

DEMONSTRASI PEMBUATAN JAMU PENAMBAH NAFSU MAKAN PADA ANAK SEKOLAH DASAR KELAS V DAN VI SDN GEDUNG HARAPAN, LAMPUNG SELATAN

Syaadatun Nadiah, Refsya Azanti Putri, Dewi Damayanti Abdul Karim, Gayatri Simanullang, Mubarika Sekarsari Yusuf, Naura Nurnahari, Nisa Yulianti Suprahman

Program Studi Farmasi, Fakultas Sains, Institut Teknologi Sumatera, Lampung Selatan, Lampung
syaadatun.nadiah@fa.itera.ac.id

Abstract

A good appetite is a critical determinant of health among elementary school children, as it directly affects nutritional adequacy, physical growth, and cognitive development. However, reduced appetite remains a prevalent issue and may adversely impact children's overall health status. Therefore, a community service program was implemented at SDN Gedung Harapan, South Lampung, with the aim of introducing an appetite-enhancing herbal formulation derived from natural ingredients, namely Curcuma xanthorrhiza (temulawak), lemon, Phyllanthus niruri (meniran), lemongrass, and honey. The program comprised product optimization, preparation of educational materials, and interactive demonstrations involving fifth- and sixth-grade students. Program effectiveness was evaluated using pre-test and post-test assessments, which revealed a statistically significant improvement in students' knowledge regarding the benefits of herbal medicine ($p < 0.05$). These findings suggest that the program effectively enhanced students' awareness and practical skills in utilizing medicinal plants as a safe and healthy alternative to support appetite and overall well-being.

Keywords: Herbal Medicine (Jamu), Appetite Enhancer, Elementary School Children, South Lampung.

Abstrak

Nafsu makan yang baik sangat penting bagi kesehatan anak usia sekolah dasar karena berpengaruh pada kecukupan gizi, pertumbuhan, dan kecerdasan. Namun, rendahnya nafsu makan masih menjadi masalah yang sering dijumpai dan berisiko menurunkan kualitas kesehatan anak. Untuk itu, kegiatan pengabdian kepada masyarakat di SDN Gedung Harapan, Lampung Selatan dilakukan dengan memperkenalkan jamu penambah nafsu makan berbahan alami, yaitu temulawak, lemon, meniran, sereh, dan madu. Kegiatan meliputi optimasi produk, penyusunan materi, serta demonstrasi interaktif bersama siswa kelas 5 dan 6. Hasil evaluasi melalui pre-test dan post-test menunjukkan adanya peningkatan signifikan pemahaman siswa mengenai manfaat jamu ($p < 0,05$), sehingga kegiatan ini efektif meningkatkan kesadaran dan keterampilan anak dalam memanfaatkan tanaman obat sebagai alternatif sehat dan aman untuk mendukung nafsu makan serta kesehatan mereka.

Keywords: Jamu, Penambah Nafsu Makan, Sekolah Dasar, Lampung Selatan.

PENDAHULUAN

Kesehatan anak usia sekolah dasar merupakan faktor penting dalam mendukung pertumbuhan dan perkembangan yang optimal, baik secara fisik, mental, maupun akademik.

Salah satu permasalahan yang sering terjadi pada kelompok usia ini adalah rendahnya nafsu makan, yang berpotensi menyebabkan ketidakcukupan asupan gizi harian (Afriyani Rahmawati et al., 2020). Kondisi tersebut dapat berdampak tidak

hanya pada status kesehatan anak, tetapi juga pada kemampuan kognitif dan prestasi belajar (Lestari et al., 2016). Berbagai upaya telah dilakukan oleh orang tua dan pihak sekolah, seperti pemberian suplemen dan pengaturan pola makan, namun penggunaan produk sintetik sering menimbulkan kekhawatiran terkait efek samping. Oleh karena itu, diperlukan alternatif yang lebih aman, terjangkau, dan sesuai dengan kearifan lokal.

Indonesia, termasuk wilayah Lampung Selatan, memiliki kekayaan tanaman obat yang telah dimanfaatkan secara turun-temurun, salah satunya dalam bentuk jamu. Bahan alami seperti temulawak (*Curcuma xanthorrhiza*) (Puspita et al., 2025) dan madu (Nuryanti et al., 2024) diketahui memiliki potensi dalam meningkatkan nafsu makan dan menjaga kesehatan (Sholikhah, 2016). Namun, pengetahuan serta keterampilan masyarakat, khususnya anak sekolah dasar, dalam memanfaatkan dan mengolah tanaman obat masih terbatas. Berdasarkan hal tersebut, Program Studi Farmasi Institut Teknologi Sumatera melaksanakan kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa demonstrasi pembuatan jamu penambah nafsu makan bagi siswa kelas 5 dan 6 di SDN Gedung Harapan, Lampung Selatan. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman, menumbuhkan minat, serta melatih keterampilan anak dalam memanfaatkan tanaman obat sebagai alternatif sehat dalam kehidupan sehari-hari.

METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan di SDN Gedung Harapan, Lampung Selatan, dengan sasaran siswa kelas V dan VI menggunakan pendekatan edukatif-

partisipatif melalui penyuluhan dan demonstrasi, evaluasi. Instrumen yang digunakan berupa lembar kuisioner pre-test dan post-test.

1. Optimasi Pembuatan Jamu

Dilakukan ujia coba formulasi untuk memperoleh karakteristik fisik, seperti tingkat kekentalan, serta cita rasa jamu yang diinginkan. Proses optimasi tersebut dilakukan agar produk jamu yang dihasilkan memiliki kualitas organoleptik yang baik, meliputi tekstur, warna, dan rasa, sekaligus memenuhi komposisi gizi yang optimal (Putra et al., 2025).

2. Pembuatan Materi dan Persiapan Demonstrasi

Materi disusun secara sederhana dan komunikatif mencakup manfaat bahan, prosedur pembuatan, serta pentingnya tanaman obat. Media berupa leaflet dan presentasi visual, disertai persiapan alat dan bahan untuk demonstrasi (Puspita et al., 2025; Putra et al., 2025).

3. Pelaksanaan Pelatihan

Kegiatan diawali dengan pre-test dilanjutkan dengan penyuluhan interaktif dan demonstrasi pembuatan jamu dengan keterlibatan aktif peserta kegiatan. Tahapan ini bertujuan meningkatkan pemahaman dan keterampilan praktis siswa.

4. Evaluasi Pelatihan

Evaluasi dilakukan melalui perbandingan hasil pre-test dan post-test untuk menilai peningkatan pengetahuan dan keterampilan. Data dianalisis secara deskriptif.

5. Metode Pendekatan

Pendekatan diawali dengan identifikasi masalah rendahnya nafsu makan, kemudian diberikan solusi berbasis bahan alam lokal melalui edukasi dan pelatihan. Evaluasi dilakukan untuk menilai efektivitas program dalam meningkatkan

pengetahuan dan keterampilan peserta.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan kegiatan kepada Masyarakat (PkM) di SDN Gedung Harapan, Lampung Selatan berjalan sesuai dengan tahapan yang telah direncanakan, mulai dari perencanaan administratif hingga evaluasi kegiatan. Berdasarkan Tabel 2, seluruh rangkaian kegiatan berhasil dilaksanakan dengan baik. Tahapan awal optimasi jamu, diperoleh formulasi yang memiliki karakteristik organoleptik yang baik, meliputi rasa, aroma, dan penampilan. Hal ini penting karena penerimaan produk oleh anak sangat dipengaruhi oleh aspek sensori, terutama rasa dan aroma.

Pada tahap pelaksanaan kegiatan penyuluhan dan demonstrasi jamu diikuti oleh 30 siswa/i kelas V dan VI. Keterlibatan peserta secara aktif selama penyuluhan dan demonstrasi menunjukkan antusiasme yang tinggi. Metode demonstrasi interaktif terbukti dalam meningkatkan pemahaman karena peserta tidak hanya menerima materi secara pasif, tetapi juga terlibat langsung dalam proses pembuatan produk. Hal ini sejalan dengan pendekatan pembelajaran partisipatif yang menekan pengalaman langsung sebagai media transfer pengetahuan yang lebih efektif.



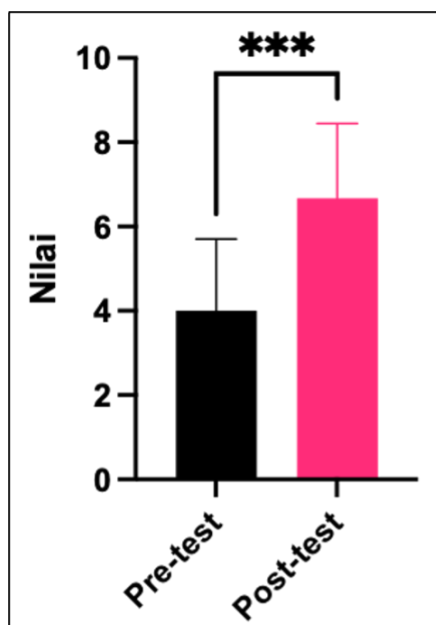
Gambar 1. Pelaksanaan Demonstrasi

Formulasi jamu penambah nafsu makan

yang diperkenalkan pada kegiatan ini menggunakan kombinasi bahan alam, yaitu temulawak (*Curcuma xanthorrhiza*) (Nuryanti et al., 2024) sebagai peningkat nafsu makan dan pelancar pencernaan, lemon (*Citrus limon*)(Sengupta et al., 2023) sebagai sumber vitamin C dan penyegar rasa, meniran (*Phyllanthus urinaria*) yang berkhasiat meningkatkan daya tahan tubuh, sereh (*Cymbopogon citratus*) (M Alamgir, 2018) yang memberikan aroma segar sekaligus mendukung fungsi pencernaan, serta madu sebagai pemanis alami sekaligus sumber energi. Kombinasi bahan tersebut diharapkan dapat memberikan efek sinergis dalam meningkatkan selera makan anak sekaligus menunjang kesehatan tubuh (Puspita et al., 2025; Putra et al., 2025).

Tabel 1. Pertanyaan Pre-test dan Post-Test

No	Pertanyaan
1	Definisi sirup herbal
2	Bahan dalam jamu yang berkhasiat meningkatkan daya tahan tubuh dan menambah nafsu makan
3	Kandungan vitamin dalam buah lemon yang merupakan salah satu bahan dalam jamu yang didemonstrasikan
4	Cara meminum sirup jamu yang didemonstrasikan
5	Tindakan yang dilakukan setelah semua bahan telah disiapkan



Gambar 2. Diagram Pre-Test dan Post-Test

Hasil evaluasi kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan peserta yang signifikan. Berdasarkan hasil pre-test dan post-test, diperoleh nilai $p < 0,05$ (Gambar 1) yang menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara sebelum dan setelah intervensi. Hal ini mengindikasikan bahwa kegiatan edukasi dan pelatihan yang diberikan efektif dalam meningkatkan pemahaman siswa terkait jamu penambah nafsu makan, termasuk definisi, bahan, kandungan, cara konsumsi, serta tahapan pembuatan.

Secara teoritis, peningkatan pengetahuan ini dapat dijelaskan melalui pendekatan *experimental learning*, dimana individu belajar lebih efektif melalui pengalaman langsung. Selain itu, penggunaan bahan alami seperti temulawak (*Curcuma xanthorrhiza*) dan meniran (*Phyllanthus urinaria*) yang memiliki manfaat dalam meningkatkan nafsu makan juga memberikan nilai edukatif tambahan terkait pemanfaatan tanaman obat keluarga (TOGA).

Selain peningkatan pengetahuan, kegiatan ini juga memberikan dampak pada aspek keterampilan dan sikap

peserta. Siswa menjadi lebih mengenal bahan alami di sekitar mereka serta memiliki keterampilan dasar dalam mengolah jamu sebagai alternatif sehat. Hal ini penting dalam membangun kesadaran sejak dini mengenai pentingnya pola hidup sehat dan pemanfaatan sumber daya lokal.

SIMPULAN

Kegiatan PkM ini berhasil mencapai target yang diharapkan, yaitu meningkatkan pengetahuan dan keterampilan siswa terkait jamu penambah nafsu makan. Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan signifikan ($p < 0,05$) antara pre-test dan post-test. Program ini efektif sebagai upaya edukasi dan pemanfaatan bahan alam lokal untuk mendukung kesehatan anak usia sekolah.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada Fakultas Farmasi, Institut Teknologi Sumatera dan mitra SDN Gedung Harapan dan

DAFTAR PUSTAKA

- Afriyani Rahmawati, Carolina Wurisetyaningrum Marland, Eka Putri Wahyuni, Husnul Aliffa Zulkarnaen, Meissy Okasari, Nasyafia Febri Alfani, & Rizky Lusiana. (2020). ANALISIS POLA MAKAN PADA ANAK USIA SEKOLAH. *JKKP (Jurnal Kesejahteraan Keluarga Dan Pendidikan)*, 7(01), 38–50. <https://doi.org/10.21009/jkkp.071.04>
- Lestari, N. S., Puspita, S., Puspita, H., Tinggi Ilmu Kesehatan Husada Jombang, S., Korespondensi, A., Jombang, K., & Timur, J.

- (2016). Hubungan Status Gizi Dengan Kecerdasan Anak Di Tk Dharma Wanita Desa Semampirejo Kec. Sambeng Kab. Lamongan. *Jurnal Keperawatan*, 9(2), 7–7. <https://e-journal.lppmdianhusada.ac.id/index.php/jk/article/view/83>
- M Alamgir, A. N. (2018). Biotechnology, In Vitro Production of Natural Bioactive Compounds, Herbal Preparation, and Disease Management (Treatment and Prevention). *Therapeutic Use of Medicinal Plants and Their Extracts: Volume 2 phytochemistry and Bioactive Compounds*, 74, 585–664. https://doi.org/10.1007/978-3-319-92387-1_7
- Nuryanti, E., Saptaningrum, E., Joni Siswanto, Adi Isworo, Sitepu, F. Y., & Noviyanti, L. A. (2024). The Effectiveness of Temulawak (Curcuma Xanthorrhiza) Plus Honey in Increasing Children Under Five Years' Body Weight. *South Eastern European Journal of Public Health*, 457–460. <https://doi.org/10.70135/SEEJP H.VI.1829>
- Putra, N., Fauziah, F., Dinni, D., Bakhtra, A., Wahyuni, R., Fadhila, M., Eriadi, A., & Zafrul, A. (2025). Pelatihan Pembuatan Minuman Temulawak-Madu untuk Membantu Meningkatkan Nafsu Makan Keluarga di Kelurahan Kurao Pagang. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bangsa*, 3(2), 342–348. <https://doi.org/10.59837/JPMBA.V3I2.2199>
- Puspita, I., Faulina, R., Yaroh, N. S., Tinggi, S., Kesehatan, I., & Nusantara, A. (2025). Pengaruh Konsumsi Temulawak Dan Madu Dalam Meningkatkan Nafsu Makan Pada Balita Di Desa Alai Selatan Wilayah Puskesmas Lembak Kabupaten Muara Enim Tahun 2025. Retrieved <http://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/ners>
- Puspita, I., Faulina, R., Yaroh, N. S., Tinggi, S., Kesehatan, I., & Nusantara, A. (2025). Pengaruh Konsumsi Temulawak Dan Madu Dalam Meningkatkan Nafsu Makan Pada Balita Di Desa Alai Selatan Wilayah Puskesmas Lembak Kabupaten Muara Enim Tahun 2025. *Jurnal Ners*, 9 no.4, 6576–6581. <http://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/ners>
- Sengupta, S., Banerjee, S., Nayek, S. N., Das, P., Chakraborty, D., Mukherjee, A., Mandal, T., Majumder, A., Saha, M., Chatterjee, S., & Bhattacharya, M. (2023). A brief comparative study of the natural sources (lemons) in the basis of protein, vitamin C, their antibacterial, anthelmintic and cell viability on immune cells. *International Journal of Herbal Medicine*, 11(5), 14–21. <https://doi.org/10.22271/FLORA.2023.V11.I5A.883>
- Sholikhah, E. N. (2016). Indonesian medicinal plants as sources of secondary metabolites for pharmaceutical industry. *Journal of the Medical Sciences (Berkala Ilmu Kedokteran)*, 48(4), 226–239. <https://doi.org/10.19106/JMEDS.CI004804201606>