

SKRIPSI

**PENGARUH BUAH PEPAYA (*CARICA PAPAYA*) TERHADAP NAFSU MAKAN
BALITA DI POSYANDU KORONG GADANG WILAYAH KERJA
PUSKESMAS KURANJI TAHUN 2012**

Penelitian Keperawatan Anak

MITRIYA RIKA ZM

BP. 1010324002

**FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS ANDALAS
PADANG
2012**

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Masa Balita (*golden period*) merupakan masa emas yang sangat peka terhadap lingkungan dan masa ini berlansung sangat pendek serta tidak dapat diulang lagi. Pada masa kritis ini, otak Balita lebih plastis. Plastisitas otak pada Balita mempunyai sisi positif dan negative. Sisi positifnya, otak Balita lebih terbuka untuk proses pembelajaran dan pengkayaan. Sisi negatifnya, otak Balita lebih peka terhadap lingkungan yang tidak mendukung seperti masukan gizi yang tidak adekuat (Depkes RI, 2005).

Asupan gizi yang tidak adekuat disebabkan karena pada anak Balita terjadi kesulitan makan berupa berkurangnya nafsu makan yang berkaitan dengan makin meningkatnya interaksi dengan lingkungan. Balita 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).

Data tentang prevalensi gizi buruk diungkapkan pada saat membuka seminar nasional dalam rangka memperingati hari Ibu ke -82 di Jakarta tanggal 10 Desember 2010. Data tersebut menyatakan bahwa ada sekitar sejuta Balita di Indonesia yang menderita gizi buruk dan ini merata tersebar di seluruh Indonesia. Prevalensi gizi buruk terus mengalami penurunan dari 9,7% di tahun 2005 menjadi 4,9% di tahun 2010 dan diharapkan di tahun 2015, prevalensi gizi buruk dapat turun menjadi 3,6%. Prevalensi anak balita gizi kurang dan buruk turun 0,5 % dari 18,4% pada 2007 menjadi 17,9% pada 2010 (Linda, 2010). Berbeda dengan GHI (Global Hunger Index) yang menyatakan bahwa Indonesia tergolong Negara yang termasuk kategori serius atau

berada dibawah level mengkhawatirkan dalam jumlah penderita gizi buruk. Jumlah penderita gizi buruk seperti gunung es, kasus yang muncul kepermukaan sedikit.

Pada keadaan kesulitan makan yang berat dan berlangsung lama akan berdampak pada kesehatan dan tumbuh kembang anak. Gejala yang timbul tergantung dari jenis dan jumlah zat gizi yang kurang. Anak yang tidak menyukai makanan tertentu misalnya buah atau sayur akan terjadi defisiensi vitamin A. Bila hanya mau minum susu saja akan terjadi anemi defisiensi besi. Bila kekurangan kalori dan protein akan terjadi kekurangan energi protein (Sunarjo, 2011).

Banyak orang tua yang kesulitan dalam menghadapi masalah kurangnya nafsu makan pada anak. Obat-obatan selalu saja menjadi pilihan utama untuk kondisi ini. Obat penambah nafsu makan dalam jangka waktu yang lama menyebabkan penyakit kronis yang lain. Pilihan lain yang dapat di ambil adalah dengan mengkonsumsi multivitamin non farmakologis. Multivitamin yang diperkaya dengan zat besi, seng, juga mineral lain akan meningkatkan keseimbangan gizi serta menambah energi serta kekebalan tubuh. Multivitamin berupa buah- buahan yang memiliki nilai gizi yang cukup tinggi, rasanya manis, dengan harga murah dan mudah didapatkan adalah *Carica Papaya* (Indra, 2010).

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 melancarkan 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 (Wijayakusuma , 2005).

Penelitian yang dilakukan oleh The Center for Science in the Public Interest (CSPI) di Washington AS tahun 1992 dikutip dari Suryani (2010) meneliti manfaat kesehatan dari 40 jenis buah. Penilaian didasarkan pada sumbangan dari sembilan jenis vitamin, potasium, dan serat pangan yang terkandung pada masing-masing buah terhadap angka kecukupan gizi yang dianjurkan (AKG). Dari penilaian tersebut, pepaya telah ditetapkan sebagai buah yang paling menyehatkan. Menurut Villegas, ahli pepaya dari Institute of Plant Breeding, University of the Philippines at Los Banos (1992) dikutip dalam Suryani (2010), buah pepaya mengandung enzim papain. Enzim ini sangat aktif dan memiliki kemampuan mempercepat proses pencernaan protein. Papain dapat membantu mewujudkan proses pencernaan makanan yang lebih baik. Dengan cara ini sistem kekebalan tubuh dapat ditingkatkan.

Data dari Dinas Kesehatan Kota Padang bahwa data Balita gizi buruk tahun 2010 berjumlah 100 orang, sebanyak 12 balita gizi buruk yang dirawat inap dan 88 orang Balita yang rawat jalan. Balita dengan status gizi kurang berjumlah 550 orang dan sebanyak 317 orang diantaranya berasal dari keluarga miskin. Balita dengan gizi kurang dan gizi buruk tersebar di seluruh Puskesmas kota padang. Pada tahun 2007 ada 1 orang balita yang meninggal karena kasus gizi buruk di wilayah Puskesmas Kuranji.

Puskesmas Kuranji merupakan Puskesmas yang terletak di daerah pinggiran dari kota Padang. Mata pencarian penduduk asli sebagai petani dan memanfaatkan lahan untuk ditanami berbagai macam tanaman termasuk didalamnya tanaman pepaya. Jumlah Balita yang ada di wilayah Puskesmas Kuranji sebanyak 2.336 dan memiliki 1.859 anak Balita. Cakupan penimbangan Balita dari sasaran (D/S) Puskesmas Kuranji 55 % dan untuk target kota padang adalah 65 %. Data Puskesmas Kuranji selama tahun 2010 mempunyai 22 orang Balita berada dibawah garis merah. Data tahun 2011 kasus gizi kurang meningkat menjadi 35 orang dan bulan

Januari 2012 ini balita gizi kurang tersebut telah diberi bantuan pediasure dan roti biscuit. Wawancara dengan petugas gizi Puskesmas Kuranji tanggal 2 Januari 2012 menyatakan bahwa petugas kesehatan terus mengadakan pemantauan terhadap penimbangan balita terutama balita yang tidak naik berat badannya agar tidak jatuh pada kasus gizi kurang. Untuk data anak Balita yang penimbangan berat badannya yang tidak naik dan tetap 1 bulan terakhir (T1) berjumlah 45 orang, wilayah korong gadang sebanyak 25 orang dan kalumbuk berjumlah 20 orang. Penanganan Balita dengan T1 hanya bersifat penyuluhan saja dari petugas kesehatan kepada orang tua untuk meningkatkan asupan gizi anak. Penyuluhan tentang manfaat buah pepaya sebagai penambah nafsu makan belum pernah dilakukan petugas.

Wawancara peneliti dengan salah satu orangtua Balita yang berat badan Balitanya tidak naik pada tanggal 30 Januari 2012 di rumah orangtua tersebut menjelaskan bahwa anaknya susah untuk makan terutama sayur dan buah. Anaknya sering tidak menghabiskan makan yang diberikan. Orang tua balita mengatakan jarang mengkonsumsi buah pepaya dan tidak mengetahui bahwa buah pepaya bisa sebagai suplemen vitamin penambah nafsu makan.

Berdasarkan fenomena – fenomena diatas peneliti tertarik untuk ingin mengetahui pengaruh pemberian buah pepaya terhadap nafsu makan anak berumur 2-5 tahun di wilayah kerja Puskesmas Kuranji.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka Peneliti menetapkan masalah sebagai berikut:
Apakah ada pengaruh pemberian 100 gr buah pepaya terhadap nafsu makan anak Balita 2-5 tahun ?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Menjelaskan pengaruh 100 gr buah pepaya perhari secara teratur selama 1 bulan terhadap nafsu makan anak Balita di wilayah kerja Puskesmas Kuranji Padang.

2. Tujuan Khusus

Melalui penelitian ini dapat menjelaskan:

- a. Untuk mengidentifikasi berat badan sebelum dilakukan pemberian buah pepaya
- b. Untuk mengidentifikasi berat badan sesudah dilakukan pemberian buah pepaya selama 1 bulan secara teratur
- c. Untuk menganalisa pengaruh buah pepaya terhadap berat badan sebelum dan sesudah diberikan buah pepaya secara teratur selama 1 bulan di wilayah kerja Puskesmas Kuranji Padang.

D. Manfaat Penelitian

1. Puskesmas Kuranji

Sebagai bahan masukan penentuan kebijakan dalam mengatur menu makanan khususnya bagi Balita yang mengalami penurunan nafsu makan sebagai terapi nutrisi.

2. Orang tua Balita

Hasil penelitian dapat digunakan sebagai informasi bagi orang tua untuk mengkonsumsi buah pepaya secara teratur yang kaya vitamin dan mineral sebagai penambah nafsu makan Balita

3. Bagi Penelitian Keperawatan

Sebagai sarana untuk menambah ilmu mengenai pengaruh konsumsi buah pepaya secara teratur terhadap nafsu makan dan menumbuhkan minat peneliti lain untuk penelitian buah pepaya terhadap berbagai penyakit

4. Perawat

Hasil penelitian dapat menambah wawasan perawat mengenai manfaat buah pepaya untuk meningkatkan nafsu makan serta mengaplikasikannya dalam bentuk promosi kesehatan kepada orang tua Balita

BAB VII

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Adapun hal yang dapat disimpulkan dalam penelitian ini, yaitu :

1. Sebelum konsumsi 1 potong buah pepaya (100gr) perhari selama 1 bulan rata-rata berat badan Balita adalah 12,2850 kg dan Setelah konsumsi 1 potong buah pepaya (100gr) perhari selama 1 bulan rata-rata berat badan Balita adalah 12,990 kg.
2. Setelah konsumsi 1 potong buah pepaya (100gr) perhari selama 2 minggu rata-rata peningkatan berat badan 0,4250 kg. Setelah 1 bulan rata-rata peningkatan berat badan 0,70500 kg. Antara 2 minggu sampai 1 bulan pemberian rata-rata peningkatan 0,2850 kg.
3. Ada pengaruh konsumsi 1 potong buah pepaya (100gr) perhari selama 1 bulan pada Balita dengan T1 dengan harga signifikan (p) 0,000 yang berarti $P < 0,05$. Maka H_a diterima yang artinya ada perbedaan berat badan sebelum dan sesudah diberikan 1 potong buah pepaya perhari selama 1 bulan terhadap nafsu makan Balita dengan T1.

B. Saran

Ada beberapa hal yang dapat disarankan dalam penelitian ini, yaitu :

1. Bagi institusi(Puskesmas)bisa dijadikan bahan masukan dalam kegiatan promosi kesehatan kepada masyarakat bahwa buah pepaya sebagai terapi nutrisi untuk meningkatkan nafsu makan dan memperbaiki sistim pencernaan.
2. Diharapkan bagi orang tua untuk selalu menyediakan buah pepaya sebagai variasi menu harian untuk meningkatkan nafsu makan Balita
3. Untuk peneliti lainnya untuk dapat melakukan penelitian yang sama dalam hal jumlah pemberian dan lamanya waktu yang efektif tentang pengaruh konsumsi buah pepayapada Balita atau lansia terhadap penyakit Ispa dan gangguan saluran pencernaan
4. Perawat
Hasil penelitian dapat menambah wawasan perawat mengenai manfaat buah pepaya untuk meningkatkan nafsu makan serta mengaplikasikannya dalam bentuk promosi kesehatan kepada masyarakat.