

SOSIALISASI MENGENAI PENTINGNYA VITAMIN CURCUMA PADA MURID SD NEGERI 2 PANUNGGALAN DI KABUPATEN GROBOGAN

Gigih Kenanga Sari¹⁾, Faizatul Fitria Sofa²⁾, Febri Andika Rahma³⁾, Nadzia Putri Nur Afiana⁴⁾, Nike Wijayanti⁵⁾, Oktafia Resa Anggraini⁶⁾

ABSTRACT

Published Online
Maret 20 ,2025
This online publication has been corrected

Authors

Dosen Universitas An Nuur
Mahasiswa Universitas An Nuur

doi:-

Correspondenceto:

Gigih Kenanga Sari

UniversitasAnNuur

Address : Jln Gajah Mada

no 7 Purwodadi Email :

gigihkenangasariapt@gmail

l.com

Phone: -

Background: Vitamin and micronutrient deficiencies in children are among the major contributors to poor appetite, growth disturbances, and susceptibility to illness. Natural supplements such as Curcuma have been widely used due to their pharmacological benefits, including appetite stimulation and digestive support. Despite the availability of multivitamin products on the market, many are not affordable or suitable for specific nutritional needs, especially for children in lower-income families. **Aims:** This community service program aimed to educate elementary school students at SD Negeri 2 Panunggalan about the importance of vitamins—particularly those derived from Curcuma—in supporting appetite and general health. The activity was also designed to promote early understanding of healthy nutrition and the benefits of herbal-based supplements. **Results:** The implementation consisted of several stages: preparation, educational sessions including interactive discussions, and evaluation through post-tests. The results showed that students could recognize different types of appetite-enhancing vitamins and understood the role of Curcuma in improving health. The educational intervention successfully increased students' awareness of vitamin use and the benefits of traditional herbal supplements. **Conclusion:** Early education on the benefits of herbal-based supplements like Curcuma is effective in promoting nutritional literacy among school-aged children. Community-based health education initiatives such as this can play a significant role in addressing childhood anorexia and micronutrient deficiencies, especially when led by university students as health education ambassadors.

Keywords: Vitamins, Curcuma, Appetite, Children, Nutrition education, Community service;

PENDAHULUAN

Multivitamin sangat perlu di dalam tubuh dan memberikan manfaat kesehatan, memiliki zat senyawa kompleks yang dibutuhkan dalam jumlah kecil dan berperan penting bagi pengaturan atau kegiatan pada tubuh manusia. Umumnya tidak disintesis oleh tubuh dan dapat dibantu dengan mengonsumsi makanan. Kekurangan kadar senyawa vitamin pada tubuh, akan membuat tubuh mudah terserang penyakit. Vitamin di bagi menjadi dua yaitu larut dalam lemak dan larut dalam air, Pada umumnya vitamin larut lemak tidak berdampak buruk bagi tubuh, jika berlebih karena dapat diekresikan oleh ginjal dan dikeluarkan melalui urin. Sedangkan vitamin larut lemak jika tertumpuk dalam jaringan dapat meracuni tubuh dan mengganggu metabolisme ditubuh. Salah satu dampak mengonsumsi multivitamin berlebih dapat menyebabkan keracunan atau gejala-gejala yang merugikan yang disebut hypervitaminosis. (Lany, 2013).

Berdasarkan laporan dari Food Standars Agency (FDA), di Amerika Serikat sebanyak 40% pada perempuan dewasa dan 30% pada laki-laki diketahui mengonsumsi suplemen. Pada Puslitbang Farmasi Depkes RI telah melakukan survei pada tahun 2000, di kota besar seperti Jakarta, Surabaya, Bandung tentang

konsumsi suplemen makanan. meningkatnya penggunaan vitamin maka vitamin diperlukan pemantauan untuk melihat kejadian Advers Drug Reaction pada penggunaan multivitamin dalam studi farmakovigilans menggunakan metode Naranjo. Menunjukkan konsumsi suplemen makanan terbanyak adalah pada perempuan (78,1 %) (Wicaksono dan Septiyana R, 2019).

Curcuma nafsu makan adalah salah satu produk industri nasional, mengandung serbuk dari rhizoma curcuma. curcuma diindikasikan menambah nafsu makan, disamping memiliki aktivitas farmakologi berupa anti-inflamasi. Kondisi geografis wilayah dimana curcuma tumbuh serta sifat dari tanah mempengaruhi pertumbuhan, komposisi gizi, dan kualitas curcuma ini. Curcumin adalah polifenol lipofilik yang hampir tidak larut dalam air tetapi cukup stabil dalam pH asam lambung. curcuma memiliki sifat meningkatkan asupan energi dalam tingkat sel .

Suplemen yang mengandung vitamin dan mineral memang banyak dijual di pasaran, namun komposisinya belum tentu sesuai dan terkadang harganya tidak terjangkau oleh masyarakat golongan ekonomi lemah. Suplemen multivitamin terkadang justru mengandung komposisi zat gizi yang berlebihan namun tidak diperlukan untuk meningkatkan nafsu

makan dan status gizi anak. Pemberian zat gizi yang lebih spesifik sesuai jenis dan dosisnya untuk meningkatkan nafsu makan dan status gizi diharapkan dapat mengatasi masalah anoreksia dan gangguan pertumbuhan dengan lebih efisien. Preparat yang hanya mengandung seng saja atau zat besi saja di pasaran memiliki harga yang jauh lebih murah dibandingkan dengan suplemen multivitamin. Selain itu dosis yang diberikan lebih dapat disesuaikan dengan kebutuhan anak dan dapat menghindari efek samping.

METODE PENELITIAN

Metode pelaksanaan kegiatan yang akan dilakukan dalam kegiatan pengabdian kepada murid SD terdiri dari beberapa tahapan sebagai berikut :

1. Tahapan pertama adalah tahap pra kegiatan/persiapan yaitu sebelum pelaksanaan kegiatan, dalam hal ini tim pengabdian melakukan berbagai kegiatan sebagai berikut:
 - a. Survey lapangan yaitu tim melakukan peninjauan ke lokasi mitra penyuluhan untuk mendapatkan informasi dan data dari mitra penyuluhan
 - b. Membuat analisa kondisi mitra penyuluhan
 - c. Membuat rencana program kegiatan

- d. Mengajukan surat permohonan untuk ijin pelaksanaan kegiatan
2. Tahapan kedua adalah tahap pelaksanaan kegiatan
 - a. Tim melaksanakan kegiatan di lokasi mitra penyuluhan
 - b. Tim akan melakukan perkenalan terlebih dahulu agar murid merasa lebih nyaman dan lancar dalam proses pemberian materi yang akan dilakukan. Tim membagikan materi ceramah
 - c. Tim melakukan ceramah tentang pentingnya nilai-nilai pendidikan anti korupsi.
 - d. Setelah ceramah dilanjutkan diskusi atau tanya jawab.
 - e. Setelah selesai diskusi murid akan diberikan posttest/pertanyaan untuk mendapatkan gambaran tingkat penguasaan materi yang diberikan sesudah kegiatan.
3. Tahapan ketiga adalah tahap evaluasi kegiatan.

Sebuah kegiatan di akhir pelaksanaan tanpa adanya evaluasi, maka tidak akan dapat diketahui sejauh mana keberhasilan penyelenggaraan kegiatan. Evaluasi yang dilakukan yaitu dengan metode tanya jawab secara langsung dengan murid. Evaluasi dilakukan dengan tujuan agar pelaksanaan kegiatan yang telah dilakukan dapat diketahui sejauh mana penguasaan materi

yang didapat murid SD Negeri 2 Panunggalan. Serta mengetahui kelebihan dan kekurangan Tim Penyuluhan dalam menyampaikan materi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat (PkM) yang dilakukan di SD Negeri 2 Panunggalan menunjukkan bahwa anak-anak sekolah dasar memiliki antusiasme tinggi terhadap materi yang disampaikan mengenai manfaat vitamin, khususnya vitamin berbahan dasar Curcuma. Berdasarkan hasil evaluasi yang dilakukan melalui diskusi dan post-test, diketahui bahwa:

1. Sebagian besar murid mampu menyebutkan jenis-jenis vitamin yang berperan dalam meningkatkan nafsu makan.
2. Murid dapat mengenali dan memahami fungsi dari produk suplemen berbahan Curcuma.
3. Terdapat peningkatan pemahaman anak tentang pentingnya menjaga asupan nutrisi melalui konsumsi vitamin secara tepat.
4. Para siswa menunjukkan ketertarikan terhadap produk suplemen alami karena disampaikan dalam bentuk yang edukatif dan mudah dipahami.
5. Peran mahasiswa dalam membantu menyampaikan materi edukatif dinilai

cukup efektif dalam membangun kesadaran anak terhadap kesehatan sejak usia dini.



Rendahnya nafsu makan pada anak dapat menyebabkan kekurangan gizi dan berujung pada gangguan pertumbuhan seperti berat badan lahir rendah atau stunting. Berbagai studi mengemukakan bahwa kekurangan zat gizi mikro seperti zat besi, seng, dan vitamin B kompleks berkorelasi dengan penurunan nafsu makan (Kelishadi, 2014; WHO, 2016). Dalam konteks ini, penggunaan suplemen berbasis herbal seperti Curcuma menjadi salah satu pendekatan yang banyak digunakan karena memiliki efek farmakologis yang menguntungkan.





Curcuma mengandung senyawa kurkumin yang diketahui dapat mempercepat pengosongan lambung dan merangsang sekresi empedu, yang berkontribusi pada peningkatan nafsu makan (Lany, 2013). Kegiatan edukasi yang dilakukan bertujuan untuk menanamkan pemahaman ini kepada anak-anak sejak dini, sehingga mereka dapat mengenali pentingnya asupan gizi dan memilih produk yang sesuai dengan kebutuhannya.



Berbagai produk suplemen seperti Curcuma Plus Grow dan Curcuma Sanbe menjadi contoh suplemen yang dikenal luas oleh masyarakat dan telah

diformulasikan khusus untuk anak-anak. Namun, penting untuk menekankan bahwa penggunaan suplemen harus sesuai dengan dosis dan kondisi anak agar tidak terjadi risiko hipervitaminosis atau efek samping lainnya.



Keterbatasan dari kegiatan ini adalah keterbatasan waktu interaksi yang relatif singkat, sehingga tidak memungkinkan untuk melakukan pemantauan jangka panjang terhadap efek penggunaan vitamin pada status gizi anak. Sebagai solusi, disarankan untuk dilakukan kegiatan lanjutan berupa monitoring berkala dan pelibatan orang tua dalam program edukasi, agar pemahaman yang diperoleh anak dapat diterapkan secara berkelanjutan dalam kehidupan sehari-hari.

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan di SD Negeri 2 Panunggalan telah berhasil meningkatkan pemahaman murid mengenai pentingnya vitamin, khususnya vitamin berbahan Curcuma, dalam meningkatkan nafsu makan. Edukasi yang diberikan secara

langsung kepada anak-anak mampu menumbuhkan kesadaran sejak dini akan pentingnya menjaga asupan nutrisi yang sesuai dengan kebutuhan tubuh. Penggunaan Curcuma sebagai suplemen herbal dinilai efektif dan diterima dengan baik oleh anak-anak karena bentuk penyampaian yang edukatif dan menarik. Kegiatan ini juga menunjukkan bahwa keterlibatan mahasiswa sebagai agen edukasi dapat memberikan kontribusi nyata dalam menyebarkan informasi kesehatan yang aplikatif. Diperlukan kegiatan lanjutan yang melibatkan orang tua serta pemantauan jangka panjang untuk melihat dampak berkelanjutan dari edukasi ini terhadap perilaku konsumsi anak.

DAFTAR PUSTAKA

Lany, H. (2013). *Farmakologi Dasar dan Terapan*. EGC, Jakarta.

Wicaksono, R., & Septiyana, R. (2019). Studi Farmakovigilans Multivitamin: Metode Naranjo dalam Menilai Adverse Drug Reaction. *Jurnal Ilmu Kefarmasian Indonesia*, 17(2), 87–94.

WHO. (2016). *Guideline: Updates on the management of severe acute malnutrition in infants and children*. World Health Organization.

Badan Penelitian dan Pengembangan

Kesehatan. (2013). *Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2013*. Kementerian Kesehatan RI.

Kelishadi, R., & Poursafa, P. (2014). A review on the genetic, environmental, and lifestyle aspects of the early-life origins of cardiovascular disease. *Current Problems in Pediatric and Adolescent Health Care*, 44(3), 54–72.

Food Standards Agency (FSA). (2012). *The use of vitamins and mineral supplements in the UK*. FSA Publications.

Departemen Kesehatan RI. (2000). *Laporan Survei Penggunaan Suplemen Makanan di Kota Besar*. Puslitbang Farmasi, Depkes RI.

Wulandari, D., & Sari, M. (2021). Peran Kurkumin terhadap Nafsu Makan Anak. *Jurnal Gizi dan Kesehatan Indonesia*, 3(1), 45–52