



## COMBINATION THERAPY OF MASSAGE AND TEMU IRENG HERBAL (CURCUMA AEORUGINOSA ROXB.) TO INCREASE CHILD APPETITES AND FOOD INTAKE

PEMBERIAN TERAPI SWEDISH MASSAGE DAN PIJAT ANAK DENGAN KOMBINASI HERBAL TEMU IRENG (CURCUMA AEORUGINOSA ROXB.) TERHADAP PENINGKATAN NAFSU MAKAN PADA ANAK USIA SEKOLAH

Case Study  
Studi kasus

Myrna Adianti<sup>1\*</sup>, Resti Ella Pramesti<sup>2</sup>, Edith Frederika Puruhito<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Department of Health, Faculty of Vocational Studies, Universitas Airlangga, Surabaya-Indonesia

<sup>2</sup>Student of Traditional Medicine, Faculty of Vocational Studies, Universitas Airlangga, Surabaya-Indonesia

### ABSTRACT

**Background:** Appetite is a condition where a person has an urge to satisfy activities in eating. Lack of appetite in children is characterized by eating small portions, reluctant to refuse when it comes time to eat, take a long time to finish a meal, playing with the food, etc. Children are at the stage of high curiosity and very active, which mean the energy needed must be sufficient. If the energy and nutrition needs are not sufficient it might lead to a slowdown in physical and psychological growth. **Purpose:** The purpose of this case study is to observe whether Swedish massage and children's massage with a combination of Temu Ireng herba (*Curcuma aeruginosa Roxb.*) could increase appetite in school-age children. **Results:** The results of massage therapy with Temu Ireng decoction can increase appetite in children based on the increasing number of calories consumed before therapy from 1,267 kcal to 2,050 kcal per day after therapy session, and an increase in body weight of 0.9 Kg after 8 weeks of therapy. **Conclusion:** Providing Swedish massage therapy with a combination of Temu Ireng herba (*Curcuma aeruginosa Roxb.*) could increase appetite in school-age children with the result of increasing the number of daily calories intake and body weight.

### ABSTRAK

**Latar Belakang:** Nafsu makan merupakan keadaan dimana seseorang mempunyai dorongan untuk memuaskan kegiatan dalam hal makan. Kurang nafsu makan pada anak ditandai dengan makan dengan porsi sedikit, enggan sampai menolak ketika tiba waktu makan, makan berlama-lama, memainkan makanan, dan sebagainya. Pada usia anak sangat aktif bergerak, sehingga aktivitas fisik yang dilakukan sangat besar, maka kebutuhan energi yang diperlukan harus mencukupi. Berdasarkan hal ini, apabila kebutuhan energi dan nutrisi tidak terpenuhi akan terjadi perlambatan pertumbuhan fisik dan psikologis. **Tujuan:** Tujuan studi kasus ini untuk membuktikan apakah swedish massage dan pijat anak dengan kombinasi herbal temu ireng (*Curcuma aeruginosa Roxb.*) dapat meningkatkan nafsu makan pada anak usia sekolah. **Hasil:** Hasil terapi pijat dengan herbal temu ireng dapat meningkatkan nafsu makan pada anak berdasarkan penambahan jumlah kalori yang dikonsumsi sebelum terapi 1.267 kkal menjadi 2.050 kkal perhari dan peningkatan berat badan sebesar 0.9 Kg setelah 8 minggu terapi. **Kesimpulan:** Pemberian terapi Swedish massage dengan kombinasi herbal temu ireng (*Curcuma aeruginosa Roxb.*) dapat meningkatkan nafsu makan pada anak usia sekolah dengan hasil peningkatan jumlah kalori dan peningkatan berat badan.

### ARTICLE INFO

Received 3 April 2020  
Accepted 15 Juni 2020  
Online 31 Juli 2020

\* Korespondensi (Correspondence):  
Myrna Adianti

E-mail:  
myrna.adianti@vokasi.unair.ac.id

**Keywords:**  
Appetites, Combination Therapy,  
Swedish Massage.

**Kata kunci:**  
Nafsu Makan, Terapi Kombinasi,  
Pijat Swedish

## PENDAHULUAN

Nafsu makan didefinisikan sebagai keinginan psikologis untuk makan. Beberapa istilah yang menggambarkan anak mengalami sulit makan yaitu *Picikiness* (Amerika Serikat) dan *Fadiness* (Inggris) yang berarti suka memilih-milih makanan. Terdapat beberapa pola makan yang sering terjadi pada anak yaitu menolak makan, meminta jenis makanan tertentu, hanya makan sedikit, picky (Sudjatmoko, 2011).

Lebih dari 50% para ibu dan pengasuh anak mengeluhkan bahwa anak mereka mengalami penurunan nafsu makan. Pada usia anak sangat aktif bergerak, sehingga aktivitas fisik yang dilakukan sangat besar, maka kebutuhan energi yang diperlukan harus mencukupi. Berdasarkan hal ini, apabila kebutuhan energi dan nutrisi tidak terpenuhi akan terjadi perlambatan pertumbuhan fisik dan psikologis. Menurut Riskesdas 2017, prevalensi anak sangat kurus dan kurus di Jawa Timur yaitu sebanyak 1,9% dan 6%.

Upaya untuk meningkatkan nafsu makan anak dan telah dilakukan sejak nenek moyang kita yaitu melalui jamu atau sering disebut dengan jamu *cekok*. Jamu tradisional hingga saat ini masih terjaga eksistensinya karena khasiatnya yang telah terbukti, bahan-bahan yang digunakan semua dari bahan alam, secara umum mudah didapat disekitar rumah, dapat dibuat sendiri, dan harganya relatif terjangkau (Marni, 2015).

Terdapat banyak herbal yang dapat digunakan untuk meningkatkan nafsu makan. Salah satunya adalah temu ireng (*Curcuma aeruginosa* Roxb.) yang secara empiris telah terbukti. Temu ireng mengandung minyak atsiri yang berpotensi menurunkan lemak, sehingga dapat memicu nafsu makan (Murwani, 2009). Senyawa aktif kurkumin dan minyak atsiri juga dapat mempengaruhi gerak peristaltik usus dan melancarkan pencernaan sehingga nutrisi dapat terserap dengan baik (Rukmana, 2005).

Terapi pijat anak juga menjadi alternatif orang tua untuk meningkatkan nafsu makan. Melalui sentuhan pijat (*massage*) secara fisiologis dapat mempengaruhi gelombang otak terutama Hipotalamus yang merupakan pusat respon rasa lapar. Dimana Hipotalamus juga berfungsi menghasilkan hormon untuk meningkatkan nafsu makan (Rahmawati, 2018). Salah satunya jenis *massage* yang umum digunakan adalah *swedish massage* yang dapat membantu merelaksasi tubuh anak dan merangsang hormon-hormon yang dapat meningkatkan penyerapan nutrisi (Kulsum, 2017). Berdasarkan latar belakang permasalahan diatas, maka dilakukan studi kasus mengenai peningkatan nafsu makan anak dengan metode *swedish massage* dan pijat anak dengan kombinasi herbal temu ireng (*Curcuma aeruginosa* Roxb.).

## ANALISIS KASUS

Pasien bernama F.S adalah seorang anak sekolah

dasar yang berusia 9 tahun. Pasien F.S bertempat tinggal di Surabaya yang beragama Islam dan berasal dari suku Jawa. Pasien F.S masih duduk dibangku sekolah dasar kelas 3. Pada saat dilakukan anamnesa pasien F.S dalam keadaan sadar dengan ekspresi wajah berfikir, sorot mata bersinar, bentuk tubuh kurus dengan gerak-gerik lincah, kulit berwarna sawo matang, rambut lurus dan tebal, mata tidak berkacamata, telinga tidak memakai alat bantu dengar, bentuk mulut simetris tidak miring pada salah satu sisinya, bentuk hidung Simetris.

Pasien F.S mengalami susah makan mulai saat sekolah ditaman kanak-kanak. Setiap kali makan sarapan, makan siang, dan makan malam pasien selalu disuapi oleh ibunya karena jika tidak disuapi pasien F.S memilih untuk tidak makan. Pada saat sarapan pasien makan dengan porsi yang cukup karena saat disekolah pasien hampir tidak pernah membeli jajan seperti makanan ringan yang gurih dan asin, biskuit, dan jajan lainnya. Namun untuk siang hari pasien hanya makan sangat sedikit bahkan juga tidak makan jika ibunya tidak menyuapi. Hal ini karena pasien tidak merasa lapar dan lebih memilih untuk bermain. Ketika malam hari ibu pasien selalu memberi makan dan susu saat sebelum tidur, tetapi tidak pernah dihabiskan. Ibu pasien F.S sudah berusaha untuk mengganti varian masakan tiap hari agar pasien F.S mau makan, namun hal itu tetap tidak berpengaruh, ditambah pasien F.S juga tidak suka mengemil seperti roti, biskuit, snack gurih dan asin, dan buah-buahan. Untuk minuman pasien F.S menyukai minuman yang dingin dan jika haus minumannya sesuatu yang dingin seperti es.

Keluhan tambahan yang dirasakan pasien adalah pasien selalu mengalami susah BAB dengan feses yang kering disertai anus terasa panas ketika sedang BAB. Pasien F.S cenderung lebih menyukai lingkungan yang dingin. Pasien tidak mengalami keringat yang berlebihan. Setiap pagi hari pasien rutin BAB dengan feses yang keras. Frekuensi BAK jarang (hanya sekitar 3 – 5 kali dalam sehari), namun volumenya banyak dan berwarna kuning.

Pasien F.S memiliki berat badan 21 kg dengan tinggi badan 125 cm. Sebelum dilakukan anamnesa terhadap pasien, dilakukan pengukuran Indeks Masa Tubuh dengan menggunakan rumus:

$$IMT = \frac{\text{Berat badan (kg)}}{\text{Tinggi badan}^2(\text{m})} = \frac{21}{1,25^2} = 13,5 = -2 \text{ sd}$$

Menurut umur dalam buku SK antropometri, 2010 disebutkan bahwa status gizi pasien terletak pada batas ambang -2 SD yang berisiko mengalami penurunan IMT dibawah normal. Selain pengukuran IMT, dilakukan pencatatan asupan makanan harian atau *food recall* selama satu minggu sebelum terapi dan hasil perhitungan kalori per hari yang dikonsumsi pasien F.S menunjukkan bahwa kalori yang dikonsumsi per harinya belum mencukupi, hanya sebesar 1.200,6 kkal. Sedangkan untuk anak laki-laki dengan usia 9 tahun seharusnya mengkonsumsi kalori sebanyak 1850 kkal.

Sehingga dapat disimpulkan bahwa pasien mengalami kekurangan konsumsi kalori sebanyak 649,4 kkal (Kemenkes RI, 2011).

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Rencana terapi yang dilakukan pada kasus peningkatan nafsu makan pada anak usia sekolah ini dengan terapi setiap dua hari sekali selama delapan minggu, dengan jumlah 24 kali terapi. Pada tiap terapi dilakukan terapi *swedish massage* dan pijat anak dengan kombinasi herbal rebusan rimpang temu ireng (*Curcuma aeruginosa* Roxb.). Terapi pijat menggunakan metode *Swedish massage* pada area kaki bagian depan dan perut mengikuti alur meridian limpa yang disertai kombinasi pijat anak pada seluruh tubuh.

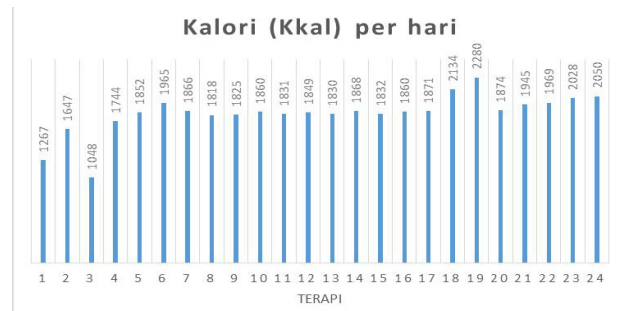
Terapi herbal yang diberikan yaitu rebusan temu ireng (*Curcuma aeruginosa* Roxb.) dengan dosis 125 ml yang didapatkan dari rebusan 40 gram rimpang segar temu ireng. Sediaan herbal diberikan setiap dua hari sekali selama delapan minggu. Sebelum dilakukan terapi otot lidah berwarna merah dengan selaput lidah tipis tebal. Hal ini menandakan dalam tubuh pasien kekurangan *Jin Ye* akibat panas. Namun setelah dilakukan terapi selama delapan minggu terjadi perubahan pada selaput lidah menjadi warna putih tipis, hal ini menandakan bahwa panas dalam tubuh pasien berangsur-angsur menghilang.

Sebelum Terapi		Setelah Terapi	
Gambar	Keterangan	Gambar	Keterangan
	Otot lidah : merah Selaput lidah : putih tebal dan kering		Otot lidah : merah muda Selaput lidah : putih tipis

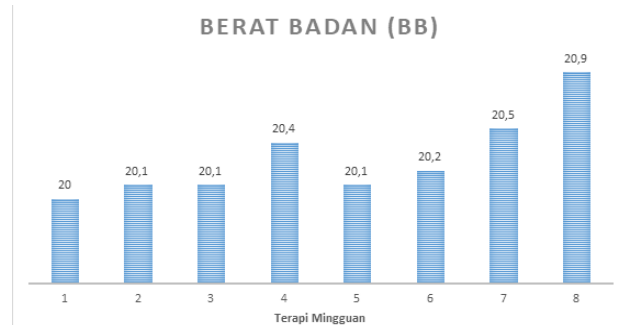
**Gambar 1.** Pengamatan lidah pasien sebelum dan setelah terapi

Selain pada perubahan lidah juga diikuti dengan perubahan variasi makanan. Peningkatan jumlah kalori didapatkan dari data *food recall* 24 jam yang dilakukan mulai sebelum terapi dan selama dilakukan terapi. Diagram jumlah kalori per hari yang dikonsumsi pasien selama dilakukan terapi dapat dilihat pada gambar 2

Pada gambar 2, dapat dilihat bahwa terdapat peningkatan jumlah kalori yang dikonsumsi pasien. Pada awal terapi pasien mengkonsumsi rata-rata 1,267 kkal perhari meningkat menjadi 2,050 kkal per hari di akhir masa terapi. Peningkatan jumlah kalori yang dikonsumsi ini terjadi karena variasi dan porsi makan pasien meningkat selama dilakukan terapi pijat dan herbal. Peningkatan nafsu makan juga dapat dilihat dengan adanya peningkatan berat badan pasien, sebelum dilakukan terapi hingga dilakukannya proses terapi dilakukan monitoring berat badan pasien yang dilakukan tiap minggu.



**Gambar 2.** Grafik peningkatan kalori per hari



**Gambar 3.** Grafik peningkatan berat badan

Pada grafik penambahan berat badan (gambar 3) peningkatan BB ini di monitoring setiap minggu dengan satu minggu terdapat tiga kali terapi. Berdasarkan diagram batang tersebut peningkatan BB dapat dilihat bahwa pada minggu ke-I terapi menuju minggu ke-II meningkatkan sebesar 0,1 kg. Kemudian pada minggu ke-II menuju minggu ke-III tidak ada peningkatan BB, hal ini bisa terjadi karena porsi makan naik turun dan rerata kalori yang dikonsumsi pasien turun 19 kkal. Pada minggu ke-III terapi menuju minggu ke-IV terapi berat badan mengalami kenaikan sebesar 0,3 kg, ini karena pada tahap ini sudah memasuki pertengahan terapi jadi perubahan-perubahan yang terjadi sudah mulai stabil. Namun pada minggu ke-IV menuju ke-V berat badan mengalami penurunan sebesar 0,3 kg. Hal ini terjadi karena pada saat itu pasien sedang mengalami demam dan sariawan. Pada terapi minggu ke-V menuju ke-VI berat badan pasien naik 0,1 kg. Hal tersebut dikarenakan pasien masih dalam proses penyembuhan. Pada terapi minggu ke-VI, VII, dan ke-VIII mulai mengalami kenaikan dan stabil dikarenakan pada tahap ini daya tubuh pasien sudah kembali normal, otot-otot tubuh rileks, peredaran darah lancar, serta fungsi transportasi dan transformasi limpa lambung bekerja dengan baik.

Terapi pijat *Swedish massage*, menurut Wahjudi dan Windiyati (2015) dapat memberikan efek meredakan ketegangan, mengurangi stress, merelaksasi, meningkatkan sirkulasi pada otot, dan meredakan nyeri dan kekakuan pada otot. Sedangkan pijat anak yang dilakukan pada seluruh bagian tubuh pasien berfungsi untuk merelaksasikan tubuh anak serta memperlancar

Selain menggunakan terapi pijat, peningkatan nafsu makan pada anak juga menggunakan terapi herbal yaitu dengan rebusan rimpang temu ireng (*Curcuma aeruginosa* Roxb.) dengan dosis 125 ml dari

40 gram rimpang segar yang dikonsumsi sebelum makan setiap dua hari sekali selama 24 kali terapi. Konsumsi rebusan saat sebelum makan karena rebusan temu ireng akan bekerja langsung pada lambung. Agar *Qi* lambung berjalan kebawah sesuai semestinya maka sediaan harus diminum sebelum makan. Pemberian rebusan rimpang temu ireng tidak diberikan setiap hari karena dalam penggunaan secara berulang selama 30 hari dapat menyebabkan nekrosis sel yang semakin berat (Hestianah, 2010). Kandungan Minyak atsiri yang terkandung dalam temu ireng (*Curcuma aeruginosa* Roxb.) berkhasiat sebagai tonikum yang memiliki fungsi untuk meningkatkan nafsu makan. Senyawa kurkumin yang terkandung juga dapat memperbaiki kelainan pada kantung empedu dengan cara memperlancar pengeluaran cairan empedu, sehingga terjadi peningkatan aktivitas pencernaan serta merangsang perjalanan metabolisme dan fisiologi tubuh. Dalam sudut pandang TCM, temu ireng yang bersifat pahit berguna untuk memperlancar *Qi* dan darah (Yanfu, 2002). Selain itu temu ireng yang memiliki sifat hangat dan rasa pahit mampu meningkatkan nafsu makan. Hal ini dapat dilihat dalam teori *Wu Xing* rasa pahit pada temu ireng yang merupakan unsur api yang dapat menguatkan unsur tanah (limpa-lambung) yang berguna untuk memperlancar *Qi* dan darah, mencegah pembentukan patogen lembab dalam tubuh, serta unsur tanah merupakan anak dari unsur api. Ramuan sediaan ini diperuntukkan untuk anak maka untuk mengurangi rasa pahit ditambahkan gula jawa. Gula jawa merupakan gula yang berasal dari nira pohon kelapa yang diperoleh dari hasil penyadapan tandan bunga (mayang) kelapa (Muchtadi et al., 2010). Komposisi yang terkandung dalam nira kelapa yaitu sukrosa 13 – 17%, protein 0,02 – 0,03%, air 75 – 90%, dan sisanya adalah bahan organik seperti karbohidrat, asam amino, zat warna, lemak, dan garam mineral.

Hasil studi kasus didapatkan bahwa setelah mendapatkan terapi secara bertahap dan rutin, pasien mengalami perubahan porsi makan, variasi makan, jumlah kalori, serta peningkatan berat badan. Keberhasilan terapi ini juga terjadi karena kedisiplinan pasien untuk mau menjalankan terapi secara rutin melaksanakan terapi pijat dan herbal selama delapan minggu dan mendengarkan saran dari terapis.

## KESIMPULAN

Perawatan dengan 24 kali dengan terapi *Swedish massage* dan pijat anak serta pemberian terapi herbal temu ireng (*Curcuma aeruginosa* Roxb.) dapat meningkatkan nafsu makan pada anak usia sekolah. Hasil ini diperoleh berdasarkan monitoring variasi makan berubah, jumlah porsi makan bertambah, jumlah kalori menjadi 2.050 kkal dari yang awal sebelum terapi hanya 1.267 kkal, serta berat badan yang mengalami peningkatan 0,9 kg.

Penelitian ini menggunakan kombinasi terapi sehingga perlu adanya penelitian lebih lanjut untuk melihat pengaruh masing-masing terapi terhadap peningkatan nafsu makan pada anak usia sekolah.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah memberikan kontribusi terhadap studi kasus ini. Penulis menyatakan tidak ada konflik kepentingan dengan pihak-pihak yang terkait dalam studi kasus ini.

## DAFTAR PUSTAKA

- Hestianah, E., P., Hidayat, N., Koesdarto, S. 2010. Pengaruh Lama Pemberian Ekstrak Rimpang Temu Ireng (*Curcuma aeruginosa* Roxb.) Terhadap Gambaran Histopatologi Hati Mencit (*Mus Musculus*) Jantan. *Veterinaria Medika*. Vol. 3(1). Pp 41-44.
- Kemendes RI 2011. Peraturan Menteri Kesehatan Tentang Standar Antropometri Penilaian Status Gizi Anak. Kementerian Kesehatan RI.
- Kulsum, D., U., Mediani, H., S., Bangun, A., V. 2017. Pengaruh Swedish Massage Therapy terhadap Tingkat Kualitas Hidup Penderita Leukemia Usia Sekolah. *Jurnal Keperawatan Padjajaran*. Vol.5(2). Pp 113-122.
- Marni dan Ambarwati, R. 2015. Khasiat Jamu Cekok Terhadap Peningkatan Berat Badan pada Anak. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*. Vol.11(1). Pp102-111
- Muchtadi, T., Ayustaningwarno, F. 2010. Teknologi Proses Pengolahan Pangan. Institute Pertanian Bogor Press. Bogor.
- Murwani, R. 2009. *Broiler Modern*. CV. Widya Karya Semarang
- Risikesdas. 2017. Hasil Utama Risikesdas 2017. Kementerian Kesehatan.
- Rukmana. 2005. *Temu Hitam*. Yogyakarta : Kanisius
- Sudjatmoko. 2011. Masalah Makan Pada Anak. *Kudus. Damianus Journal of Medicine*. Vol.10(1). Pp 36-41
- Wahjudi., Windiyati. 2015. *Panduan Lengkap Berbagai Macam Pijat Bagi Spa Maupun Umum*. PT. Pacific Internasional Kecantikan
- Yanfu, Z. 2002. *Diagnostics of Traditional Chinese Medicine*. 1st Ed. Nanjing University of Traditional Chinese Medicine.