modern dan canggih (Notoatmodjo, 2014).

## HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan Tabel 1 terlihat bahwa sebagian besar responden berusia 10 - 12 tahun yaitu sebanyak 14 orang (60,9%) dan sebagian besar responden berjenis kelamin laki – laki yaitu sebanyak 12 orang (52,2%).

**Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden di Puskesmas Rawat Inap Sidomulyo Lampung Selatan**

Karakteristik Responden	Frekuensi	Persentase
Usia		
a. Usia 6-9 Tahun	9	39.1
b. Usia 10-12 Tahun	14	60.9
Jenis Kelamin		
a. Laki – Laki	12	52.2
b. Perempuan	11	47.8

Berdasarkan Tabel 2 terlihat bahwa rata-rata nafsu makan anak sebelum diberikan parutan kencur dan madu di Puskesmas Rawat Inap Sidomulyo Lampung Selatan yaitu sebesar 2,13 dengan standar deviasi 0,694. Nafsu makan anak minimal adalah 1 dan nafsu makan anak maksimal 3.

**Tabel 2 Distribusi Frekuensi Nafsu Makan Anak Sebelum Diberikan Parutan Kencur dan Madu**

Nafsu Makan Anak	N	Mean	SD	Min	Max
Sebelum Diberikan					
Parutan Kencur dan Madu	23	2,13	),694	1	3

Berdasarkan Tabel 3 terlihat bahwa rata-rata nafsu makan anak sesudah diberikan parutan kencur dan madu di Puskesmas Rawat Inap Sidomulyo Lampung Selatan yaitu sebesar 3,26 dengan standar deviasi 0,619. Nafsu makan anak minimal adalah 2 dan nafsu makan anak maksimal 5.

**Tabel 3 Distribusi Frekuensi Nafsu Makan Anak Sesudah Diberikan Parutan Kencur dan Madu**

Nafsu Makan Anak	N	Mean	SD	Min	Max
Sesudah Diberikan					
Parutan Kencur dan Madu	23	3,26	),619	2	5

Hasil uji normalitas menggunakan uji *Shapiro-Wilk* karena jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 23 responden (<50 orang). Hasil uji normalitas didapatkan *p-value* 0.446 dan 0,91 (*p-value*>0,05) sehingga distribusi data dinyatakan terdistribusi normal. Dengan demikian, maka salah satu syarat dari uji *independen sampel t test* dapat terpenuhi.

Berdasarkan hasil pengolahan data pengaruh pemberian kencur dan madu terhadap nafsu makan anak usia 6 – 12 tahun di Puskesmas Rawat Inap Sidomulyo Kabupaten Lampung Selatan Tahun 2023 dapat dilihat pada Tabel 4.

**Tabel 4. Pengaruh Pemberian Kencur dan Madu Terhadap Nafsu Makan Anak Usia 6 – 12 Tahun Di Puskesmas Rawat Inap Sidomulyo Kabupaten Lampung Selatan Tahun 2023**

Nafsu Makan Anak	N	Mean	SD	<i>p-value</i>
Sebelum Diberikan Parutan Kencur dan Madu	23	2,13	0,694	0,001
Sesudah Diberikan Parutan Kencur dan Madu	23	3,26	0,619	

Berdasarkan Tabel 4 terlihat ada pengaruh pemberian kencur dan madu terhadap nafsu makan anak usia sekolah usia 6 – 12 tahun. Rata-rata nafsu makan anak sebelum diberikan parutan kencur dan madu yaitu sebesar 2,13 dengan standar deviasi 0,694, sedangkan rata-rata nafsu makan anak sesudah diberikan parutan kencur dan madu yaitu sebesar 3,26 dengan standar deviasi 0,619.

Hasil uji statistik didapatkan nilai *p-value* = 0,001 ( $\alpha = 0,05$ ), berarti *p-value* = 0,001 <  $\alpha = 0,05$ , ada perbedaan rata-rata nafsu makan anak antara sebelum dan sesudah diberikan parutan kencur dan madu. Rata-rata nafsu makan anak sesudah diberikan parutan kencur dan madu tampak lebih besar dibandingkan dengan rata-rata nafsu makan anak sebelum diberikan parutan kencur dan madu. Hal ini menunjukkan ada pengaruh pemberian kencur dan madu terhadap nafsu makan anak usia 6 – 12 tahun di Puskesmas Rawat Inap Sidomulyo Kabupaten Lampung Selatan Tahun 2023.

Berdasarkan Tabel 2 terlihat bahwa rata-rata nafsu makan anak sebelum diberikan parutan kencur dan madu di Puskesmas Rawat Inap Sidomulyo Lampung Selatan yaitu sebesar 2,13 dengan standar deviasi 0,694. Nafsu makan anak minimal adalah 1 dan nafsu makan anak maksimal 3. Penurunan nafsu makan pada anak adalah menolak untuk makan, dari sejak tidak mau membuka mulutnya, tidak mengunyah, atau tidak menelan makanan atau minuman dengan jenis dan

jumlah yang sesuai dengan usianya. Ini sudah menjadi kebiasaan pada masyarakat pada umumnya yang sudah menjadi rutinitas dan sangat mewabah, kebiasaan yang kurang tepat seperti ini akan sangat berpengaruh pada status gizi dan perkembangan pada anak. Masalah penurunan nafsu makan terjadi pada anak usia prasekolah, penyebab dari penurunan nafsu makan atau sulit makan adalah faktor fisik yaitu anak menderita suatu penyakit dan faktor psikis yaitu anak yang bosan dengan makanan yang dimakan. Faktor ini berkaitan dengan perkembangannya dimana usia prasekolah mengalami masa peralihan bentuk makanan dari lunak ke makanan biasa (Saputri, 2015).

Upaya yang sering dilakukan orang tua untuk mengatasi kesulitan makan pada anak yaitu dengan pemberian suplemen vitamin makanan dan penambah nafsu makan. Madu merupakan salah satu suplemen yang sering digunakan oleh masyarakat sebagai suplemen tambahan untuk menjaga stamina tubuh. Madu banyak sekali mengandung zat gizi yang bermanfaat bagi proses metabolisme. Salah satu fungsi madu adalah dapat meningkatkan nafsu makan (Siregar dkk, 2011).

Penelitian Purba (2021) tentang pengaruh konsumsi madu terhadap pola makan anak usia *toddler* di Wilayah Kerja Puskesmas Jati Karya Kota Binjai Tahun 2021. Hasil penelitian diperoleh bahwa terlihat perbedaan nilai *mean* pola makan anak usia *toddler* sebelum dan sesudah sebesar 0,35. Hasil uji statistik didapatkan nilai *P-value* = 0,002. Berdasarkan hasil di atas dimana nilai *sig* = 0,002 (< 0,05) maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh signifikan antara konsumsi madu terhadap nafsu makan anak usia *toddler* di Wilayah Kerja Puskesmas Jati Karya Kota Binjai Tahun 2021 sebelum dan sesudah pemberian madu.

Berdasarkan uraian pembahasan di atas, peneliti berpendapat bahwa nafsu makan pada anak maupun orang dewasa dapat disebabkan oleh berbagai hal, antara lain adalah stres, tegang, efek samping obat, rasa dan tampilan makanan yang tidak menarik, atau adanya

kondisi medis tertentu. Cara mengatasinya tentu harus disesuaikan dengan penyebabnya. Secara umum nafsu makan anak akan meningkat ketika menu makanannya sesuai dengan yang diinginkan. Akan tetapi peran orang tua juga sangat mempengaruhi nafsu makan anak, jadi orang tua harus bisa membuat suasana hati anak menjadi senang ketika makan.

Berdasarkan Tabel 3 terlihat bahwa rata-rata nafsu makan anak sesudah diberikan parutan kencur dan madu di Puskesmas Rawat Inap Sidomulyo Lampung Selatan yaitu sebesar 3,26 dengan standar deviasi 0,619. Nafsu makan anak minimal adalah 2 dan nafsu makan anak maksimal 5. Penyebab dari penurunan nafsu makan atau sulit makan adalah faktor fisik yaitu anak menderita suatu penyakit dan faktor psikis yaitu anak yang bosan dengan makanan yang dimakan. Faktor ini berkaitan dengan perkembangannya dimana usia prasekolah mengalami masa peralihan bentuk makanan dari lunak ke makanan biasa (Saputri, 2015). Salah satu upaya meningkatkan nafsu makan anak dengan memberikan suplemen penambah nafsu makan yang alami seperti temulawak, kencur, madu, jahe dan lain sebagainya.

Madu bermanfaat bagi kesehatan karena mengandung antibiotik alami, antiinflamasi, dan antioksidan. Madu dapat diberikan kepada anak karena aman dan efektif menurunkan frekuensi batuk dan meningkatkan kualitas tidur anak, pengobatan dengan madu efektif untuk batuk dan tidur anak (Rokhaidah dkk, 2016).

Tanaman kencur merupakan tanaman herbal yang banyak digunakan sebagai bahan baku obat tradisional (ramuan), fitogarmaka, industri kosmetik, penyedap makanan dan minuman, serta bahan rempah. Secara empiris, kencur berkhasiat sebagai penambah nafsu makan, mencegah infeksi bakteri, obat batuk, disentri, tonikum, ekspektoran, masuk angin, dan sakit perut, kencur juga berkhasiat sebagai antiinflamasi (Puspitasari, 2019).

Sejalan dengan penelitian Wahisah (2018) tentang Efektifitas Kencur Madu Dan Jahe Madu Terhadap Nafsu Makan Pada Penderita ISPA Balita 1-2 Tahun Di Desa Tirto Kecamatan Grabag. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kencur madu efektif untuk mengatasi nafsu makan pada balita ISPA dengan  $p$  value  $0,000 < 0,05$ . Kencur madu efektif untuk meningkatkan nafsu makan pada balita ISPA dengan mean 9,00 lebih besar dibandingkan jahe madu dengan mean 8.85. Kesimpulan: kencur madu dan jahe madu efektif meningkatkan nafsu makan pada balita ISPA. Terapi kencur madu lebih efektif dalam meningkatkan nafsu makan pada balita ISPA dibandingkan dengan jahe madu.

Berdasarkan uraian pembahasan di atas, maka peneliti berpendapat bahwa salah satu manfaat kencur yang sangat populer adalah menambah nafsu makan. Rempah ini sangat cocok dikonsumsi oleh anak-anak yang memiliki beberapa masalah dengan nafsu makan. Rempah sederhana yang biasa digunakan sebagai penambah nafsu makan adalah kencur. Berdasarkan beberapa hasil penelitian konsumsi kencur secara rutin mampu meningkatkan nafsu makan dan stamina tubuh.

Hasil uji statistik didapatkan nilai  $p$ -value = 0,001 ( $\alpha = 0,05$ ), berarti  $p$ -value = 0,001  $< \alpha = 0,05$ , ada perbedaan rata-rata nafsu makan anak antara sebelum dan sesudah diberikan parutan kencur dan madu. Rata-rata nafsu makan anak sesudah diberikan parutan kencur dan madu tampak lebih besar dibandingkan dengan rata-rata nafsu makan anak sebelum diberikan parutan kencur dan madu. Hal ini menunjukkan ada pengaruh pemberian kencur dan madu terhadap nafsu makan anak usia 6 – 12 tahun di Puskesmas Rawat Inap Sidomulyo Kabupaten Lampung Selatan.

Status gizi adalah status kesehatan yang dihasilkan oleh keseimbangan antara kebutuhan dan masukan nutrient. Anak dengan gizi kurang yaitu keadaan tidak sehat (patologik) yang timbul karena tidak cukup makan dan konsumsi energi kurang selama jangka

waktu tertentu. Berat badan yang menurun adalah tanda utama dari gizi kurang. Status gizi kurang dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor antara lain faktor langsung dan tidak langsung. Faktor langsung terdiri dari asupan makan dan penyakit infeksi. Faktor selanjutnya adalah faktor secara tidak langsung terdiri dari ketahanan pangan keluarga, kesehatan lingkungan, dan pola asuh orang tua termasuk praktik dalam pemberian makan. Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi status gizi adalah asupan (Suhartatik, 2022).

Gizi kurang secara langsung disebabkan oleh konsumsi makanan yang tidak seimbang. Yang mana zat gizi di dalam makanan yang dikonsumsi tersebut tidak cukup atau tidak mampu memenuhi kebutuhan tubuh yang seharusnya sehingga mempengaruhi daya tahan tubuh menjadi lemah, dengan keadaan tersebut akan memudahkan munculnya penyakit infeksi seperti diare, demam dan lain sebagainya kemudian mempengaruhi nafsu makan menjadi turun dan akhirnya dapat menderita kurang gizi (Suhartatik, 2022).

Upaya yang sering dilakukan orang tua untuk mengatasi kesulitan makan pada anak yaitu dengan pemberian suplemen vitamin makanan dan penambah nafsu makan. Madu merupakan salah satu suplemen yang sering digunakan oleh masyarakat sebagai suplemen tambahan untuk menjaga stamina tubuh. Madu banyak sekali mengandung zat gizi yang bermanfaat bagi proses metabolisme. Salah satu fungsi madu adalah dapat meningkatkan nafsu makan (Siregar dkk, 2011).

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Afif (2019) tentang pengaruh pemberian cekokan kencur dan madu terhadap peningkatan nafsu makan pada anak usia balita 2-3 tahun. Penelitian ini menggunakan *Uji Chi Square*. Populasi penelitian 25 anak balita usia 2-3 tahun dan saample 11 anak dengan teknik *Simple Random Sampling*. Setelah data terkumpul dengan menggunakan kuesioner selanjutnya di analisa. Hasil penelitian menunjukkan ada pengaruh metode pemberian cekokan kencur dan madu diketahui  $p\text{-sign}=0,017$  dimana nilai

seknifikan  $p<0,05$ . Metode pemberian cekokan kencur dan madu dapat meningkatkan nafsu makan pada anak hasil penelitian ini dasar untuk melakukan pemberian cekokan kencur dan madu pada untuk meningkatkan nafsu makan pada anak.

Berdasarkan uraian di atas, peneliti berpendapat bahwa pemberian parutan kencur dan madu terbukti mampu meningkatkan nafsu makan pada anak, hal ini dibuktikan dengan peningkatan nafsu makan anak setelah diberikan parutan kencur dan madu. Hal ini memberikan dampak yang baik bagi anak, karena anak pada masa pertumbuhan sangat memerlukan asupan nutrisi yang baik. Dengan nafsu makan yang meningkat, maka pemenuhan nutrisi pada anak akan tercapai. Pemenuhan kebutuhan nutrisi pada anak akan semakin meningkat dengan bertambahnya usia. Menu yang diberikan kepada anak, sebaiknya lebih bervariasi untuk mencegah kebosanan pada anak karena nafsu makan anak sering kali berubah dan anak bisa 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.

Parutan kencur yang diminum bersama campuran madu dan air putih hangat juga memiliki beragam manfaat bagi anak, seperti menambah imunitas anak. Dengan imunitas yang lebih optimal, tubuh anak akan lebih sehat dan tidak mudah mengalami gangguan kesehatan. Upayakan memberikan kencur yang disertai dengan asupan makanan bergizi lainnya agar anak selalu sehat dan dapat menjalani aktivitasnya dengan baik.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian di Puskesmas Sidomulyo Lampung Selatan didapatkan kesimpulan, yaitu sebagian besar responden berusia 10 - 12 tahun yaitu sebanyak 14 orang (60,9%) dan berjenis kelamin laki – laki yaitu sebanyak 12 orang (52,2%). Rata-rata

nafsu makan anak sebelum diberikan parutan kencur dan madu sebesar 2,13 dengan standar deviasi 0,694. Rata-rata nafsu makan anak sesudah diberikan parutan kencur dan madu sebesar 3,26 dengan standar deviasi 0,619. Ada pengaruh pemberian kencur dan madu terhadap nafsu makan anak usia 6 – 12 tahun di Puskesmas Rawat Inap Sidomulyo Kabupaten Lampung Selatan, dengan hasil uji statistik didapatkan nilai  $p$ -value = 0,001.

Adapun saran penelitian ini adalah hasil penelitian diharapkan sebagai masukan bagi pihak sekolah untuk dapat mengetahui seberapa besar status gizi yang diukur dari IMT yang dipengaruhi pemberian kencur dan madu karena berhubungan dengan tubuh kembang anak yang lebih optimal, dengan harapan anak – anak mendapatkan asupan nutrisi yang baik dan cukup.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Adji Suranto. (2008). Khasiat dan Manfaat Madu Herbal. Jakarta: PT. Agro Media Pustaka. Hal 19-92.
- Adji Suranto. (2007). Terapi Madu. Jakarta: Penebar Swadaya. Hal 26-40.
- Almatsier S. (2010). Prinsip Dasar Ilmu Gizi. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Anggraini, A.K. 2013. Hubungan Kejadian Obesitas pada Anak dengan Kebiasaan Mengonsumsi Makanan Siap Saji di SDIT Ulul Albab Bekasi. Jurnal Kesehatan.
- Departemen Gizi dan Kesehatan Masyarakat. (2014). Gizi dan Kesehatan Masyarakat. Jakarta: Rajawali Pers.
- Dinas Kesehatan Provinsi Lampung. (2019). Profil Kesehatan Provinsi Lampung Tahun 2018: Dinas Kesehatan Provinsi Lampung: Bandar Lampung.
- Fithra, Fillah Dieny. (2014). Permasalahan Gizi Pada Remaja Putri. Yogyakarta : Graha Ilmu.
- Harjatmo TP, Par'i HM, Wiyono S. (2017). Buku Ajar Penilaian Status Gizi. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Hastono, P. S. (2010). Analisa Data Kesehatan. Depok. FKM: UI.
- Istiany A dan Rusilanti. (2014). Gizi Terapan. Bandung: PT Remaja Rosdakarya Offset
- Kemenkes RI. (2018). Laporan Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Indonesia tahun 2018. Riset Kesehatan Dasar: Jakarta
- Nanik, Suhartatik. Dkk. (2022). Panduan Gizi Sehat Untuk Anak Usia Sekolah Dasar, Book Chapter. Solo: CV. Indotama Solo
- Notoatmodjo, Soekidjo. (2018). Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta
- Pahlevi AE. (2012). Determinan Status Gizi Pada Siswa Sekolah Dasar. Jurnal Kesehatan Masyarakat. ;2122-6
- Pintautami J, Susyanto BE (2011). Pengaruh Suplementasi Zink terhadap Nafsu Makan pada Anak. Mutiara Med 2011;11(3):144–9
- Puspitasari, E. et al. (2019) 'The Total Plate Count of Beras Kencur Herbal Medicine in Sub-district Market Tulungagung City 2018', Medical Laboratory Analysis and Sciences Journal, 1(2), p. 65–70.
- Rokhaidah & Nani. (2015). Madu menurunkan frekuensi batuk pada malam hari dan meningkatkan kualitas tidur balita pneumonia. Jurnal keperawatan Indonesia, 18 (3), 167-170.
- Siregar AS. Sipahutar HF, Aritonang EY. (2011). Gambaran Pengetahuan Gizi Ibu Hamil Trimester Pertama dan Pola Makan dalam pemenuhan Gizi di Wilayah Kerja Puskesmas Pasoburan Kecamatan Habinsara Kabupaten Toba Samosir. Jurnal Kesehatan Masyarakat [Online Jurnal] [diunduh 19 Agustus 2018]. Tersedia dari: <https://jurnal.usu.ac.id/index.php/gkre/article/view/9812/4290>.
- Sugiyono. (2019). Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Bandung: Alfabeta.
- Sulistyoningsih H. (2017). Gizi untuk Kesehatan Ibu dan Anak. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Supariasa IDM, Bakri B dan Fajar I. (2013). Penilaian Status Gizi (Edisi Revisi). Jakarta: EGC.
- Tim Penyusun, (2023). Laporan Bulanan Puskesmas Sidomulyo. Sidomulyo Lampung Selatan.
- Wido, R. (2008). Pemberian Makanan, Suplemen & Obat Pada Anak. Jakarta: EGC.