

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Gizi merupakan salah satu tujuan dari ke 17 goals yang ingin dicapai dari Sustainable Development Goals (SDGs) Kesehatan Indonesia, dengan target utama menghilangkan kelaparan dan malnutrisi untuk balita hingga dewasa pada tahun 2030. Sepertiga balita di dunia masih mengalami malnutrisi, yaitu bertubuh pendek (stunting), bertubuh kurus (wasting), ataupun berat badan berlebih.¹

Nutrisi yang diperoleh sejak bayi lahir sangat berpengaruh terhadap pertumbuhan termasuk risiko terjadinya stunting. Tidak terlaksananya inisiasi menyusui dini (IMD), gagalnya pemberian air susu ibu (ASI) eksklusif, dan proses penyapihan dini dapat menjadi salah satu faktor terjadinya stunting. Pemberian makanan pendamping ASI (MP ASI) yang perlu diperhatikan adalah kuantitas, kualitas dan keamanan pangan yang diberikan.² Sebagian besar kesulitan makan pada anak berkaitan dengan gangguan pertumbuhan, sedangkan kesulitan makan pada anak disertai dengan gangguan perkembangan. Kesulitan makan pada anak yang tidak segera ditangani dapat menyebabkan malnutrisi, dehidrasi, berat badan kurang, ketidakseimbangan elektrolit, gangguan perkembangan kognitif, gangguan kecemasan, dan pada keadaan yang lebih parah dapat menjadi kondisi yang mengancam hidup.³

Kesulitan makan pada anak masih merupakan keluhan utama orang tua terhadap anaknya, terutama pada golongan balita. Hal ini menyebabkan orang

tua membawa anak ke dokter karena anak sulit untuk makan dan banyak orang tua juga mengeluhkan anaknya kurang gizi atau pun berat badan anak menjadi turun. Gangguan sulit makan sering dialami anak-anak usia 1–5 tahun. Usia 1-5 tahun biasanya anak menjadi sulit makan karena semakin bertambahnya aktivitas mereka seperti bermain dan berlari sehingga kadang mereka menjadi malas untuk makan. Selain itu, pola pemberian makan yang tidak sesuai dengan keinginan anak dapat menyebabkan anak menjadi sulit makan, sedangkan pada balita terjadi proses pertumbuhan dan perkembangan yang membutuhkan kecukupan nutrisi. Nutrisi yang dikonsumsi pada usia balita mengalami banyak perubahan mulai dari perubahan bentuk makanan mulai dari ASI, makanan bertekstur halus dan sampai akhirnya makanan bertekstur padat sebagai asupan utama.⁴

Berdasarkan data World Health Organization (WHO) (2021), angka kejadian masalah kesulitan makan di beberapa Negara cukup tinggi didapatkan 20% orang tua mengatakan anaknya mengalami masalah sulit makan, dengan prevalensi tertinggi anak hanya mau makan makanan tertentu. Amerika Serikat menyebutkan 19-50% ibu mengatakan anaknya sangat memilih dalam makanan sehingga terjadi defisiensi zat gizi tertentu.⁵ Hasil Riskesdas 2018 menunjukkan bahwa prevalensi malnutrisi pada balita sebesar 17,7% dari target SDGs $\leq 17\%$. Capaian prevalensi stunting secara nasional pada anak bawah dua tahun (baduta) sebesar 29,9% dan wasting sebesar 10,2 sehingga dapat disimpulkan masih belum mencapai target SDGs yang telah ditetapkan oleh pemerintah.⁶

Angka kejadian wasting (anak kurus) di Kabupaten Sumedang cukup tinggi yaitu mencapai 21,48%, di Kecamatan Cibugel 17,34%, dan di Desa Cibugel sebesar 23,84%), salah satu penyebab tingginya angka kejadian wasting disebabkan karena gangguan pola makan, yang menyebabkan terhambatnya pertumbuhan dan perkembangan anak balita dan pra sekolah. Rendahnya nafsu makan anak dapat disebabkan beberapa faktor seperti adanya penyakit, defisiensi zat gizi, penggunaan obat-obatan dan faktor psikologis.

Buah pepaya dapat meningkatkan nafsu makan anak dan kecepatan dalam penyerapan zat gizi. Kecepatan penyerapan zat gizi ini dipengaruhi oleh daya cerna, komposisi zat gizi, keadaan normal membran mukosa halus, hormon dan masukan vitamin yang adekuat.⁷ Berdasarkan temuan Fajria dan Rika, konsumsi satu potong pepaya seberat 100 gram per hari selama satu bulan menghasilkan peningkatan nafsu makan yang signifikan pada balita.⁸ Menurut Suryani menjelaskan bahwa buah pepaya mengandung enzim yang disebut papain. Enzim tersebut memiliki aktivitas tinggi dan mampu mempercepat proses pencernaan protein. Papain telah ditemukan berpotensi meningkatkan proses pencernaan makanan.⁹

Buah pepaya dapat meningkatkan nafsu makan anak dan kecepatan dalam penyerapan zat gizi, kecepatan penyerapan zat gizi ini dipengaruhi oleh daya cerna, keadaan normal membrane mukosa halus, hormon dan masukan vitamin yang adekuat. Vitamin yang ada dalam buah pepaya merupakan senyawa organik tertentu yang diperlukan dalam jumlah kecil tetapi esensial

untuk reaksi metabolisme dalam sel dan penting untuk melangsungkan pertumbuhan normal dan memelihara kesehatan. Oleh karena itu, tubuh harus memperoleh vitamin dari makanan untuk mengatur metabolisme, mengubah lemak dan karbohidrat menjadi energi dan ikut membantu pembentukan tulang dan jaringan. Kandungan vitamin dan mineral dalam buah pepaya akan memulihkan nafsu makan anak, memperkuat daya tahan tubuh dan memulihkan kondisi sakit pada anak.⁸

Di Indonesia rata-rata peningkatan konsumsi buah-buahan pada tahun 2018 yaitu (2,537.228 ton) dan pada tahun 2019 (2.607.778 ton), dengan rata-rata kenaikan 5%. Dapat diketahui peningkatan konsumsi buah terbesar yaitu buah pepaya dengan kenaikan tingkat konsumsi 11%, karena pepaya selain dapat dikonsumsi dalam bentuk buah juga dapat dikonsumsi dalam bentuk sayur. Peningkatan angka konsumsi terendah yaitu buah pisang. Meskipun buah pisang mendapat nilai rata-rata peningkatan konsumsi paling rendah, buah pisang mendapat nilai konsumsi buah tertinggi karena hampir semua konsumen sudah memilih buah pisang sebagai buah-buahan pokok yang wajib dikonsumsi, sehingga hal tersebut menyebabkan persentase tingkat konsumsi tidak begitu menonjol.¹⁰ Sedangkan rata-rata angka konsumsi buah-buahan di Wilayah Puskesmas Cibugel pada tahun 2023 ke tahun 2024 terjadi kenaikan 2%, dengan adanya kenaikan ini menjadi kelebihan yang dimiliki tempat jalannya penelitian karena masyarakatnya sudah 100% melakukan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat dengan mengonsumsi buah dan sayur.

Dari hasil penelitian Analisis perilaku konsumen pada penelitian Fajar Eka Susilo didapatkan hasil konsumen saat membeli buah pepaya yaitu harga yang paling diinginkan konsumen adalah normal Rp.7.000 – Rp.10.000 (78%), ukuran yang paling diminati konsumen adalah sedang 1,5kg sampai 2kg (55%), rasa yang paling diminati konsumen adalah sedikit manis dengan tingkat kemanisan 25% sampai 50% (65%), warna buah pepaya yang disukai konsumen adalah warna hijau kekuningan (50%).¹¹ Budidaya pepaya di wilayah Cibugel, Sumedang, memiliki peluang yang baik karena beberapa faktor mendukung pertumbuhannya. Pepaya tumbuh optimal di iklim tropis dengan suhu antara 25-30°C dan curah hujan yang berkisar 1000-2000 mm per tahun. Cibugel, yang berada pada ketinggian tidak lebih dari 500 meter di atas permukaan laut, memiliki iklim yang sesuai untuk pertumbuhan pepaya, asalkan drainase tanah baik untuk menghindari genangan air. Tanah yang subur, gembur, dan kaya bahan organik dengan pH antara 6-6,5 juga sangat mendukung. Dengan perawatan yang tepat dan pemilihan varietas unggul, potensi hasil panen pepaya di wilayah ini dapat meningkat secara signifikan.¹²

Studi pendahuluan yang peneliti lakukan pada bulan Mei 2024 di Desa Cibugel Kecamatan Cibugel Kabupaten Sumedang diperoleh bahwa 10 anak balita yang memeriksakan diri ke layanan bidan mandiri sebanyak 7 orang mempunyai berat badan yang tidak ideal dengan usianya. Berdasarkan hal tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Pengaruh Pemberian Buah Pepaya Terhadap Peningkatan Nafsu Makan Anak Usia 3-4

Tahun di Desa Cibugel Kecamatan Cibugel Kabupaten Sumedang Tahun 2024”.

1.2. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Adakah pengaruh pemberian buah pepaya terhadap peningkatan nafsu makan anak usia 3-4 tahun di Desa Cibugel Kecamatan Cibugel Kabupaten Sumedang Tahun 2024?”

1.3. Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh pemberian buah pepaya terhadap peningkatan nafsu makan anak usia 3-4 tahun di Desa Cibugel Kecamatan Cibugel Kabupaten Sumedang Tahun 2024.

1.3.2 Tujuan Khusus

- 1) Mendapatkan gambaran konsumsi buah pepaya pada anak usia 3-4 tahun di Desa Cibugel Kecamatan Cibugel Kabupaten Sumedang tahun 2024.
- 2) Mendapatkan gambaran nafsu makan pada anak usia 3-4 tahun di Desa Cibugel Kecamatan Cibugel Kabupaten Sumedang tahun 2024.
- 3) Menganalisa perbedaan nafsu makan dengan konsumsi buah pepaya pada anak usia 3-4 tahun di Desa Cibugel Kecamatan Cibugel Kabupaten Sumedang Tahun 2024.

1.4. Kegunaan Penelitian

1.4.1 Kegunaan Praktis

1) Bagi Puskesmas

Memberikan informasi tentang gangguan pola makan yang terjadi pada balita dan anak pra sekolah yang diakibatkan karena nafsu makan yang kurang, untuk puskesmas sebagai dasar melakukan upaya preventif dan promotif dalam menekan angka gizi buruk atau kurang pada anak.

2) Bagi Masyarakat

Memberikan informasi kepada masyarakat terutama keluarga yang mempunyai anak usia 3-4 tahun dalam memecahkan masalah mengenai kejadian wasting, dan memberikan informasi mengenai manfaat pemberian buah pepaya sebagai upaya untuk meningkatkan nafsu makan anak.

3) Bagi Peneliti

Menambah wawasan dan pengetahuan terhadap penerapan ilmu yang sudah dipelajari semasa kuliah mengenai kesehatan pada anak terutama mengenai pertumbuhan dan perkembangan.

1.4.2 Kegunaan Teoritis

Hasil penelitian ini dapat menambah khasanah keilmuan tentang kesehatan anak khususnya balita dan pra sekolah.

1.5. Keaslian Penelitian

Penelitian yang berhubungan dengan masalah sebelumnya pernah dilakukan oleh peneliti lain, berikut hasil penelitian akan diuraikan di bawah ini:

1. Lia Effi Noviri (2023) dengan judul “ Faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku sulit makan pada anak usia pra sekolah “. Tujuan penelitian untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku sulit makan pada anak usia pra sekolah di Gampong Geulanggang Kulam Kecamatan Kota Juang Kabupaten Bireuen. Desain penelitian ini menggunakan metode penelitian deskriptif. Populasi dalam penelitian adalah seluruh orangtua yang mempunyai anak usia prasekolah yang berumur 4-6 tahun di Gampong Geulanggang Kulam Kecamatan Kota Juang Kabupaten Bireuen yang berjumlah 75 orang. Jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 75 orang dengan menggunakan teknik total sampling. Perbedaan penelitian sekarang dengan penelitian ini adalah pada penelitian sekarang dilakukan intervensi pada responden berupa pemberian buah pepaya.¹³
2. Aryu Candra (2017) dengan judul “Pengaruh Suplementasi Seng dan Zat Besi Terhadap Berat Badan dan Tinggi Badan Balita” Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh suplemetasi seng dan zat besi terhadap nafsu makan, berat badan, dan tinggi badan balita. Penelitian ini merupakan *randomized control group pre post test design*, dengan jumlah sampel 68 anak anak berusia 3-5 tahun di Semarang. Subjek penelitian

dikelompokkan menjadi 4, kelompok 1 (kontrol) diberikan placebo, kelompok 2 diberi suplementasi seng, kelompok 3 diberi suplementasi zat besi, kelompok 4 diberi suplementasi seng dan zat besi. Dosis suplementasi seng adalah 10 mg/hr dan zat besi 7,5 mg/hr. Pemberian suplementasi dilakukan selama 3 bulan. Nafsu makan diukur dengan menghitung frekuensi makan per hari, status gizi diukur dengan Zskor BB/U dan TB/U. Perbedaan dengan penelitian sekarang adalah intervensi yang diberikan pada responden berupa pemberian buah pepaya.¹⁴

3. Yuli Farida (2024) dengan judul “Efektivitas Konsumsi Buah Pepaya Terhadap Peningkatan Nafsu Makan Balita”. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengkaji efektivitas pemberian buah pepaya sebagai sarana meningkatkan nafsu makan balita di Puskesmas Adiarsa yang terletak di Kabupaten Karawang. Penelitian ini menggunakan desain penelitian quasi eksperimen. Kelompok perlakuan mendapat pijat nafsu makan dan buah pepaya dan kelompok kontrol hanya mendapat pijat nafsu makan. Pengamatan selanjutnya dilakukan untuk membandingkan hasil kedua kelompok. Teknik sampling menggunakan purposive sampling, sehingga diperoleh total 116 sampel yang terdiri dari 58 kasus dan 58 kontrol. Uji statistik menggunakan Uji T-Independen.¹⁵