

Inovasi Permen Gummy Jahe-Kunyit: Suplemen Alami Penambah Nafsu Makan Anak di Desa Titik

*Khotimatus Sholikhah¹, Khotimah Suryani², Andini Ardy Margaretha³, Dena Fajherin Ulmi⁴, Sila Eka Pratiwi⁵, Muhammad Arif Prayoga⁶

¹²³⁴⁵⁶(Universitas Islam Darul Ulum Lamongan

*Email: khotimatussholihah@unisda.ac.id

Article History:

Received: May 28th 2025

Revised: July 02th 2025

Accepted: August 03th 2025

Keywords: Inovasi Permen, Gummy Jahe-Kunyit, Suplemen Alami.

Abstract: Dalam upaya mendukung percepatan penurunan angka stunting di Indonesia, dilakukan pelatihan inovatif di Desa Titik dengan memanfaatkan bahan alami lokal seperti jahe (*Zingiber officinale*) dan kunyit (*Curcuma longa*). Kedua rimpang ini mengandung senyawa aktif, yaitu gingerol dan kurkuminoid, yang berkhasiat meningkatkan nafsu makan serta memiliki efek antiinflamasi dan antioksidan. Untuk menarik minat anak-anak, bahan herbal tersebut diolah menjadi permen gummy yang manis dan kenyal. Kegiatan ini dilaksanakan di balai desa melalui sosialisasi dan pelatihan yang melibatkan perangkat desa, kader PKK, dan ibu rumah tangga. Peserta mendapat penyuluhan tentang stunting, manfaat herbal lokal, serta praktik langsung pembuatan permen gummy. Antusiasme peserta sangat tinggi, terlihat dari keaktifan mereka dalam diskusi dan praktik. Pelatihan ini memberikan wawasan baru tentang pencegahan stunting berbasis potensi lokal serta mendorong kepedulian masyarakat terhadap kesehatan anak.

Introduction

Desa Titik, yang terletak di Kecamatan Sekaran, Kabupaten Lamongan, merupakan wilayah pedesaan dengan masyarakat yang masih sangat bergantung pada hasil alam dan kearifan lokal, termasuk dalam aspek pengobatan tradisional dan pemenuhan gizi keluarga. Potensi alam di desa ini cukup melimpah, terutama dalam bentuk tanaman herbal seperti jahe (*Zingiber Officinale*) dan kunyit (*Curcuma Longa*). Namun demikian, permasalahan gizi tetap menjadi tantangan yang signifikan, khususnya pada anak-anak.

Salah satu isu utama yang dihadapi adalah rendahnya nafsu makan pada anak-anak, yang berpotensi menyebabkan stunting atau hambatan pertumbuhan. Meskipun tersedia bahan alami yang berkhasiat seperti jahe dan kunyit, pemanfaatannya masih sangat terbatas. Hal ini disebabkan oleh minimnya inovasi dalam pengolahan bahan pangan

sehat yang disukai anak-anak, serta rendahnya kesadaran orang tua akan manfaat herbal sebagai suplemen alami.

Sebagai respon terhadap permasalahan tersebut, kegiatan Kuliah Kerja Nyata (KKN) telah melakukan analisis kebutuhan agar program kegiatan yang dilaksanakan berdampak untuk masyarakat desa Titik Sekaran, program kegiatan ini dilaksanakan dengan tujuan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai manfaat tanaman herbal sebagai penunjang gizi anak, melatih masyarakat, khususnya kaum ibu, dalam mengolah jahe dan kunyit menjadi produk makanan sehat yang menarik, yakni permen gummy herbal dan mendorong lahirnya keterampilan baru dan peluang usaha berbasis potensi lokal.

Kegiatan ini diharapkan memberikan manfaat ganda: secara kesehatan, dapat membantu meningkatkan nafsu makan anak dan mencegah stunting; secara ekonomi, dapat membuka peluang usaha rumahan berbasis olahan herbal yang memiliki nilai jual. Pendekatan ini juga mendorong pemberdayaan masyarakat dan pelestarian kearifan lokal.

Secara ilmiah, jahe dan kunyit terbukti memiliki manfaat fisiologis yang mendukung peningkatan nafsu makan dan metabolisme tubuh. Ekstrak jahe diketahui mampu merangsang aktivitas enzim pencernaan (Putri, 2020), sedangkan kurkumin dalam kunyit dapat meningkatkan produksi empedu, yang berperan penting dalam penyerapan lemak dan vitamin (Koniyo & Ahmad, 2025). Studi-studi sebelumnya menunjukkan bahwa penggunaan herbal ini dapat mendukung sistem imun, memperbaiki pencernaan, dan mengurangi inflamasi semua faktor yang penting dalam mendukung pertumbuhan anak.

Melalui pelatihan pembuatan permen gummy berbahan dasar jahe dan kunyit, kegiatan ini tidak hanya memberikan solusi terhadap permasalahan gizi di Desa Titik, tetapi juga membuka jalur bagi inovasi berbasis potensi lokal. Upaya ini diharapkan menjadi langkah berkelanjutan dalam mengurangi angka stunting dan meningkatkan kesejahteraan masyarakat secara holistik.

Method

Pelatihan pembuatan permen gummy berbahan dasar jahe dan kunyit di Desa Titik, Kecamatan Sekaran, Kabupaten Lamongan, dilakukan melalui beberapa tahapan sistematis yang bertujuan untuk meningkatkan kesadaran dan keterampilan masyarakat dalam memanfaatkan bahan herbal lokal sebagai upaya pencegahan stunting dan penambah nafsu makan anak. Kegiatan ini menggunakan pendekatan edukatif partisipatif, dengan bahasa komunikasi yang sederhana, persuasif, dan mudah dipahami oleh ibu-ibu rumah tangga dan kader PKK sebagai peserta utama. Ada beberapa tahapan

yang dilakukan, antara lain:

Mengidentifikasi kebutuhan masyarakat

Tahapan awal dimulai dengan observasi langsung dan wawancara informal dengan tokoh masyarakat, kader posyandu, dan ibu-ibu rumah tangga. Hasil pengamatan menunjukkan bahwa masih banyak anak mengalami penurunan nafsu makan, pemanfaatan jahe dan kunyit sebagai herbal untuk menunjang kesehatan anak belum maksimal. Data kualitatif ini menjadi dasar perencanaan kegiatan yang relevan dengan kebutuhan local.

1. Pelaksanaan

Pelatihan dilaksanakan di Balai Desa Titik dengan metode ceramah, demonstrasi langsung (*hands-on*), dan diskusi interaktif. Materi yang disampaikan mencakup: *pertama*, menjelaskan stunting dan dampaknya pada tumbuh kembang anak, *kedua* menjelaskan kandungan dan manfaat jahe dan kunyit sebagai penambah nafsu makan dan *ketiga* proses pembuatan permen gummy herbal yang ramah anak. Selanjutnya, peserta diberi kesempatan untuk membuat permen gummy mulai dari memilih dan membersihkan bahan, proses merebus untuk mengambil sari herbal, mencampur bahan, mencetak, hingga menyimpan hasil akhir. Selama pelatihan, ada sesi tanya jawab dan diskusi untuk mendengarkan pendapat langsung dari peserta.

2. Evaluasi dan Tindak Lanjut

Evaluasi dilakukan dengan memberikan kuisioner sederhana untuk mengetahui pemahaman peserta serta tanggapan mereka terhadap produk yang telah dihasilkan, terutama dari segi rasa, mudahnya membuat, dan potensi untuk diproduksi ulang di rumah. Hasil evaluasi digunakan sebagai dasar untuk memperbaiki materi dan pelatihan berikutnya.

Result

Pelaksanaan kegiatan ini, dilakukan di Balai Desa Titik Kecamatan Sekaran Kabupaten Lamongan, hasil kegiatan menemukan beberapa data sebagai berikut:

1. Keberhasilan Peserta dalam Pelatihan

Sebanyak 35 peserta yang terdiri dari ibu-ibu PKK, kader Posyandu, dewan guru TK Lestari, dan wali murid mengikuti pelatihan ini dengan antusias. Hasil pelatihan menunjukkan bahwa:

- a. 90% peserta (32 orang) berhasil membuat permen gummy herbal secara mandiri.

- b. 10% peserta (3 orang) masih mengalami kesulitan, namun tetap menunjukkan ketertarikan tinggi untuk mencoba kembali di rumah.

2. Uji Produk

Produk permen gummy diuji secara sederhana kepada 15 anak usia 2-6 tahun untuk menilai kesukaan terhadap rasa, tekstur, dan warna. Hasilnya:

- a. 87% anak (13 orang) menyukai rasa permen gummy yang dibuat.
- b. Permen gummy memiliki tekstur kenyal dan warna kuning alami dari kunyit, yang membuatnya menarik secara visual.

3. Perubahan Nafsu Makan Anak

Dalam uji coba konsumsi selama 7 hari terhadap 15 anak:

- a. 10 anak menunjukkan peningkatan nafsu makan yang dilaporkan oleh orang tua.
- b. Anak-anak menjadi lebih antusias saat waktu makan dan tidak menolak makanan seperti biasanya dan orang tua mampu mengulangi proses pembuatan permen gummy secara mandiri di rumah sebagai vitamin untuk anak.

Discussion

Indonesia dikenal sebagai negara yang kaya akan keanekaragaman hayati, termasuk tanaman herbal lokal yang memiliki khasiat kesehatan, seperti jahe (*Zingiber officinale*) dan kunyit (*Curcuma longa*). Kedua tanaman ini telah lama digunakan dalam pengobatan tradisional dan mulai banyak diteliti secara ilmiah karena kandungan senyawa aktifnya yang bermanfaat bagi tubuh. Potensi ini sangat penting untuk dioptimalkan, terutama dalam konteks pencegahan stunting yang masih menjadi permasalahan serius di berbagai daerah pedesaan, termasuk Desa Titik. Sumber daya alam sudah menyediakan berbagai tanaman herbal yang dapat dimanfaatkan untuk tubuh manusia mulai dari olahan sebagai minuman atau makanan.

Masyarakat dapat menemukan jahe dan kunyit sangat mudah sekali di pasar atau menanam sendiri di halaman rumah. Bahkan di Desa Titik telah tersedia satu lahan khusus dan sudah di tanam aneka macam tanaman obat keluarga hanya saja belum termanfaatkan dengan baik. Perlu diketahui bersama, jahe mengandung senyawa aktif utama berupa gingerol, yang memiliki efek stimulan pada saluran pencernaan, termasuk meningkatkan motilitas gastrointestinal dan sekresi enzim pencernaan. Studi oleh Mashhadi et al. (2013) menunjukkan bahwa gingerol tidak hanya berperan sebagai antiinflamasi, tetapi juga membantu memperbaiki nafsu makan dengan meningkatkan respons sistem saraf terhadap rasa lapar. Ini menjadikan jahe sebagai agen alami yang

potensi dalam membantu anak-anak yang mengalami gangguan nafsu makan.

Kunyit mengandung kurkumin, senyawa polifenol yang berfungsi sebagai antioksidan, antiinflamasi, dan imunomodulator. Kurkumin telah terbukti secara ilmiah dapat memperkuat fungsi hati dan merangsang produksi empedu, yang sangat penting dalam proses pencernaan lemak dan penyerapan vitamin larut lemak (Hewlings & Kalman, 2017). Fungsi ini secara tidak langsung membantu meningkatkan metabolisme dan menstimulasi nafsu makan, terutama pada anak-anak dengan gangguan pertumbuhan.

Salah satu tantangan dalam pemberian herbal pada anak-anak adalah rasa dan aroma khas yang cenderung tidak disukai. Oleh karena itu, permen gummy dipilih sebagai media pemberian herbal karena bentuknya yang menarik, teksturnya yang kenyal, dan rasa manis yang disukai oleh anak-anak. Hal ini memudahkan pemberian zat aktif herbal tanpa harus memaksa anak-anak mengonsumsi ramuan tradisional yang pahit atau menyengat (Ahmed et al., 2020).

Dalam pelatihan, peserta diajarkan cara membuat permen gummy yang menggunakan rebusan sari jahe dan kunyit sebagai bahan utama, kemudian dicampur dengan gelatin dan madu sebagai pemanis alami. Formulasi ini tidak hanya memberikan manfaat fungsional, tetapi juga tetap mempertahankan rasa yang dapat diterima oleh anak-anak. Selain itu, penggunaan madu memberikan nilai tambah karena memiliki sifat antimikroba dan mendukung imunitas anak.

Prosedur pembuatan permen gummy dalam praktiknya meliputi langkah-langkah berikut:

1. Menyiapkan bahan dan peralatan, seperti: panci, mangkok kecil, cetakan karakter hewan dan buah, jahe, kunyit, gelatin, madu, air secukupnya.
2. Memotong jahe dan kunyit tipis-tipis
3. Masukkan irisan jahe dan kunyit ke dalam panci kemudian tambahkan air secukupnya tunggu hingga mendidih
4. Diamkan rebusan jahe dan kunyit tersebut hingga dingin
5. Larutkan gelatin sesuai takaran dengan air
6. Masukkan gelatin ke dalam rebusan jahe dan kunyit, masak dengan api yang sedang sampai gelatin larut
7. Masukkan larutan tadi ke dalam cetakan karakter tersebut
8. Kemudian masukkan ke dalam kulkas dalam kurun waktu 2 jam
9. Setelah permen jadi lepaskan permen tersebut dari cetakan kemudian siap di packaging

 Gambar 1: Bahan-bahan yang disiapkan, panci, air, jahe, kunyit, dan cetakan	 Gambar 2: Kunyit dan jahe diiris tipis dan dimasukkan ke dalam panci yang telah berisi air	 Gambar 3: Proses perebusan jahe dan kunyit	 Gambar 4: Pelarutan gelatin dan madu ke dalam rebusan jahe dan kunyit
--	---	---	--

Hasil uji coba konsumsi permen gummy selama 7 hari pada 15 anak usia 2–6 tahun menunjukkan bahwa 10 anak mengalami peningkatan nafsu makan, berdasarkan laporan orang tua. Uji organoleptik sederhana juga menunjukkan bahwa 87% anak menyukai produk yang dibuat. Hal ini membuktikan bahwa permen gummy herbal ini memiliki potensi untuk digunakan sebagai alternatif suplemen alami yang efektif dan ramah anak.

Pelatihan ini juga memiliki dampak sosial-ekonomi yang signifikan, terutama bagi ibu-ibu rumah tangga di Desa Titik. Mereka memperoleh keterampilan baru dalam mengolah bahan herbal lokal menjadi produk bernilai guna tinggi. Dengan demikian, kegiatan ini tidak hanya meningkatkan pengetahuan tentang kesehatan anak, tetapi juga mendorong peran aktif perempuan dalam meningkatkan kesejahteraan keluarga.

Dengan pendekatan berbasis masyarakat dan pemanfaatan sumber daya lokal, kegiatan ini berkontribusi pada upaya pencegahan stunting secara holistik. Tidak hanya dari sisi gizi anak, tetapi juga melalui peningkatan pengetahuan keluarga, pemberdayaan ekonomi, dan pelestarian tanaman herbal lokal sebagai aset desa. Hal ini sejalan dengan pendekatan *community-based nutrition education* yang banyak dianjurkan dalam program intervensi stunting (UNICEF, 2019).

Keberhasilan pelatihan ini membuka peluang untuk direplikasi di desa lain dengan kondisi serupa. Namun demikian, untuk peningkatan kualitas produk, diperlukan pengujian laboratorium lebih lanjut terkait kandungan nutrisi, daya simpan, dan dosis optimal. Selain itu, pelatihan lanjutan juga bisa mencakup aspek pemasaran produk dan perizinan pangan agar produk ini dapat berkembang secara komersial dalam jangka panjang.

Conclusion

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan melalui pelatihan pembuatan permen gummy berbahan dasar jahe dan kunyit telah berhasil menciptakan produk inovatif yang berfungsi sebagai suplemen alami untuk meningkatkan nafsu makan anak serta berpotensi mendukung pencegahan stunting sejak dini. Inovasi ini tidak hanya menjawab tantangan gizi anak-anak di Desa Titik, tetapi juga mengangkat potensi herbal lokal sebagai solusi berbasis kearifan tradisional yang mudah diterima oleh masyarakat.

Kegiatan ini menunjukkan bahwa sinergi antara mahasiswa KKN UNISDA, kader posyandu, dewan guru TK Lestari, wali murid, dan masyarakat dapat menghasilkan pendekatan edukatif yang partisipatif dan berdampak nyata. Edukasi mengenai gizi anak dan cara membuat produk herbal sehat dapat diintegrasikan ke dalam kegiatan rutin posyandu dan pendidikan anak usia dini sebagai bentuk penguatan kapasitas masyarakat secara berkelanjutan. Pelatihan yang disusun secara terorganisir, penggunaan bahan-bahan lokal yang mudah diperoleh, serta metode penyampaian yang komunikatif menjadikan kegiatan ini efektif dalam membangun pengetahuan dan keterampilan peserta.

Produk permen gummy yang dihasilkan terbukti memiliki karakteristik yang sesuai dengan preferensi anak-anak, baik dari segi rasa, tekstur, maupun tampilan, sehingga meningkatkan kemungkinan dikonsumsi secara rutin sebagai suplemen sehat. Lebih dari itu, kegiatan ini berhasil menumbuhkan kesadaran orang tua akan pentingnya pemenuhan gizi dan mendorong peran aktif ibu-ibu sebagai agen perubahan dalam menjaga kesehatan keluarga.

Dari sisi sosial dan ekonomi, pelatihan ini membuka peluang pengembangan usaha kecil berbasis pangan fungsional yang dapat memberikan nilai tambah ekonomi bagi rumah tangga. Selain itu, mahasiswa KKN memperoleh pengalaman langsung dalam menerapkan ilmu di tengah masyarakat, memperkuat kompetensi mereka dalam bidang pemberdayaan dan pengembangan komunitas.

References

- Ahmed, W., Aslam, A., & Anwar, H. (2020). Development and Evaluation of Herbal Based Gummy Formulations. *International Journal of Pharmaceutical Sciences and Research*, 11(5), 234-239.
- Hewlings, S. J., & Kalman, D. S. (2017). Curcumin: A Review of Its' Effects on Human Health. *Foods*, 6(10), 92. <https://doi.org/10.3390/foods6100092>
- Mashhadi, N. S., Ghiasvand, R., Askari, G., Hariri, M., Darvishi, L., & Mofid, M. R. (2013). Anti-oxidative and Anti-inflammatory Effects of Ginger in Health and Physical

Activity: Review of Current Evidence. *International Journal of Preventive Medicine*, 4(Suppl 1), S36–S42.

UNICEF. (2019). Programming Guidance: Nutrition in Middle Childhood and Adolescence. <https://www.unicef.org/documents/programming-guidance-nutrition-middle-childhood-and-adolescence>

Koniyo, Y., & Ahmad, I. G. (2025). Effectiveness of Kunyit (*Curcuma domestica*) and Temulawak (*Curcuma xanthoriza*) Additions in Commercial Feeding on the Growth and Life Existence of Mask Fish (*Cyprinus carpio*). *Jurnal Ilmiah PLATAX*, 13(2), 262–276.

Putri, M. (2020). *Khasiat dan manfaat jahe merah*. Alprin.