

Pemanfaatan Inovasi Olahan Temulawak (*Curcuma Xanthorrhiza*) Sebagai Es Krim Untuk Meningkatkan Nafsu Makan

¹Nia Yuniarsih, ²Nopi Sulastri

Fakultas Farmasi Universitas Buana Perjuangan Karawang

Email : nia.yuniarsih@ubpkarawang.ac.id

Jl. Ronggo Waluyo Sinarbaya, paseurjaya, Kec. Telukjambe Timur., Kab Karawang,
Jawa Barat 41361, Indonesia.

ABSTRAK

Temulawak (*Curcuma Xanthorrhiza*) merupakan tanaman yang memiliki banyak khasiat salah satunya sebagai penambah nafsu makan karena dalam temulawak (*Curcuma Xanthorrhiza*) mengandung kurkumin. Inovasi pembuatan temulawak (*Curcuma Xanthorrhiza*) ini dibuat agar tingkat ketertarikan nafsu makan anak-anak meningkat yakni dengan cara dibuat menjadi sediaan es krim. Penelitian ini bertujuan untuk memanfaatkan bahan alternatif yang terdapat disekitar yakni temulawak (*Curcuma Xanthorrhiza*) yang diolah menjadi sediaan es krim. **Metode** demonstrasi pembuatan es krim. **Hasil** penelitian menunjukkan adanya pemahaman masyarakat terhadap pembuatan es krim yang berbahan dasar temulawak sebagai penambah nafsu makan. **Kesimpulan** temulawak dapat di buat menjadi es krim.

Kata kunci : Penambah Nafsu Makan, Es Krim, Temulawak

ABSTRACT

Temulawak (*Curcuma Xanthorrhiza*) is a plant that has many benefits, one of which is as an appetite enhancer because it contains curcumin. This innovation in making temulawak (*Curcuma Xanthorrhiza*) is made so that the level of interest in children's appetites increases by making it into ice cream preparations. This Real Work Lecture (KKN) activity aims to provide education and increase parents' knowledge of the importance of children's appetite by utilizing alternative materials found around, namely temulawak (*Curcuma Xanthorrhiza*) which is processed into ice cream preparations, in addition to the innovation of temulawak ice cream, it can be made as jelly candy which can be used as jelly candy. can be used as a business opportunity idea. The method applied in this activity is in the form of delivering materials and demonstrations on how to make temulawak ice cream via video which was held in the Wancimekar Village hall by involving the community as participants. The results of this real work lecture activity, seen from the percentage of filling out the questionnaire, showed an increase in public knowledge and understanding of the efficacy of temulawak as an appetite enhancer and can be used as a business opportunity.

Keywords: *Appetite Enhancer, Ice Cream, Temulawak*

Pendahuluan

Anak-anak pada usia di bawah 5 tahun sering mengalami permasalahan terhadap penurunan nafsu makan, yang dimana penurunan nafsu makan ini menyebabkan terjadinya kekurangan asupan nutrisi yang mengakibatkan penurunan berat badan pada anak (Marni, 2015; Marini, *et al.*, 2018). Pada masa ini tentunya anak mengalami berbagai proses pertumbuhan dan perkembangan, pada masa ini pula anak cenderung mengalami sulit makan. Sulit makan pada anak didefinisikan sebagai perilaku anak yang mengalami gangguan makan yang dapat berupa penolakan untuk makan sehingga berdampak negatif pada tumbuh kembang anak, kesulitan makan pada anak tentunya di pengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya pendidikan ibu, pengetahuan ibu terhadap kebutuhan gizi anak, pekerjaan ibu serta sikap ibu (Fitriyanti dan Sutiejo, 2018).

Gangguan nafsu makan merupakan gangguan klinis yang penting, akan tetapi hal ini sering kali diabaikan. Gangguan nafsu makan dapat berupa seperti berkurangnya nafsu makan yang sering kali menjadi permasalahan utama terhadap anak-anak. Penurunan nafsu makan dapat mengakibatkan gagal dalam pemenuhan asupan makan serta minum, yang menyebabkan kebutuhan nutrisi gagal terpenuhi (Setiowati & Wardaniyah, 2019).

Selain itu anak-anak sangat pilih-pilih dalam makanan yang dapat memengaruhi nafsu makan mereka dan wajar saja anak menjadi memiliki gangguan pada nafsu makannya namun dampaknya jika tidak cepat ditangani anak akan mengalami kekurangan gizi. Usaha dengan membuat variasi makanan supaya lebih menarik serta membeli obat ataupun vitamin serta jamu-jamuan dari obat tradisional (Puspitasari, 2020).

Penggunaan obat tradisional dalam upaya mempertahankan kesehatan telah banyak digunakan. Penggunaan khasiat serta penggunaan obat tradisional yang berkembang di masyarakat hanya berdasarkan pada pengalaman empiris yang biasanya diwariskan secara turun temurun dan belum di uji secara ilmiah. Maka dari itu, perlu dilakukan pengujian lebih lanjut sehingga nantinya diperoleh obat tradisional yang dapat digunakan dengan aman dan efektif (Azalia & Lia, 2015; Marini, *et al.*, 2018).

Indonesia memiliki berbagai jenis tanaman yang memiliki banyak ragam khasiat yang telah digunakan salah satunya yaitu sebagai penambah nafsu makan.

Salah satu tanaman obat yang dimanfaatkan untuk mengatasi gangguan nafsu makan yaitu *Curcuma xanthorrhiza* atau yang biasa dikenal dengan temulawak. Temulawak memiliki kandungan kurkumin yang berfungsi untuk meningkatkan nafsu makan (Afifah, 2005; Marini, *et al.*, 2018). Namun, disamping itu karena temulawak ini memiliki rasa yang pahit, sediaan dari temulawak ini kurang disukai oleh anak-anak. Salah satu makanan yang digemari oleh anak-anak yaitu es krim.

Es krim dapat dibuat dari dua jenis lemak, yaitu lemak hewani dan lemak nabati. Pada umumnya lemak yang digunakan adalah lemak hewani yaitu lemak susu. Lemak susu merupakan komponen yang sangat penting dalam pembuatan es krim, sehingga diperoleh es krim yang memiliki kualitas yang baik. Selain harga yang mahal, penggunaan lemak susu tidak begitu diinginkan oleh konsumen yang alergi terhadap produk susu sapi. Pada umumnya lemak yang digunakan dalam pembuatan es krim adalah lemak hewani yaitu lemak susu. Es krim merupakan makanan yang sangat disukai oleh anak-anak (Ismiyati, *et al.*, 2019). Dengan demikian, salah satu alternatif yang dapat dilakukan dan dikembangkan yaitu dengan pembuatan es krim dari temulawak dan susu murni yang bertujuan untuk meningkatkan nafsu makan pada anak. Pembuatan es krim ini diinovasikan dengan bahan herbal yang memiliki khasiat sebagai penambah nafsu makan yaitu berupa rimpang temulawak.

Metode

pembuatan es krim temulawak ini dilakukan melalui seminar dan demo melalui video, selanjutnya setelah pemaparan materi selesai peserta yang hadir diminta untuk mengisi kuisioner mengenai materi yang telah disampaikan yang terdiri dari 5 *multiple chooise* dimana data ini digunakan untuk analisis kegiatan.

Alat dan Bahan

Adapun alat dan bahan yang digunakan pada proses pembuatan es krim dari temulawak ini diuraikan sebagai berikut :

Pada pembuatan es krim temulawak ini memerlukan alat dan bahan yang harus dipersiapkan. Alat yang harus dipersiapkan diantaranya yaitu seperti *blander*, *mixer*, panci, kompor, cup kecil, wadah/ baskom, saringan, timbangan, dan lemari

Karawang, 28 Februari 2023

pendingin. Adapun bahan yang digunakan pada pembuatan es krim temulawak ini diantaranya yaitu susu UHT, gula pasir, quick sp, Stabilizer (Base 2000), Creamer Bubuk (Fiber), Whipping Cream, garam, Air perasan temulwak.

Waktu dan Lokasi

Lokasi kegiatan diadakannya di aula desa Wancimekar, Kecamatan Kota Baru Kabupaten Karawang.

Hasil dan Pembahasan

Dalam mengatasi peningkatan nafsu makan anak-anak sangat penting karena untuk tumbuh gizi yang lebih baik, maka dari itu selain mengkonsumsi vitamin dan jamu yang kurang disukai anak-anak karena rasa yang pahit maka harus adanya usaha dari orang tua serta pelaku usaha dalam bidang makanan agar bisa membuat inovasi dengan menggunakan bahan alternatif, salah satunya yaitu dengan memanfaatkan tanaman obat herbal yang berada di lingkungan sekitar seperti temulawak (*Curcuma Xanthorrhiza*).

Seperti yang telah diketahui temulawak (*Curcuma Xanthorrhiza*) sangat mempunyai banyak manfaat salah satunya dapat digunakan sebagai penambah nafsu makan karena terdapatnya kurkumin. Hasil penelitian menunjukkan bahwa temulawak mengandung banyak mengandung minyak atsiri seperti limonina yang mengharumkan, sedangkan kandungan flavonoida-nya berkhasiat menyembuhkan radang. Minyak atsiri juga bisa membunuh mikroba (D.E, 2015). Temulawak (*Curcuma Xanthorrhiza*) memiliki beberapa kandungan metaboit primer dan sekunder. Kadar pati yang terdapat pada temulawak (*Curcuma Xanthorrhiza*) merupakan basil tertinggi yang memiliki harapan untuk dapat dikembangkan sebagai bahan baku industri makanan dan dalam bidang farmasi sebagai bahan pembantu industri tablet. Selain itu, senyawa metabolit sekunder yang banyak terdapat pada temulawak yaitu kurkumin (Rosidi, Khomsan, Setiawan, Riyadi, & Briawan, 2014). Kurkumin merupakan senyawa aktif yang termasuk ke dalam golongan kurkuminoid. Senyawa kurkumin biasanya terdapat pada rimpang-rimpangan seperti jahe, kunyit, temulawak serta tumbuhan yang termasuk ke dalam keluarga *Zingiberaceae* (Kholilah M & I Bayu, 2019)

Karawang, 28 Februari 2023

Terdapat banyak sekali inovasi pembuatan temulawak (*Curcuma Xanthorrhiza*) yang dapat dijadikan ide untuk UMKM. Menurut penelitian yang telah dilakukan (Khamidah, Antarlina, & Sudaryono, 2017). Selain dapat dijadikan es krim inovasi temulawak juga dapat dibuat menjadi inovasi kue kering, manisan, kerupuk, mie, dodol, cake temulawak, permen jeli, minuman instan dan serbuk instan serta banyak lagi (Dewi, Kamal, Zulfiah, & Asrina, 2021)



Gambar 1. Kegiatan sosialisasi edukasi dan pemanfaatan inovasi olahan temulawak sebagai sediaan es krim terhadap nafsu makan anak-anak.

Proses pembuatan temulawak sebagai sediaan eskrim



Gambar 2. Persiapan Bahan Yang Digunakan Pada Pembuatan Es Krim Temulawak

Air perasan temulawak dibuat 80 gram rimpang temulawak yang sudah dikupas dan sudah dibakar, diparut dan diperas dengan air sebanyak 400 mL

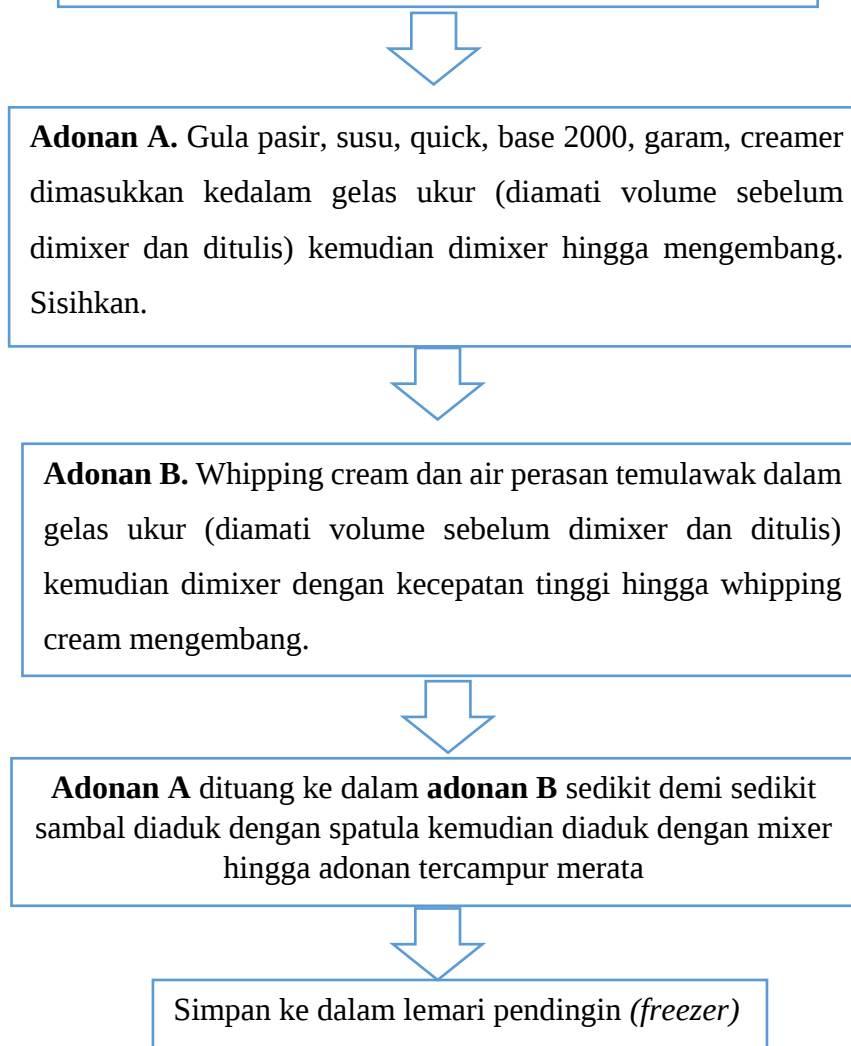
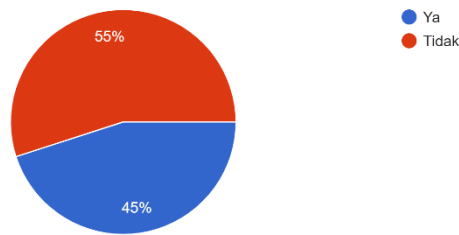


Diagram 1. Proses pembuatan es krim temulawak

Analisis Hasil Kegiatan

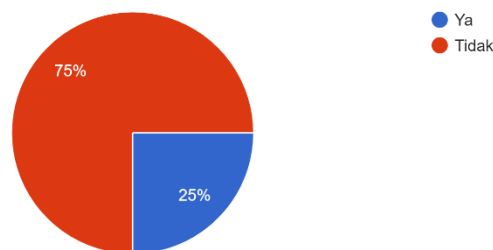
Pengisian kuisioner terdiri dari 5 pertanyaan yang berhubungan dengan hasil yang telah dilaksanakan. Hasil penilaian kuisioner disajikan dalam bentuk diagram lingkaran.

sebelum semnar ini diadakan pakah anda tahu manfaat dari temulawak sebagai nafsu makan
20 jawaban



Gambar 3. Persentase kuisisioner mengenai tingkat pengetahuan peserta tentang manfaat dari temulawak sebagai nafsu makan

Sebelum Seminar ini diadakan apakah anda mengetahui inovasi makanan dari temulawak
20 jawaban



Gambar 4. Persentase pengetahuan peserta mengetahui inovasi olahan temulawak



Gambar 5. Hasil Produk Es Krim Temulawak

Berdasarkan hasil pengisian kuisisioner pemahaman 20 peserta mengenai edukasi dan pemanfaatan inovasi olahan temulawak sebagai sediaan es krim terhadap nafsu makan anak-anak dapat dilihat pada gambar 3 menunjukkan hasil bahwa peserta yang mengetahui tentang manfaat dari temulawak sebagai nafsu

Karawang, 28 Februari 2023

makan yaitu sekitar 45% dan untuk 55% belum mengetahui manfaatnya kemudian pada hasil pengisian kuisioner mengenai inovasi olahan atau makanan dari bahan temulawak yaitu hanya 25% sisanya belum mengetahui olahan apa saja yang dapat dibuat dari sediaan temulawak. Hal ini menunjukkan bahwa setelah diadakan kegiatan ini dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai pemanfaatan temulawak sebagai ide peluang usaha, serta kegiatan seminar ini memberikan dampak positif bagi masyarakat terutama bagi pelaku UMKM untuk meningkatkan perekonomian di Desa Wancimekar.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil seminar yang telah dilakukan Pemanfaatan Inovasi Olahan Temulawak Sebagai Sediaan Es Krim Terhadap Nafsu Makan Anak-anak berhasil dilaksanakan dan mendapatkan respon yang baik. Dalam pengembangan olahan inovasi temulawak dapat dijadikan sebagai es krim temulawak.

DAFTAR PUSTAKA

- D.E, D. (2015). Potential Extract Curcuma (*Curcuma Xanthorrhizal*, Robx) As Antibacterials. *J Majority Vol 4 No 1*, 7.
- Dewi, S. T., Kamal , S. E., Zulfiah, & Asrina, R. (2021). Pengolahan Temulawak (*Curcuma Xanthorriza Robx*) Menjadi Serbuk Temulawak Instan Sebagai Obat Nafsu Makan Pada Anak. *Jurnal Pengabdian Kefarmasian Volume 2 No 2*, 60.
- Ismiyati, Mardiyarningsih, A., & Purnawati, S. (2019). Pengembangan Formula Es Krim Temulawak (*Curcumma xanthorrhiza*) Sebagai Sediaan Pangan Fungsional Melalui Substitusi Lemak Santan Kelapa. *Media Farmasi*, 16(1):1-10.
- Khamidah , A., Antarlina, S. S., & Sudaryono, T. (2017). Ragam Produk Olahan Temulawak Untuk Mendukung Keanekaragaman Pangan. *Jurnal Litbing Pertanian Vol 36 no 1*, 5-11.

- Kholilah M, P., & I Bayu, R. (2019). Aktivitas farmakologis *zingiber officinale rosc.*, *curcuma longa l.*, dan *curcuma xanthorrhiza roxb.* : review. *Farmaka Vol 17 no 2*, 154
- Lia Fitriyanti, L., Sutiejo, I. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Sulit Makan Pada Anak Usia Pra Sekolah Di Tk At Nuruss Sholihah Kebagusan Pasar Minggu Jakarta Selatan. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*. 2018; 10 (1)
- Marini, Destiani, S., & Anwarudin, W. (2018). Formulasi Permen Penambah Nafsu Makan dari Susu Murni dan Infusa Temulawak (*Curcuma xanthorrhiza*). *Prosiding Seminar Nasional Tumbuhan Obat Indonesia, Universitas Todar dan Kelompok Kerja Nasional Tumbuhan Obat Indonesia*, 203-209.
- Rosidi, A., Khomsan, A., Setiawan, B., Riyadi, H., & Briawan, D. (2014). Potensi Temulawak (*Curcuma Xanthorrhiza Roxb*) Sebagai Antioksidan. *Jurnal Unimus*, 5.
- Setiowati, W., & Wardaniyah, L. (2019). Pengaruh Pemberian Buah Pepaya Bangkok (*Carica Papaya L*) Terhadap Nafsu Makan Pada Anak Usia 3-6 Tahun. *Jurnal Darul Azhar*, 8(1):120-128.
- Sutejo, I. R. (n.d.). Wirausaha Es Krim dan Puding Sedot Temulawak Penambah Nafsu Makan Oleh Kader Posyandu Desa Sukokerto Kecamatan Sukowono Jember. *Warta Pengabdian*, Volume 12, Issue 1 (2018), hal. 204-211, 204-205.
- Pritasari., Damayanti, D., dan Lestari, NL. 2017. Gizi Dalam Daur Kehidupan. Kementrian Kesehatan Republik Indonesia
- Puspasari, Latifah Diah., Azizah, Nur., Nihayati, Ellis. Studi Ekstrak Rimpang Temulawak (*Curcuma Xanthorrhiza Roxb.*) Pada Perkecambahan Kedelai. *Jurnal Produksi Tanaman*. 2017; 5(1).