

PENGARUH PEMBERIAN *ESSENSIAL OIL CITRONELLA* TERHADAP NAFSU MAKAN ANAK DI PAUD AINUL MUHAJIR DAN PAUD AL JIHAD SAMARINDA

Aina Amalina, Chandra Sulistyorini

Program Studi Sarjana Kebidanan ITKES Wiyata Husada Samarinda

Email: ainaamalina.84@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang : Salah satu faktor penting dalam tumbuh kembang anak adalah pemenuhan asupan gizi. Apabila asupan gizi yang diberikan tidak adekuat seringkali disebabkan karena pada anak terjadi kesulitan makan berupa berkurangnya nafsu makan. Salah satu cara mengatasi penurunan nafsu makan pada anak adalah dengan pemberian citronella oil karena kandungan geraniol dan sitronetal yang paling tinggi menyebabkan peningkatan nafsu makan. **Tujuan** : Tujuan penelitian ini adalah mengetahui pengaruh *essensial oil citronella* terhadap nafsu makan anak di PAUD Ainul Muhajir dan PAUD Al Jihad. **Metode** : Jenis penelitian ini adalah *Quasy- experiment* dengan tipe *pre –posttest without control group design*. Dalam penelitian ini metode sampling yang digunakan adalah total sampling yaitu 44 anak. Analisa data yang digunakan pada penelitian ini yaitu uji *Wilcoxon Signed Rank Test*. **Hasil** : Berdasarkan hasil penelitian didapatkan pada nafsu makan anak sebelum diberikan *essensial oil citronella* menunjukkan 33 orang (75%) memiliki nafsu makan baik dan 11 orang (25%) memiliki nafsu makan kurang. Sesudah diberikan *essensial oil citronella* menunjukkan 42 orang (95%) nafsu makan baik , 2 orang (5%) memiliki nafsu makan kurang. Berdasarkan hasil uji statistik nilai $p\text{ value } 0,003 < \alpha 0,005$ sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pemberian *essensial oil citronella* terhadap nafsu makan anak di PAUD Ainul Muhajir dan PAUD Al Jihad. **Kesimpulan dan Saran** : Ada pengaruh pemberian *essensial oil citronella* terhadap nafsu makan anak. Diharapkan peneliti selanjutnya dapat menggunakan sebagai referensi ilmu kebidanan dan diharapkan orang tua dapat menggunakan alternatif *essensial oil citronella* ini untuk nafsu makan anak.

Kata Kunci: *nafsu Makan Anak, Essensial Oil Citronella*

ABSTRACT

Background : One of the essential factors in the growth and development of children is the fulfillment of nutritional intake. If the nutritional information given is inadequate, it is often caused because the child has difficulty eating in reduce appetite. One way to decrease appetite in children is to provide citronella oil because the highest content of geraniol and citronella causes an increase in need. **Purpose**: This study aimed to determine the effect of citronella essential oil on children's appetite at Ainul Muhajir and Al Jihad Early Childhood Education. **Method**: This research was quasy-experimental with a pre-posttest type without a control group design. In this study, the sampling method used was a total sampling of 44 children. Analysis of the data used in this study was the Wilcoxon Signed Rank Test. **Result**: Based on the study result, the children's appetite before being given citronella essential oil showed 33 people (75%) had a good appetite, and 11 people (25%) had a poor appetite. After being given citronella essential oil, 42 people (95%) had a good appetite, two people (5%) had a poor appetite. Based on the result of statistical test, the p-value value is $0.003 < 0,005$, so it can be concluded that there was an effect of giving citronella essential oil on children's appetite at Ainul Muhajir and Al Jihad Early Childhood Education. **Conclusion and Suggestion**: Giving citronella essential oil on children's appetite is an effect of giving citronella essential oil. It is hoped that further researchers can use it is as a reference for obstetrics, and it is hoped that parents can use this alternative to citronella essential oil for children's appetite.

Keywords : Children's Appetite, Citronella Essential Oil

PENDAHULUAN

Usia prasekolah merupakan salah satu periode *golden age* yang penting dalam tumbuh kembang seorang anak. Oleh karena

itu kebutuhan unsur-unsur tumbuh kembang harus terpenuhi. Salah satu faktor penting dalam tumbuh kembang anak adalah pemenuhan asupan gizi. Pemenuhan gizi yang adekuat dapat berpengaruh pada tumbuh kembang yang normal (Andriani & Wirjatmaji, 2012). Apabila asupan gizi yang diberikan tidak adekuat anak lebih mudah terkena penyakit terutama penyakit infeksi baik yang akut maupun yang menahun, infeksi cacing dan dalam waktu yang lama bisa menyebabkan gizi kurang atau gizi buruk (Sunarjo, 2011).

Menurut sensus yang dilakukan *World Health Organization* (WHO) (2012, dalam Rohmasari, 2013) diketahui bahwa 42 % dari 15,7 juta kematian anak dibawah 5 tahun terjadi di negara berkembang. Dari data tersebut sebanyak 84 % kasus kekurangan gizi anak usia dibawah lima tahun (balita) terjadi di Asia dan Afrika. Sekitar 1,7 juta anak di bawah lima tahun (balita) di Indonesia terancam mengalami gizi buruk yang tersebar di daerah tertinggal seluruh Indonesia (Nafratilawati, 2014). Berdasarkan data Riskesdas (2018) di Indonesia prevalensi gizi buruk pada Balita sebesar 3,9 %, gizi kurang sebesar 13,8% dan Prevalensi status gizi Provinsi Kalimantan Timur tahun 2018 gizi buruk sebesar 3,2 % dan gizi kurang 11,5 %, dan di

Samarinda pada tahun 2019 yang mengalami kurang gizi berjumlah 755 dari jumlah balita 114.590 (Dinkes Samarinda).

Kemudian angka kejadian sulit makan dapat diketahui pula dari penelitian-penelitian yang telah dilakukan. Di Bekasi terdapat 70,5% anak mengalami sulit makan (Irmawaty, 2012). Di Semarang ditemukan 43,3% anak mengalami sulit makan (Nafratilawati et al., 2015), di Riau terdapat 35,4% anak dengan sulit makan (Kesuma et al., 2015). Dan di kota Samarinda pada tahun 2017 didapat 10 % anak dengan sulit makan, Dari 10% anak yang sulit makan 7% terdapat di wilayah kerja puskesmas mangkupalas samarinda seberang (Nurhidayah, 2019).

Pada tahun 2019 Balita yang mengalami kesulitan makan di puskesmas mangkupalas berjumlah 145 balita jumlah ini sangat signifikan dibandingkan jumlah balita yang mengalami kesulitan makan di Puskesmas Karang Asam yang hanya berjumlah sekitar 12 balita (Nurhidayah, 2019). Dari hasil studi pendahuluan yang dilakukan di PAUD Ainul Muhajir terdapat 15 responden dan 11 diantaranya mengatakan bahwa anak mereka memiliki gangguan perilaku makan diantaranya tidak mau makan, hanya mau makanan yang disukainya, memilih makanan tertentu, lebih

suka makan cemilan atau jajanan, tidak suka sayuran.

Aromaterapi adalah salah satu obat atau terapi alternatif yang terus diteliti di dunia kedokteran sebagai terapi komplementer dalam sediaan *essensial oilyang* dapat menstimulasi indra penciuman untuk menjadikan seseorang rileks dan mengurangi rasa cemas. Aromaterapi berarti terapi dengan memakai minyak esensial yang ekstrak dan unsur kimianya diambil dengan utuh. Aromaterapi adalah bagian dari ilmu herbal (herbalism) (Poerwadi, 2015).

Berdasarkan beberapa penelitian sumber daun sereh digunakan sebagai penambah nafsu makan, tanaman sereh wangi (*citronella*) digunakan sebagai peluruh air seni, peluruh keringat, peluruh dahak, bahan untuk kumur dan penghangat badan sedangkan. Manfaat minyak sereh wangi (*citronella oil*) dengan kandungan geraniol dan sitronelal yang paling tinggi menyebabkan peningkatan nafsu makan. Penggunaan aromaterapi saat ini juga dikembangkan dalam pelayanan kebidanan komplementer untuk meningkatkan nafsu makan pada balita usia 1-5 tahun. (Ketaren, 2014).

METODE PENELITIAN

Rancangan penelitian dalam penelitian ini adalah *quasy eksperiment* dengan tipe *pre –posttest without control group design*, penelitian ini dilakukan pada kelompok anak pra sekolah di PAUD Ainul Muhajid Samarinda dan Al Jihad Samarinda.

Sampel penelitian ini berjumlah 44 anak yang terdaftar di PAUD Ainul Muhajir Samarinda dan 22 anak di PAUD AL Jihad Samarinda dengan kriteria inklusi, siswa PAUD yang terdaftar di PAUD Ainul muhajir dan PAUD Aljihad pada tahun ajaran 2021-2022 dan rentang usia anak 4 – 6 tahun.

Penelitian ini dilaksanakan di PAUD Ainul Muhajir dan PAUD Al Jihad Samarinda pada bulan november dan desember 2021. Pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan sebelum intervensi menggunakan kuisioner *pre-test* dan diberikan intervensi *essensial oil citronella* sediaan 7 hari, kemudian diobservasi lagi setelah dilakukan intervensi menggunakan kuisioner *post-test*. Hasil pengumpulan data di Analisa dengan menggunakan uji *Wilcoxon*.

HASIL

1. Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia

Tabel 4.1. Distribusi Frekuensi Karakteristik usia Responden (n=44) di PAUD pada tahun 2021

Usia	Frekuensi	Presentasi
4	7	16%
5	12	27%
6	25	57%
Jumlah	44	100%

Dapat dilihat dari tabel 4.1 tabel distribusi frekuensi karakteristik usia responden yaitu sangat sedikit dari responden yang memiliki usia 4 tahun ada 7 responden dengan presentasi 16% dan, kemudian sebagian kecil responden yang usianya 5 tahun ada 12 responden dengan presentasi 27% kemudian sebagian besar responden yang usianya 6 tahun juga memiliki presentasi 57%.

2. Nafsu Makan Anak Sebelum dilakukan Intervensi Pemberian *Essensial Oil Citronella*

Tabel 4.2. Nafsu makan anak sebelum diberikan essensial oil citronella di PAUD Ainul Muhajir dan PAUD Al jihad pada tahun 2021

Kategori	Frekuesni	Presentasi
Kurang	11	25%
Baik	33	75%
Jumlah	44	100%

Berdasarkan tabel 2.3. dapat diketahui bahwa dari 44 responden

sebelum diberikan essensial oil citronella 33 orang (75%) memiliki nafsu makan baik dan 11 orang (25%) memiliki nafsu makan kurang.

3. Nafsu Makan Anak Sesudah dilakukan Intervensi Pemberian *Essensial Oil Citronella*

Tabel 4.3. Nafsu makan anak sesudah diberikan essensial oil citronella di PAUD Ainul Muhajir dan PAUD Al jihad pada tahun 2021

Kategori	Frekuesni	Presentasi
Kurang	2	5%
Baik	42	95%
Jumlah	44	100%

Berdasarkan tabel 4.3 diketahui bahwa dari 44 responden sesudah diberikan essensial oil citronella 42 orang (95%) memiliki nafsu makan baik dan 2 orang (5%) masih memiliki nafsu makan yang kurang baik.

4. Pengaruh Pemberian *Essensial Oil Citronella terhadap* Nafsu Makan Anak di PAUD Ainul Muhajir dan PAUD Al Jihad

Tabel 4.4. Hasil Uji Wilcoxon Terhadap Nafsu Makan Anak Sebelum dan Sesudah Diberikan Essensial Oil Citronella

Z			-3.000
Asymp. Sig. (2-tailed)			.003

Dapat dilihat dari hasil penelitian pada tabel hasil pengukuran uji wilcoxon dengan sig 0.000 atau $p < \alpha$ dimana $0,003 < 0,005$, hal ini berarti ada pengaruh pemberian essential oil citronella terhadap nafsu makan anak di PAUD Samarinda.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat dilihat bahwa dari 44 responden, sebelum diintervensi yaitu dilakukan pemberian essentialoil citronella 33 orang (75%)memiliki nafsu makan baik dan 11 orang (25%) memiliki nafsu makan kurang.

Nafsu makan adalah suatu sistem regulator otomatis dalam usaha tubuh untuk mencukupi kebutuhan nutrisi intrinsiknya. Rangsangan di beberapa area hipotalamus akan menimbulkan rasa lapar dan nafsu makan sehingga menimbulkan keinginan untuk mencari dan mendapatkan makanan. Nukleus ventromedial dari hipotalamus berperan sebagai pusat rasa kenyang. Bagian ini berfungsi memberi sinyal kepuasan nutrisi yang akan menghambat pusat nafsu makan. Stimulasi elektrik pada daerah ini akan menyebabkan rasa kenyang dan puas (Et, 2015).

Setelah diberikan intervensi terlihat terjadi kenaikan nilai nafsu makan dimana

42 orang (95%) nafsu makan baik , 2 orang (5%) memiliki nafsu makan kurang , Dapat dilihat dari hasil penelitian bahwa setelah diberikan essential oil citronella makan nafsu makan anak mayoritas baik. Penggunaan aromaterapi saat ini juga dikembangkan dalam pelayananan kebidanan komplementer.

Manfaat Tanaman Sereh Wangi (*Citronella Oil*) (*Cymbopogon nardus L.Rendle*) mempunyai beberapa kegunaan salah satunya adalah sebagai vegetasi konservasi yaitu potensial untuk mencegah terjadinya erosi tanah dan merehabilitasi lahan-lahan kritis. Tanaman sereh terutama batang dan daun bisa dimanfaatkan sebagai pengusir nyamuk karena mengandung zat-zat seperti *geraniol*, *metil heptenon*, terpen-terpen, terpen-alkohol, asam-asam organik dan terutama sitronelal sebagai obat nyamuk semprot.

Dalam beberapa penelitian, daun sereh mengandung zat anti mikroba dan anti bakteri yang sangat berguna khususnya untuk mengobati infeksi pada lambung, usus, saluran kandung kemih, menyembuhkan luka, peluruh kentut (*karminatif*), penambah nafsu makan (*stomakik*), obat pasca bersalin, penurun panas dan pereda kejang atau *antispasmodic* (Kurniawati, 2010 dalam Faradina, 2020).

Sejalan dengan penelitian Ery fatmawati(2016) terdapat 60 persen balita yang memiliki asupan makanan kurang sebelum diberikan terapi *essensial oil citronella*, namun setelah diberikan *essensial oil citronella* asupan balita menjadi meningkat yaitu 70% balita yang memiliki asupan makanan baik.

Berdasarkan tabel hasil pengukuran uji wilcoxon dengan sig 0.003 atau $\rho < \alpha$ dimana $0,003 < 0,005$, sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima, Hipotesa Nol (H_0) tidak ada pengaruh pemberian *essensial oil citronella* terhadap nafsu makan anak di PAUD pada tahun 2021, Hipotesa Alternatif (H_a) ada pengaruh pemberian *essensial oil citronella* terhadap nafsu makan anak di PAUD pada tahun 2021.

Berdasarkan beberapa penelitian sumber daun sereh digunakan sebagai penambah nafsu makan, tanaman sereh digunakan sebagai peluruh air seni, peluruh keringat, peluruh dahak, bahan untuk kumur dan penghangat badan sedangkan manfaat *Citronella Oil* dengan kandungan *geraniol* dan *sitronelal* yang paling tinggi menyebabkan peningkatan nafsu makan. Penggunaan aromaterapi saat ini juga dikembangkan dalam pelayanan kebidanan komplementer untuk meningkatkan nafsu

makan pada balita usia 1-5 tahun. (Ketaren, 2014).

Penelitian ini sejalan dengan yang dilakukan oleh (Happy Marthalena, dkk 2021) dengan memberikan aromaterapi selama 7 hari diberikan 1x/hari sebanyak 3 tetes dan dicampurkan dengan 40ml air dimasukkan ke dalam diffuser yang akan dinyalakan selamakurang lebih 30 menit sebelum tidur malam. Dilakukan post-test setelah hari ke 8 untuk mengetahui hasil dari pemberian aromaterapi dengan jumlah sampel 20 balita usia 1-5 tahun dengan kriteria inklusi dan eksklusi berdasarkan hasil uji McNemarT-test, menunjukkan bahwa kedua data menunjukkan $p\text{-value} = 0.000b < 0,005$ sedangkan penelitian Ery Fatmawaty (2016) yaitu pemberian aromaterapi terhadap balita usia 2-5 tahun dengan dioleskan kebagian leher balita, membuktikan bahwa terdapat peningkatan nafsu makan pada balita setelah diberikan aromaterapi. Terdapat perbedaan yang tidak bermakna ($P > 0,005$) pada asupan makanan pokok, sayuran sedangkan terdapat perbedaan yang bermakna pada asupan lauk hewani. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh simanugkalit (2021) dengan judul aromaterapi *citronella oil* terhadap peningkatan nafsu makan pada balita di posyandu tulip kelurahan pahandut

Palangkaraya, didapatkan hasil p value nafsu makan = 0,000 atau H_a diterima dan H_0 ditolak, Artinya ada pengaruh terapi aromaterapi citronella oil terhadap nafsu makan balita di posyandu tulip kelurahan pahandut palangkaraya

SIMPULAN

Kesimpulan, dalam penelitian ini diketahui ada pengaruh pemberian essensial oil citronella di PAUD Ainul Muhajir dan PAUD Al jihad tahun 2021, hal ini dikarenakan hasil penelitian dan hasil pengukuran uji wilcoxon dengan sig 0.003 atau $\rho < \alpha$ dimana $0,003 < 0,005$. Hal ini berarti ada pengaruh dari citronella oil dalam meningkatkan nafsu makan anak.

DAFTAR PUSTAKA

Adhani, D. N. (2019). *Peran Orang Tua terhadap anak usia dini (usia 2 tahun) yang mengalami Picky Eater*. Aulad: Journal on Early Childhood, 2(1), 38–43. <https://doi.org/10.31004/aulad.v2i1.18> (Accesed 4 Juli 2021).

Agustin, S., Simanungkalit, H. M., & Wilianti, G. (2021). *Aromaterapi Citronella Oil Terhadap Peningkatan Nafsu Makan Pada Balita Usia 1-5 Tahun Di Posyandu*

Tulip Kelurahan Pahandut Palangka Raya. Jurnal Skala Kesehatan, 12(1), 59–64. <http://www.ejurnalskalakesehatan-poltekkesbjm.com> (Accesed 3 Juli 2021).

Agustina, Farradina Shaula, dkk (Universitas Negeri Semarang). (2020, Maret). Pembuatan Lilin Aromaterapi Ekstrak Serai (Lemongrass) Menggunakan Metode Destilasi Sederhana.

Alfitri, ZQU., (Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur). (2018, Juli). Analisa Praktik Klinik Keperawatan Pada Pasien *Coronary Artery Disease* (CAD) dengan Intervensi Inovasi Foot Hand Massage dan Inhalasi Dengan Aromaterapi Minyak Sereh Wangi (Citronella Oil) terhadap penurunan Intensitas Nyeri di Ruang *Intensif Cardiac Care Unit* (ICCU) RSUD Abdul Wahab Syahrani Samarinda.

Alifah, Anita Nur., (Universitas Muhammadiyah Magelang), (2020, April). Variasi Makan Dalam Upaya Peningkatan Nafsu Makan Pada Anak Usia 3-6 tahun.

- Arikunto.(2012). *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktik*. Jakarta : PT.AsdiMahasatya.
- Dahlan, S.M. (2014). *Statistik Untuk Kedokteran dan Kesehatan*. Jakarta : Epidemiologi Indonesia.
- Elpera, SDD., (Politeknik Kesehatan Kemenkes RI Medan). (2018,Juli). Hubungan Pola Asuh Orang Tua Dengan Kesulitan Makan Pada Anak Usia 3-5 Tahun Di Desa Sukaraya Kecamatan Pancur Batu.
- Fatmawati, Ery., (2016). Penggunaan Aromaterapi Sebagai Stimulasi Meningkatkan Asupan Makan Pada Balita. *Jurnal Kesehatan “Samodra Ilmu”*,pp. 161-166.
- Hafid, MF., (2017). Pengaruh Aromaterapi Lavender Terhadap Hasil Tes Potensi Akademik Siswa Kelas XII SMA Negeri 21 Makassar. Skripsi, Universitas Hasanuddin Makassar.
- Nurliyati, R., & Munastiwi, E. (2018). Manajemen Makanan Sehat di PAUD. 2, 65–80.
- Noor, F., Mumpuni, RA., Laksmiwati, I., Amaliyah, A. (2020). Pendampingan Ibu Bekerja (Working Mom) Terhadap Penggunaan Youtube Pada Anak, *Jurnal Komunikasi dan Teknologi Informasi*, pp. 40-50.
- Notoatmodjo, S. 2018. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Cetakan Ketiga. Jakarta : PT Rineka CiptaNursalam. (2013) *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Qodri, Udrika Lailatul., (2020). Analisis Kuantitatif Minyak Atsiri Dari Serai (*Cymbopogon sp*) Sebagai Aromaterapi. *Jurnal Farmasi Tinctura*, pp. 64-70.
- Rifiana, AJ., (Universitas Nasional). (2020, Juli). Efektifitas Konsumsi Jahe Dan Sereh Dalam Mengatasi *Morning Sickness* Pada Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas Serang Kota Tahun 2020.
- Sari, DS., Widyaningrum, NV., (2018). Pengaruh Aromaterapi Minyak Sereh (*Cymbopogon Citratus*) Terhadap Pencegahan Postpartum Blues Pada Ibu Primipara di RSUD Kabupaten Sukoharjo, *Indonesian Journal on Medical Science*, pp.7-11.
- Wanda, R., O.Nyoko, Y., M.Kody, M., Agustine, U. (2014). Pola Asuh Keluarga dan Perkembangan Emosional Anak Prasekolah, pp.

195-204.

<http://jurnal.poltekeskupang.ac.id>

(Accesed 3 Juli 2021).