

**PERBEDAAN NAFSU MAKAN MENCIT YANG DIBERIKAN JAMU
BERAS KENCUR DENGAN VARIASI BERAS MERAH DAN BERAS
PUTIH**

**DIFFERENCE IN APPETITE MICE WAS GIVEN JAMU BERAS
KENCUR WITH VARIETY OF BROWN RICE AND WHITE RICE**

Ainun Mufarikhah, Rizal Pratama Nugroho

Akademi Farmasi Putra Indonesia Malang

ABSTRAK

Jamu beras kencur secara empiris dapat meningkatkan nafsu makan. Salah satu komponen jamu beras kencur adalah beras putih. Beras putih memiliki indeks glikemik tinggi sehingga dapat mempercepat rasa lapar. Beras merah memiliki indeks glikemik rendah dapat menunda rasa lapar. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan nafsu makan mencit yang diberikan jamu beras kencur dengan variasi beras merah dan beras putih. Data diperoleh dengan pengujian sebanyak 15 ekor mencit dibagi dalam 5 kelompok. Masing masing kelompok diberikan jamu beras kencur oral 0,5 ml pada formula 1, formula 2, formula 3, dan terdapat kelompok kontrol dan aquadest. Perlakuan dilakukan ketika sebelum makan selama 14 hari, makanan diberikan 2 kali sehari sebanyak 3 gram. Hasil diperoleh dari penimbangan makanan awal dengan sisa makanan. Hasil penelitian menunjukkan tidak terdapat perbedaan secara statistik nafsu makan mencit yang diberikan jamu beras kencur dengan variasi beras merah maupun beras putih.

Kata Kunci : Beras Merah, Beras Putih, Jamu Beras Kencur, Nafsu Makan

ABSTRACT

Jamu beras kencur can increase appetite empirically. One of the component jamu beras kencur is a white rice. The white rice have high index glycemic that can speed up hunger. The brown rice have low glycemic index its can delay the hunger. The purpose of this study to find the difference of appetite mice was given jamu beras kencur with variety of brown rice and white rice. The data was obtained by testing 15 mice was divided into 5 groups. Every groups was given jamu beras kencur 0,5 mL orally on the formula 1, formula 2, formula 3, and there are control groups and aquadest. This treatment is done before eating for 14 days. The food was given 2 times a day as much as 3 grams. The results was obtained from weighing early food with leftovers. The result of this study showed was no statistical difference appetite mice was given jamu beras kencur with variety of brown rice and white rice.

Keyword : Brown Rice, White Rice, Jamu beras kencur, Appetite.

Pendahuluan

Indonesia merupakan Negara dengan kekayaan budaya yang beragam. Keberagaman budaya tersebut mempengaruhi kebiasaan dan adat istiadat dalam setiap daerah. Salah satu kebiasaan masyarakat Indonesia yaitu membuat dan meminum jamu. Jamu biasanya dibuat untuk pengobatan, ritual adat, maupun untuk minuman sehari hari.

Jamu merupakan bahan atau ramuan bahan yang berasal dari tumbuhan, hewan, mineral, sediaan sarian (galenik) atau campuran dari bahan tersebut, yang secara turun temurun telah digunakan untuk pengobatan berdasarkan pengalaman (Depkes, 2009). Jamu dapat memiliki berbagai efek farmakologis disebabkan memiliki kandungan metabolit sekunder yang beragam.

Salah satu jamu yang sering dibuat oleh masyarakat Indonesia adalah jamu beras kencur. Beras kencur merupakan campuran beras dan rempah rempah rempah lainnya seperti kencur, jahe, asam dan gula jawa yang diolah dalam bentuk minuman. Jamu beras kencur merupakan jamu yang disukai oleh berbagai kalangan karena rasanya

yang manis dan menyegarkan. Selain itu jamu beras kencur dibuat dari bahan bahan yang mudah didapatkan dan harganya pun relatif murah.

Komponen bahan utama pada jamu beras kencur adalah beras dan kencur. Selain itu terdapat rempah rempah lainnya diantaranya jahe sebagai penambah cita rasa pedas, asam jawa sebagai penambah cita rasa asam dan kedawung sebagai penambah cita rasa pahit. Beragam rempah rempah dalam jamu beras kencur sehingga memiliki kandungan metabolit sekunder yang beragam.

Kandungan metabolit sekunder dalam beras kencur seperti alkaloid, fenol flavonoid dapat memberikan efek farmakologis yang beragam (Latifah, 2014). Secara empiris beras kencur digunakan untuk meningkatkan stamina tubuh. Kencur merupakan salah satu rempah rempah yang mengandung minyak atsiri, secara empiris kencur dapat sebagai obat batuk, mengurangi peradangan dan penambah nafsu makan (Nurhayati, 2008). Dalam penelitian yang dilakukan oleh Latifah, 2014, jamu

beras kencur terbukti dapat menurunkan kadar glukosa darah.

Jamu beras kencur merupakan jamu yang menggunakan beras putih sebagai komponen utamanya. Beras putih pada jamu beras kencur dapat sebagai sumber energi sehingga dapat menyegarkan tubuh. Beras putih merupakan beras yang telah digiling bersih tanpa kulit ari. Salah satu jenis beras lainnya adalah beras merah. Beras merah biasa digunakan sebagai terapi penunjang dari pasien diabetes. Beras merah digunakan sebagai pengganti beras putih pada diet pasien diabetes. Hal tersebut dikarenakan beras merah mengalami penyerapan yang lebih lambat dan mempertahankan efek kenyang daripada beras putih, sehingga mengurangi peningkatan glukosa darah secara cepat. Efek dari beras merah tersebut juga akan mempengaruhi nafsu makan.

Beras merah juga merupakan salah satu varietas beras yang lebih sehat dibandingkan beras lainnya. Beras merah memiliki kandungan serat dan kandungan gizi yang tinggi. Beras merah juga memiliki kandungan antioksidan yang lebih

tinggi daripada jenis beras lainnya. Oleh karena itu mengganti beras putih dengan beras merah pada jamu beras kencur dapat lebih menunjang khasiat dari jamu beras kencur. Masih belum terdapat produsen jamu yang menggunakan beras merah sebagai pengganti beras putih pada jamu beras kencur. Penambahan beras merah pada jamu dapat meningkatkan nilai fungsional pada jamu beras kencur

Efek kenyang yang dihasilkan dari beras merah dapat mempengaruhi nafsu makan. Untuk mengetahui efek nafsu makan tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian perbedaan nafsu makan mencit yang diberikan jamu beras kencur dengan variasi beras merah dan beras putih. Hal tersebut dilakukan agar terdapat gambaran pengaruh penambahan beras merah pada jamu beras kencur terhadap nafsu makan.

METODE PENELITIAN

Penelitian perbedaan nafsu makan mencit yang diberikan jamu beras kencur dengan variasi beras merah dan beras putih termasuk jenis penelitian eksperimental

Alat dan Bahan

Alat. Alat yang digunakan dalam penelitian ini adalah pisau, baskom, lumpang dan alu, blender, panci, saringan, tempat makan mencit, kandang mencit, sonde, spuit, tempat minum mencit.

Bahan. Bahan yang digunakan dalam penelitian ini adalah rimpang kencur, jahe. Gula pasir, gula jawa, asam jawa, kedawung, beras merah, beras putih, air, dan aquadest.

Tahap Penelitian

Penelitian dilakukan di laboratorium terpadu 1 Akademi Farmasi Putra Indonesia Malang. Adapun tahap penelitian sebagai berikut:

1. Formulasi dan Pembuatan jamu beras kencur.

Tabel I. Formula Jamu Beras Kencur

	Formula 1	Formula 2	Formula 3
Rimpang Kencur	1 ons	1 ons	1 ons
Jahe	0,5 ons	0,5 ons	0,5 ons
Gula Pasir	0,5 ons	0,5 ons	0,5 ons
Gula jawa	0,5 ons	0,5 ons	0,5 ons
Asam jawa	¼ ons	¼ ons	¼ ons
Kedawun g	25 gram	25 gram	25 gram
Beras Merah	-	1 ons	-
Beras Putih	1 ons	-	-
Air	1,5 liter	1,5 liter	1,5 liter

Pembuatan jamu beras kencur dilakukan dengan merendam beras \pm 1 jam, kemudian dihaluskan. Bahan selain beras diblender dengan air matang, kemudian beras dicampur dengan hasil blender rempah rempah kemudian disaring.

2. Persiapan hewan uji dengan mengadaptasikan 15 ekor mencit jantan dengan bobot 20 – 40 gram, yang diadaptasikan selama 7 hari.
3. Pengujian nafsu makan mencit menggunakan 5 kelompok yang berisi 3 mencit. masing masing kelompok diberi perlakuan oral 0,5 mL formula 1,2 dan 3 kemudian perlakuan aquadest dan normal. Perlakuan dilakukan sebelum diberi makan. Mencit diberi makan 2 kali sehari sebanyak 3 gram.
4. Pengambilan data dilakukan dengan menimbang jumlah makanan awal dan sisa makanan. kemudian dihitung selisih makanan dan dilakukan analisis data menggunakan one way annova.

HASIL PENELITIAN

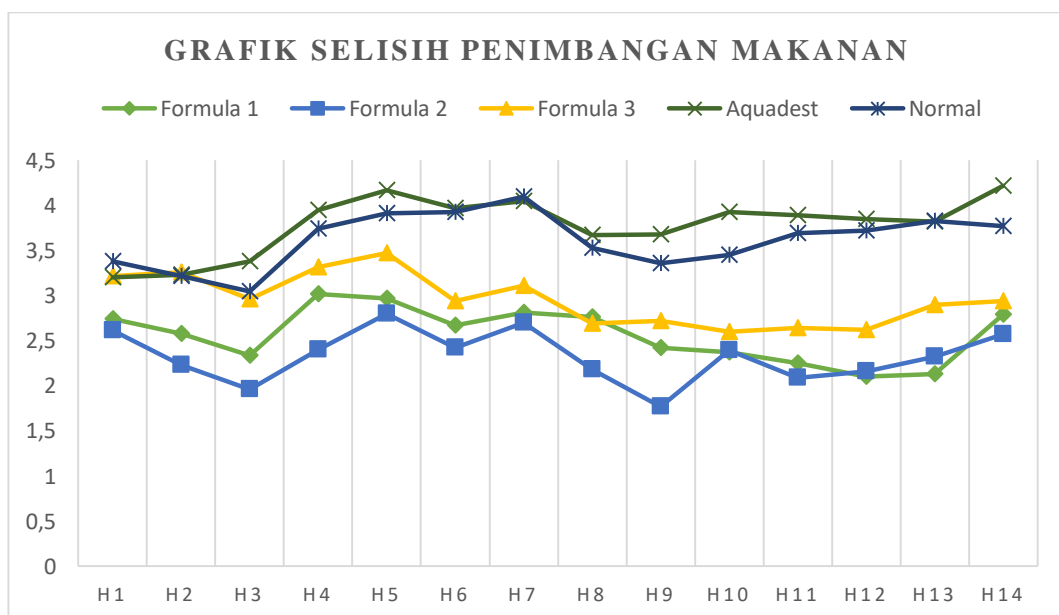
Hasil penelitian diperoleh rata rata selisih penimbangan makanan mencit.

Tabel 2. Rata – rata selisih makanan mencit

Hari	Perlakuan				
	Formula 1	Formula 2	Formula 3	Aquadest	Normal
H1	2,740	2,610	3,223	3,202	3,383
H2	2,577	2,227	3,255	3,230	3,220
H3	2,337	1,958	2,958	3,377	3,045
H4	3,017	2,398	3,322	3,947	3,738
H5	2,970	2,798	3,468	4,167	3,913
H6	2,665	2,418	2,938	3,967	3,930
H7	2,808	2,703	3,107	4,048	4,100
H8	2,757	2,175	2,692	3,668	3,525
H9	2,417	1,768	2,718	3,675	3,363
H10	2,372	2,385	2,697	3,925	3,447
H11	2,253	2,085	2,640	3,887	3,685
H12	2,102	2,158	2,615	3,848	3,722
H13	2,127	2,320	2,897	3,823	3,827
H14	2,793	2,565	2,943	4,223	3,773

Dari data rata rata selisih makanan tersebut kemudian diperoleh grafik selisih penimbangan makanan mencit sebagai berikut:

Tabel 3. Grafik Selisih Penimbangan Makanan



Dari data rata rata selisih makanan tersebut kemudian diolah dengan metode one way onnova diperoleh data sebagai berikut:

Tabel 4. Tabel Annova

ANOVA					
Makanan					
	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	22.782	4	5.695	63.646	.000
Within Groups	5.817	65	.089		
Total	28.598	69			

Kemudian dilakukan uji beda nyata (post hoc Annova) dengan metode tukey diperoleh data sebagai berikut:

Tabel 5. Uji Beda Nyata

		Makanan		
Pelakuan	N	Subset for alpha = 0.05		
		1	2	3
Tukey HSD ^a				
<u>Beras Merah</u>	14	<u>2.3286</u>		
<u>Beras Putih</u>	14	<u>2.5679</u>		
Tanpa Beras	14		2.9564	
Normal	14			3.6186
Aquadest	14			3.7864
Sig.		.226	1.000	.576

PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat nafsu makan mencit yang diberikan jamu beras kencur dengan variasi beras merah dan beras putih. penelitian dilakukan terhadap hewan uji mencit yang dibagi ke dalam 5 kelompok perlakuan, yaitu jamu beras kencur

dengan beras putih, jamu beras kencur dengan beras merah, jamu beras kencur tanpa beras, perlakuan dengan aquadest dan tanpa perlakuan (normal). Penelitian dilakukan dengan memberikan secara oral jamu beras kencur setiap sebelum diberikan makanan.

Data diambil melalui penimbangan sisa makanan mencit dalam waktu setiap 12 jam. Sebelum diberikan makanan juga ditimbang terlebih dahulu, kemudian dihitung selisih makanan awal dan sisa makanan. Data yang diperoleh kemudian diolah dengan aplikasi spss dengan metode Anova. Dari tabel annova terlihat nilai sig kurang dari 0,05 yang artinya terdapat perbedaan yang bermakna antar perlakuan. Untuk mengetahui letak perbedaan tersebut perlu dilakukan uji post hoc.

Dari uji post hoc annova tidak terdapat perbedaan yang bermakna antara kelompok perlakuan formula beras putih dengan kelompok perlakuan formula beras merah. hal tersebut juga dapat dilihat dari grafik selisih makanan, grafik antara perlakuan formula beras putih dengan perlakuan formula beras merah tidak jauh berbeda. Tidak terdapat perbedaan yang bermakna tersebut dikarenakan adanya rempah rempah pada jamu beras kencur yang juga dapat sebagai peningkatan nafsu makan. Dapat dilihat dari adanya perbedaan nafsu makan yang signifikan pada kelompok jamu tanpa menggunakan beras dengan

kelompok formula yang menggunakan beras.

Rempah – rempah yang dapat berkhasiat sebagai peningkat nafsu makan salah satunya adalah rimpang kencur. Rimpang kencur secara empiris digunakan untuk peningkatan nafsu makan. Adanya minyak atsiri pada kencur dapat sebagai tonikum sehingga keinginan untuk makan juga lebih besar. selain rimpang kencur, kunyit juga dapat sebagai peningkatan nafsu makan. Kandungan minyak atsiri pada kunyit dapat meningkatkan keinginan untuk makan.

Efek peningkatan nafsu makan yang disebabkan oleh rempah rempah tersebut dapat ditekan oleh adanya beras pada jamu beras kencur. Hal tersebut terlihat dari grafik selisih makanan yang terdapat peningkatan pada kelompok jamu tanpa beras dibandingkan kelompok jamu yang menggunakan beras. Artinya jamu beras kencur dapat lebih menekan nafsu makan dikarenakan terdapat kandungan karbohidrat dalam jamu. Rasa kenyang timbul oleh peningkatan penggunaan glukosa, ketika lebih banyak glukosa yang diserap dari saluran pencernaan maka

akan timbul rasa kenyang hingga penyerapan tersebut selesai (Meutia, 2005). Namun tidak banyak penurunan yang dihasilkan oleh jamu beras kencur baik yang menggunakan beras putih ataupun yang menggunakan beras merah.

tidak terdapat perbedaan yang bermakna antara perlakuan jamu yang menggunakan beras putih maupun beras merah dikarenakan kandungan serat pada beras merah berkurang ketika proses penghalusan, sehingga tidak mempengaruhi secara signifikan proses nafsu makan dibandingkan dengan beras putih. Perubahan ukuran partikel serat akan mempengaruhi penyerapan pada lambung, penyerapan serat yang mengalami perubahan partikel akan lebih cepat daripada penyerapan serat utuh (Arif, 2013).

Namun jika dilihat secara grafik terdapat sedikit perbedaan antara perlakuan beras merah dan beras putih. terdapat penurunan yang lebih tinggi pada hari ke 9 untuk perlakuan beras merah dibandingkan beras putih. Pada hari 10 terdapat kenaikan nafsu makan pada beras merah dibandingkan dengan hari ke 9 namun kenaikan nafsu makan pada hari

selanjutnya tidak lebih tinggi daripada kelompok perlakuan beras putih. hal tersebut terjadi dikarenakan nafsu makan juga dipengaruhi oleh beberapa hormon sehingga nafsu makan tidak stabil.

Pada kelompok perlakuan normal dan aquadest tidak terdapat perbedaan yang signifikan terhadap nafsu makan. Artinya adanya perlakuan oral tidak mempengaruhi nafsu makan mencit dan nafsu makan hanya dipengaruhi oleh jamu beras kencur.

KESIMPULAN

Kesimpulan dalam penelitian ini adalah tidak terdapat perbedaan nafsu makan mencit yang diberikan jamu beras kencur beras merah maupun dengan jamu beras kencur beras putih

DAFTAR RUJUKAN

- Arif, A. B., Pertanian, B. P., Budiyanto, A., Pertanian, B. P., & Pascapanen, B. B. (2014). Nilai Indeks Glikemik Produk Pangan dan Faktor-Faktor yang Memengaruhinya.
- Indonesia, R. (2009). Undang-undang Republik Indonesia nomor 36 tahun 2009 tentang Kesehatan. *Jakarta: Republik Indonesia.*

- Kusumastuti, K., & Ayustaningwarno, F. (2013). *Pengaruh Penambahan Bekatul Beras Merah Terhadap Kandungan Gizi, Aktivitas Antioksidan dan Kesukaan Sosis Tempe* (Doctoral dissertation, Diponegoro University).
- Latifah, N. J. (2014). Uji Aktivitas Jamu Gendong Beras Kencur (*Oryza Sativa* L.; *Kaempferia Galanga* L.) sebagai Antidiabetes pada Tikus Putih Jantan Galur Wistar yang Diinduksi Streptozotocin. *Jurnal Mahasiswa Farmasi Fakultas Kedokteran UNTAN*, 1(1).
- Meutia, N. (2005). *Peran Hormon Ghrelin Dalam Meningkatkan Nafsu Makan*. Sumatera utara: Universitas Sumatera Utara
- Setiyaningsih, P. (2008). Karakterisasi sifat fisiko kimia dan indeks glikemik beras berkadar amilosa sedang. Skripsi. Bogor : Institut Pertanian Bogor
- Supardi, S., Herman, M. J., & Yuniar, Y. (2011). Penggunaan jamu buatan sendiri di Indonesia (analisis data riset kesehatan dasar tahun 2010). *Buletin Penelitian Sistem Kesehatan*, 14(4 Okt).
- Wulandari, R. A., & Azrianingsih, R. (2014). Etnobotani Jamu Gendong Berdasarkan Persepsi Produsen Jamu Gendong di Desa Karangrejo, Kecamatan Kromengan, Kabupaten Malang. *Biotropika: Journal of Tropical Biology*, 2(4), 198-202.
- dissertation, Universitas Sebelas Maret Surakarta).