

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Anak balita merupakan istilah yang berasal dari kependekan kata bawah lima tahun. Periode tumbuh kembang pada anak paling pesat terjadi ketika masa balita, karena pada masa ini pertumbuhan dasar yang akan mempengaruhi dan menentukan perkembangan kemampuan berbahasa, kreativitas, kesadaran sosial, emosional, dan intelegensia berjalan sangat cepat serta merupakan landasan perkembangan berikutnya. Masa ini sangat membutuhkan nutrisi seperti karbohidrat, protein, lemak, mineral, dan vitamin. Pertumbuhan dan perkembangan anak dapat dioptimalkan dengan memenuhi kebutuhan gizi anak (Saidah dan Dewi., 2020).

Berdasarkan Survei Status Gizi Indonesia oleh Unicef dan Kemenkes RI pada tahun 2021 prevalensi balita kekurangan gizi sebanyak 7,1% dan meningkat pada tahun 2022 sebanyak 7,7% (Kemenkes RI., 2023). Data Badan Pusat Statistik Jawa Tengah menunjukkan kasus gizi kurang mengalami peningkatan yaitu pada tahun 2022 sebanyak 26.731 balita. Sedangkan pada tahun 2023 sebanyak 81.074 balita. Kabupaten Boyolali pada tahun 2022 terdapat 1.256 balita gizi kurang dan mengalami peningkatan pada tahun 2023 sebanyak 2.192 balita. Berdasarkan pemantauan data kesehatan keluarga dan gizi oleh Dinas Kesehatan Boyolali pada Desember 2024 menyatakan bahwa dalam pemantauan hasil pengukuran EPPGBM wilayah Ngemplak, balita yang mengalami penurunan berat badan sebanyak 40,3% (Pusat Statistik Jawa Tengah., 2024).

Permasalahan kenaikan berat badan salah satu penyebabnya adalah nafsu makan anak yang turun. Berkurangnya nafsu makan diyakini sebagai faktor utama terjadinya kurang gizi. Gangguan sulit makan sering dialami balita usia 2-5 tahun dikarenakan semakin bertambahnya aktivitas mereka seperti bermain dan berlari sehingga mereka menjadi malas untuk makan (Sudjatmoko., 2020).

Mengatasi masalah nafsu makan pada anak perlu dilakukan orang tua sejak dini. Banyak orang tua yang kesulitan dalam menghadapi masalah kurangnya nafsu makan pada anak. Obat - obatan/ suplemen penambah nafsu makan selalu menjadi pilihan utama untuk kondisi ini. Mengonsumsi suplemen penambah nafsu makan terus menerus tanpa dosis yang tepat dapat menyebabkan efek samping jangka panjang yaitu gangguan pencernaan seperti iritasi pada dinding lambung yang dapat memicu mual, muntah, hingga diare, dan ketergantungan. Alternatif untuk mengatasi balita dengan nafsu makan kurang adalah dengan mengonsumsi multivitamin non farmakologi. Multivitamin non farmakologi tersebut berupa buah - buahan yang memiliki nilai gizi yang cukup tinggi, rasanya manis, dengan harga murah dan mudah didapatkan adalah buah pepaya (Farida et al., 2024).

Buah pepaya merupakan buah yang memiliki vitamin, mineral dan enzim yang akan memulihkan nafsu makan anak, memperkuat daya tahan tubuh dan memulihkan kondisi sakit pada anak. Hal ini dikarenakan buah pepaya mengandung enzim papain atau dikenal dengan enzim proteolitik yang berperan memecahkan protein, didalam tubuh protein menekan produksi hormone ghrelin (hormone pemicu rasa lapar) sehingga saat protein berhasil dipecah, hormone ghrelin akan kembali diproduksi dan selanjutnya akan mengirimkan sinyal ke hipotalamus dan muncul keinginan untuk makan. Hal ini dikarenakan mekanisme buah pepaya dapat meningkatkan nafsu makan anak dan kecepatan dalam penyerapan zat gizi (Mulyaningsih et al., 2022).

Pemberian buah pepaya terbukti meningkatkan nafsu makan pada penelitian Partini dan Olivia (2023) dengan judul “Pengaruh pemberian buah pepaya (*carica papaya L.*) terhadap nafsu makan anak 2-5 tahun” dengan desain quasi ekperimental dengan pendekatan one group pretest posttest design terhadap sampel 30 orang hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata nafsu makan anak sebelum mengonsumsi buah pepaya 3,67 dengan rata-rata berat badan anak 14,4 kg dan sesudah mengonsumsi buah pepaya meningkat 6,50 diikuti peningkatan rata-rata berat badan anak 14,6 kg. Ada pengaruh pemberian buah

pepaya (*Carica papaya L.*) terhadap nafsu makan anak usia 2-5 tahun (p value = 0,000).

Berdasarkan studi pendahuluan yang telah dilakukan di Posyandu Sejahtera 1, 2, 3 pada bulan Februari 2025 terdapat 24 balita usia 2-5 tahun yang penimbangan berat badannya turun dan tetap selama 1 bulan terakhir. Berdasarkan uraian di atas maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian lebih lanjut tentang “Pengaruh pemberian buah pepaya terhadap peningkatan nafsu makan balita usia 2-5 tahun.”

B. Rumusan Masalah

Adapun rumusan masalah yang dapat dibahas dalam penelitian ini adalah “Apakah ada pengaruh pemberian buah pepaya terhadap peningkatan nafsu makan balita usia 2-5 tahun?”

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh pemberian buah pepaya terhadap peningkatan nafsu makan balita usia 2-5 tahun.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi nafsu makan balita sebelum pemberian buah pepaya.
- b. Mengidentifikasi nafsu makan sesudah balita pemberian buah pepaya.
- c. Menganalisa perbedaan nafsu makan balita sebelum dan sesudah dilakukan pemberian buah pepaya.

D. Manfaat Penelitian

1. Teoritis

- a. Bagi Institusi Pendidikan

Bagi Institusi pendidikan diharapkan dapat bermanfaat untuk menambah keragaman pustaka bagi Universitas ‘Aisyiyah Surakarta khususnya Program Studi Kebidanan tentang hasil aplikasi mahasiswa.

- b. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat menambah wawasan untuk dikembangkan bagi peneliti selanjutnya, khususnya yang berhubungan dengan

pengaruh pemberian buah pepaya terhadap peningkatkan nafsu makan balita usia 2-5 tahun.

2. Praktis

Dari penelitian ini akan diperoleh manfaat secara praktis diantaranya:

a. Bagi Orang Tua

Penelitian ini sebagai penambah pengetahuan, wawasan mengenai pengaruh pemberian buah pepaya untuk meningkatkan nafsu makan balita serta dapat bermanfaat bagi orang tua sebagai masukan informasi untuk meningkatkan nafsu makan pada balita.

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

No	Penulis dan Tahun	Judul	Persamaan	Perbedaan
1.	Partini Wulan, Olivia Nancy , 2023	Pengaruh Pemberian Buah Pepaya (Carica Papaya L.) Terhadap Nafsu Makan Anak Usia 2-5 Tahun	a) Variabel Independen : buah pepaya b) Variabel Dependen : nafsu makan c) One group pre posttest design	a) Quasi eksperiment b) Purposive sampling c) Sampel yang digunakan 30 anak
2	Noviyanti Hayattul Fahad, Mariyani 2023	Pengaruh Buah Pepaya Terhadap Nafsu Makan Anak Usia 2-5 Tahun di Wilayah Kerja Puskesmas Jiput	a) Variabel Independen : buah pepaya b) Variabel Dependen : nafsu makan	a) Metode penelitian Quasi eskperiment one group pre-posttest dengan kelompok control. b) Purposive sampling c) Sampel yang digunakan pada penelitian ini sebanyak 36 orang
3	Sri Mulyaningsih, Fifi Ishak, Zuriati Muhammad 2022	Pengaruh Pemberian Buah Pepaya Terhadap Peningkatan Nafsu Makan Pada Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Tilango	a) Variabel Independen : buah pepaya b) Variabel Dependen : nafsu makan c) Pre eksperiment d) One group pre-post test design	a) Teknik total sampling b) 30 responden

Perbedaan penelitian ini dengan yang sebelumnya yaitu penelitian ini menggunakan metode penelitian pre eksperiment dengan desain one grup pretest posttest. Teknik simple random sampling dengan jumlah sampel 20. Selain itu, yang menjadi pembeda penelitian ini dari segi subyek.