



## EDUKASI PEMBERIAN SARI TEMULAWAK DAN *HYPNOPARENTING* SEBAGAI PENINGKATAN NAFSU MAKAN PADA BALITA

Homsiatur Rohmatin<sup>1</sup>, Dewi Lestari<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Universitas Hafshawaty

<sup>2</sup>Universitas Padjajaran



\*Corresponding author

Homsiatur Rohmatin

Email :

[rohmatin.homsiatur@gmail.com](mailto:rohmatin.homsiatur@gmail.com)

HP: 085258833882

### Kata Kunci:

Sari Temulawak;  
Hypnoparenting;  
Nafsu makan;  
Edukasi;  
Balita;

### Keywords:

*Curcuma Extract;*  
*Hypnoparenting;*  
*Appetite;*  
*Education;*  
*Toddlers;*

### ABSTRAK

Balita merupakan golongan umur yang memiliki risiko gangguan kesehatan paling tinggi dan berbagai masalah kesehatan bisa muncul, sehingga tanpa penanganan yang tepat bisa berakibat fatal. Hal tersebut didukung oleh fakta semakin banyaknya kasus gizi buruk yang terjadi pada balita. Gizi buruk disebabkan karena balita mengalami tidak nafsu makan, picky eater, bahkan tidak mau makan. Jika penurunan nafsu makan tidak diatasi dapat mengakibatkan gizi buruk sehingga balita mudah terserang penyakit. Tujuan PKM ini adalah untuk memberikan informasi dan bagaimana mengatasi nafsu makan pada balita khususnya menggunakan sari temulawak dan hypnoparenting. Target luaran yang akan dicapai bahan ajar mata kuliah Asuhan kebidanan pada balita dan Jurnal J – Pengmas. Metode Pengabdian Kepada Masyarakat ini yaitu edukasi pemberian sari temulawak dan hypnoparenting sebagai peningkatan nafsu makan pada balita Di posyandu Krajan desa Sumberan. Peserta Pengabdian Kepada Masyarakat ini adalah ibu balita dan balita sebanyak 37 orang. Tempat pelaksanaan Pengabdian Kepada Masyarakat yaitu di posyandu Mawar. Berdasarkan Hasil survei yang dilakukan pada tanggal 7 Januari 2025 dari 79 bayi terdapat 37 bayi yang mengalami penurunan nafsu makan. Hasil edukasi menunjukkan bahwa Sebagian besar peserta memahami pentingnya penggunaan sari temulawak dan Hypnoparenting sebagai penunjang kesehatan dan dapat menjadi alternatif terapi alami yang efektif apabila digunakan secara tepat dan sesuai anjuran.

### ABSTRACT

*Toddlers are the age group that has the highest risk of health problems and various health problems can arise, so that without proper treatment it can be fatal. This is supported by the fact that there are more and more cases*



*of malnutrition that occur in toddlers. Malnutrition is caused by toddlers experiencing no appetite, picky eaters, even not wanting to eat. If the decrease in appetite is not addressed it can result in malnutrition so that toddlers are susceptible to disease. The purpose of this PKM is to provide information and how to overcome appetite in toddlers, especially using temulawak extract and hypnoparenting. The target output to be achieved is the teaching material for the Midwifery Care for Toddlers course and the J - Pengmas Journal. This Community Service method is education on giving temulawak extract and hypnoparenting as an appetite enhancer in toddlers at the Krajan Posyandu in Sumberan Village. Participants in this Community Service are mothers of toddlers and toddlers totaling 37 people. The location of the Community Service is at the Mawar Posyandu. Based on the results of a survey conducted on January 7, 2025, out of 79 babies, 37 babies experienced a decrease in appetite. The educational results showed that most participants understood the importance of using temulawak extract and hypnoparenting as a health aid and that it can be an effective natural therapy alternative when used appropriately and according to recommendations.*

## PENDAHULUAN

Berkurangnya nafsu makan adalah masalah yang sering ditemui di berbagai kalangan masyarakat, baik pada anak-anak, remaja, maupun orang dewasa. World Health Organization (WHO) Pada tahun 2018 angka kejadian gizi kurang di dunia mengalami peningkatan 8,3% dan gizi buruk mengalami peningkatan 22,7%, begitupun di tahun 2019 persentase gizi kurang meningkat sebesar 28% dan gizi buruk meningkat 8,85%. Prevalensi balita di Jawa Timur sebesar 36,81%. Adapun, tiga daerah tertinggi prevalensinya yakni di Kota Malang sebesar 51,7%, Kabupaten Probolinggo 50,2%, dan Kabupaten Pasuruan 47,6%. Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) pada tahun 2018, prevalensi stunting balita umur 0 sampai 59 bulan di Jawa Timur mencapai 32,81%. Angka ini lebih tinggi dari prevalensi stunting nasional yakni sebesar 30,8% (Sudirman et al., 2024). Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 7 Januari 2025 dari 69 balita terdapat 37 balita yang mengalami kurang nafsu makan.

Nafsu makan disebabkan karena masalah pencernaan atau gangguan metabolisme yang menghambat nafsu makan dan Trauma atau ketakutan terkait makanan pada anak-anak atau kebiasaan makan yang tidak sehat yang dipengaruhi oleh pola asuh yang kurang tepat (Nuryanti et al., 2024). Pada anak-anak, kurangnya nafsu makan bisa menghambat pertumbuhan dan perkembangan fisik serta mental mereka (Azizah et al., 2024).

Dalam konteks ini, dua pendekatan yang dapat digunakan untuk meningkatkan nafsu makan adalah sari temulawak dan hipnoparenting. Sari temulawak merupakan ramuan herbal yang dikenal untuk merangsang nafsu makan, sementara hipnoparenting adalah teknik yang menggabungkan hipnosis untuk membantu

orangtua mengatasi masalah makan pada anak-anak. Kombinasi kedua metode ini dapat menjadi solusi holistik untuk meningkatkan nafsu makan yang rendah, dengan memperbaiki aspek fisik dan psikologis (Sianturi et al., 2024).

Program pengabdian masyarakat dengan pendekatan edukasi sari temulawak dan hypnoparenting dapat menjadi solusi yang efektif untuk meningkatkan nafsu makan pada masyarakat yang mengalaminya, terutama pada anak-anak dan individu yang mengalami gangguan pencernaan atau masalah psikologis terkait makan.

## METODE PELAKSANAAN

1. Peserta mengisi daftar hadir yang telah disediakan oleh tim program kemitraan masyarakat
2. Peserta diberikan penjelasan tentang proses
3. Tim program kemitraan masyarakat Mengukur Kembali (pre test) nafsu makan menggunakan kuisioner
4. Tim program kemitraan masyarakat membagikan leaflet kepada peserta.
5. Tim program kemitraan masyarakat memberikan penyuluhan dan memberikan contoh praktik pemberian Sari temulawak pada balita yang kurang nafsu makan
6. Tim program kemitraan masyarakat memberikan penyuluhan dan memberikan contoh praktik hypnoparenting pada balita yang kurang nafsu makan
7. Tim program kemitraan masyarakat Mengukur Kembali (post test) nafsu makan menggunakan kuisioner

## HASIL PEMBAHASAN

Pada hari Minggu tanggal 2 Maret 2025, telah dilaksanakan kegiatan Program Kemitraan Masyarakat (PKM) dengan edukasi pemberian rendaman kayu secang pada balita dengan dermatitis. Kegiatan dilaksanakan di posyandu Krajan desa Sumberan, dengan menghadirkan ibu balita. Jumlah ibu balita yang hadir berjumlah 37 orang.

Kegiatan berjalan dengan lancar dan mendapatkan respon positif dari ibu balita. Diharapkan dengan memberikan edukasi pemberian sari temulawak dan *hypnoparenting* sebagai peningkatan nafsu makan pada balita di posyandu Krajan desa Sumberan, ibu balita akan memiliki pemahaman yang lebih mendalam tentang penyebab tidak nafsu makan, cara mengatasi agar anak nafsu makan, manfaat sari temulawak, manfaat hypnoparenting, prosedur pemberian sari temulawak dan hypnoparenting. Dari hasil penyuluhan dan pemberian edukasi tersebut juga diharapkan dapat mengurangi kasus balita dengan kurang nafsu makan.

Secara keseluruhan, memberikan edukasi pemberian sari temulawak dan *hypnoparenting* sebagai peningkatan nafsu makan pada balita di posyandu Krajan desa Sumberan memiliki potensi untuk membawa perubahan positif dalam pola pikir atau pengetahuan dan perilaku masyarakat sehingga tidak selalu bergantung pada pengobatan farmakologi.

Sebelum dilakukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat tentang edukasi pemberian sari temulawak dan *hypnoparenting* sebagai peningkatan nafsu makan pada balita di posyandu Krajan desa Sumberan, sebanyak 37 ibu balita belum

mengetahui dan memahami tentang cara pemberian sari temulawak dan *hypnoparenting*.

Pada kegiatan pengabdian masyarakat kali ini, tim pengabmas menyampaikan pengetahuan dan informasi terkait cara pemberian sari temulawak dan *hypnoparenting*. Pemberian sari temulawak dan *hypnoparenting* untuk balita kurang nafsu makan tidak hanya terbatas menjelaskan cara pemberiannya saja tetapi juga menjelaskan penyebab balita kurang nafsu makan dan khasiat sari temulawak dan *hypnoparenting*. Hasil yang ingin dicapai dari pendekatan ini adalah adanya peningkatan pengetahuan dan pemahaman mendalam mengenai penerapan pemberian sari temulawak dan *hypnoparenting*.

Pengetahuan menjadi salah satu faktor penyebab tidak teratasinya nafsu makan pada balita. Pengetahuan tidak hanya didapatkan dari pendidikan formal melainkan dapat diperoleh dari pendidikan non formal, misalnya melalui kegiatan penyuluhan, yang diharapkan dapat membuka wawasan dan menambah pengetahuan ibu khususnya mengenai cara pemberian sari temulawak dan *hypnoparenting* untuk balita kurang nafsu makan sehingga berdampak pada peningkatan derajat kesehatan keluarga. Edukasi memberikan pengaruh terhadap pengetahuan yang dimiliki ibu. Rendahnya pengetahuan ibu dapat mengurangi motivasi ibu dalam melakukan perawatan balita kurang nafsu makan dengan pemberian sari temulawak dan *hypnoparenting*.

Dengan demikian, pendekatan pemberian edukasi ini membawa hasil yang menggembirakan karena ibu balita tidak hanya mendapatkan pemahaman yang lebih mendalam tentang cara pemberian sari temulawak dan *hypnoparenting* pada balita kurang nafsu makan, tetapi juga mampu mengatasi balita kurang nafsu makan tanpa pengobatan farmakologis. Hal ini dapat mengatasi kasus balita kurang nafsu makan dan meningkatkan derajat kesehatan balita.

## KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini merupakan bagian dari ikhtiar kami dalam mengurangi terjadinya kasus kurang nafsu makan, pendekatan-pendekatan edukasi melalui pemberian sari temulawak dan *hypnoparenting* ini diharapkan dapat memberikan pemahaman yang lebih baik kepada masyarakat mengenai cara mengatasi balita dengan kurang nafsu makan. Namun, perlu diingat bahwa pendekatan yang efektif dapat bervariasi tergantung pada konteks budaya, agama, dan lingkungan sosial masyarakat setempat.

Edukasi yang kami berikan akan memberikan pemahaman yang lebih baik tentang pemberian sari temulawak dan *hypnoparenting* dengan kurang nafsu makan. Dengan begitu, individu akan lebih cenderung memahami cara mengatasi balita kurang nafsu makan dengan terapi non farmakologi. Hal ini dapat memberikan dampak yang lebih langsung dan dapat dirasakan oleh ibu balita yang menerima edukasi .

## DAFTAR PUSTAKA

- Azizah, K., Wijayanti, T., & Widiatrilupi, R. (2024). Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Nafsu Makan Balita Usia 3 Tahun. *Jurnal Asuhan Ibu Dan Anak*, 9(2), 59–65.
- Sianturi, E., Hutabarat, N. I., & Simamora, J. P. (2024). Edukasi Hipnoparenting Pada Ibu Todler Dalam Meningkatkan Nafsu Makan Di Puskesmas Pangaribuan. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (Pkm)*, 7(11), 4870–4885. <https://doi.org/10.33024/Jkpm.V7i11.16840>
- Sudirman, A., Indrianingsih, S., Modjo, D., & Hadju, B. (2024). Penerapan Pemberian Madu Dan Temulawak Terhadap Peningkatan Nafsu Makan Pada Anak Di Puskesmas Kabila Bone. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 5(3), 9867–9878.
- Nuryanti, E., Saptaningrum, E., Siswanto, J., Isworo, A., Sitepu, F. Y., & Noviyanti, L. A. (2024). *The effectiveness of Temulawak (Curcuma xanthorrhiza) plus honey in increasing children under five years' body weight* (Quasi-experimental study). *South Eastern European Journal of Public Health*. <https://doi.org/10.70135/seejph.vi.1799> [seejph.com](http://seejph.com)
- Pramesti, A., Trianita, D., & Setyastuti, E. (2025). *Pengaruh pemberian temulawak terhadap nafsu makan pada anak*[The influence of giving Curcuma on children's appetite]. *Jurnal Ilmiah Keperawatan*. <https://doi.org/10.33023/jikep.v10i2.2106> [journal.stikespemkabjombang.ac.id](http://journal.stikespemkabjombang.ac.id)
- Saputri, B. Y., Herminaju, K., Sukanto, & Retnowati, D. (2025). *Pengaruh pemberian ekstrak temulawak terhadap peningkatan nafsu makan balita usia 3-5 tahun di posyandu*. *Care Journal*. <https://doi.org/10.35584/carejournal.v2i2.150> [jurnalstikestulungagung.ac.id](http://jurnalstikestulungagung.ac.id)
- Puspita, I., Faulina, R., & Yaroh, N. S. (2025). *Pengaruh konsumsi temulawak dan madu dalam meningkatkan nafsu makan pada balita di desa Alai Selatan, Puskesmas Lembak*[The effect of consumption of Temulawak and honey on toddlers' appetite]. *Jurnal Ners*, 9(4), 6576–6581. [journal.universitaspahlawan.ac.id](http://journal.universitaspahlawan.ac.id)
- Hanum, S. M. F., Widowati, H., Puspitasari, ... & Tjondro, L. A. (2025). *Efektifitas akupresur kombinasi temulawak dalam peningkatan nafsu makan balita*. *Procedia of Social Sciences and Humanities*. <https://doi.org/10.21070/pssh.v3i.340> [pssh.umsida.ac.id](http://pssh.umsida.ac.id)
- Wijayanti, H. N., Luthfiyati, Y., & Apriliani, N. (2021). *Gambaran pelaksanaan pelatihan hypnoparenting untuk mengatasi masalah perkembangan anak balita*. *Jurnal ABDIMAS-HIP Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(1). [akbidhipekalongan.ac.id](http://akbidhipekalongan.ac.id)
- Metri, G. G., Dahlia, D., Nugrohon, J. A. E., & Japaries, W. (2025). *Implementasi hypnoparenting dalam pengasuhan anak usia dini*. *Journal on Education*, 6(1). [jonedu.org](http://jonedu.org)
- Rukmaini, R., Siauta, J., & Adeg, L. (2024). *Effectiveness of Javanese turmeric (Curcuma xanthorrhiza Roxb.) to improve eating behavior among anorexia children in Bogor*. *Jurnal Info Kesehatan*, 22(1), 33–40.

