

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 LATAR BELAKANG

Masa emas (*golden period*) bagi perkembangan otak dan kemampuan berpikir anak juga dikenal sebagai masa kritis atau *periode kritis*. Otak balita lebih fleksibel saat masa kritis. Plastisitas otak balita memiliki aspek negatif dan positif. Sisi negatifnya adalah bahwa mereka lebih sensitif terhadap kondisi lingkungan yang tidak mendukung, seperti kekurangan gizi. Dalam hal ini, sisi positifnya yaitu otak anak menjadi lebih terbuka untuk proses pembelajaran dan pengkayaan.

Anak di bawah usia lima tahun sering mengalami penurunan berat badan karena kehilangan nafsu makan, yang menyebabkan kurangnya asupan nutrisi. Anak balita sering mengalami masalah makan atau berkurangnya nafsu makan, sehingga mereka kekurangan asupan nutrisi yang cukup. Hal ini dapat menyebabkan anak lebih mudah terkena penyakit infeksi dalam jangka waktu yang lama dan mengganggu status gizinya. (Toby, 2021)

Masyarakat merupakan kelompok tertentu yang dapat menderita gizi kurang. Gizi kurang adalah masalah yang sangat kompleks dan sulit untuk diselesaikan. Penyakit gizi kurang muncul pada kelompok orang yang sama tetapi tidak menyebar ke orang lain. Pada umumnya, malnutrisi adalah masalah kesehatan masyarakat yang memerlukan pengawasan terus-menerus, terutama bagi masyarakat di negara berkembang. Selain itu, karena berdampak pada banyak orang, malnutrisi yang menimpa sekelompok masyarakat tertentu

merupakan penyebab masalah utama di seluruh dunia. Kekurangan gizi di masyarakat saat ini telah berkembang menjadi masalah kesehatan global.

Berdasarkan laporan UNICEF-WHO-WORLD-BANK edisi 2023. Pada tahun 2022, diperkirakan 45 juta (6,8%) anak usia di bawah 5 tahun mengalami *wasting*, dimana 13,6 juta (2,1%) di antaranya mengalami gizi buruk. Artinya, permasalahan gizi buruk pada balita masih menjadi permasalahan secara global dan setelah diteliti lebih lanjut ternyata *Wasting* juga menjadi masalah gizi utama pada balita di Indonesia.

Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 menurut BB/U mencapai 17,7% dengan proporsi gizi buruk 3,9% dan gizi kurang 13,8%, dimana target Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional (RPJMN) tahun 2019 adalah sebesar 17%. Prevalensi status gizi balita menurut BB/U berdasarkan wilayah (Kota dan Desa) yaitu gizi buruk wilayah Kota 11,7% dan wilayah Desa 14% dengan prevalensi Nasional 13% (Kemenkes RI, 2021).

Berdasarkan laporan Survei Studi Status Gizi Indonesia (SSGI,2022), Prevalensi gizi buruk di Indonesia saat ini menjadi 7,7%, dimana kasus gizi buruk ini mengalami peningkatan dari tahun sebelumnya dengan prevalensi 7,1% pada tahun 2021. Sedangkan, Prevalensi balita *Wasting* di wilayah Jakarta Timur tersebut mempunyai prevalensi yang tinggi sama dengan nasional dan provinsi yaitu 8,0% angka tersebut sama tingginya dengan prevalensi kejadian di Provinsi DKI Jakarta yaitu sebesar 8,0%. Angka *Wasting* dan *underweight* di wilayah Jakarta Timur ini memiliki prevalensi yang tinggi sama dengan nasional dan provinsi (Kemenkes,2023).

Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Provinsi DKI Jakarta Tahun 2021, Prevalensi Gizi Kurang di DKI Jakarta sebesar 2,64%, lebih rendah dari tahun sebelumnya yaitu 4,73%. Akan tetapi, Prevalensi gizi kurang di wilayah Jakarta Timur lebih tinggi dibandingkan dengan nasional dan provinsi yaitu sebesar 3,04%. Namun, Pemerintah DKI Jakarta terus menerus melakukan upaya untuk menurunkan angka permasalahan gizi.

Salah satu upaya yang dimiliki Pemerintah DKI Jakarta untuk menurunkan angka stunting dan gizi buruk yakni melalui aplikasi Pusat Pelayanan Keluarga (Puspa) guna dapat memberikan bantuan tepat sasaran untuk menurunkan angka *stunting* dan gizi buruk. Aplikasi tersebut juga dapat memantau calon pengantin hingga mereka memiliki anak dengan tujuan adalah untuk memantau serta mencegah calon pengantin melahirkan bayi risiko stunting dan gizi buruk. (Pemerintah DKI Jakarta, 2022).

Rendahnya status gizi dapat menyebabkan gangguan tumbuh kembang pada anak balita. Pertumbuhan dan perkembangan anak dibawah lima tahun dipengaruhi oleh status gizi anak, apabila pelayanan gizi pada anak dibawah lima tahun tidak tepat maka akan menderita gizi buruk. Selain itu, dampak gizi buruk pada balita adalah balita yang akan mengalami peningkatan risiko penyakit degeneratif serta kemampuan motorik dan mentalnya.

Dalam situasi dimana anak sangat sulit untuk makan dan berlangsung lama, maka akan berdampak pada kesehatan serta tumbuh kembang anak. Gejala yang muncul tergantung pada jenis dan jumlah zat gizi yang kurang. Pada anak yang tidak menyukai sayur atau buah hal yang akan terjadi adalah defisiensi vitamin A. Jika anak hanya meminum susu yang terjadi adalah anemia dengan defisiensi zat

besi. Dan jika anak kekurangan kalori dan protein yang akan terjadi adalah kekurangan energi protein.

Banyak Orang tua yang Kesulitan untuk menghadapi masalah anak yang kurang nafsu terhadap makan. Pengobatan melalui obat-obatan atau pun suplemen selalu menjadi pilihan utama untuk meningkatkan nafsu makan anak. Padahal obat penambah nafsu makan jika di konsumsi dengan jangka waktu yang panjang akan mengakibatkan penyakit kronis yang lain. Pilihan yang tepat untuk diambil dalam meningkatkan nafsu makan anak yaitu dengan mengonsumsi multivitamin non-farmakologis. Karena peningkatan penyerapan nutrisi oleh tubuh, nafsu makan anak juga meningkat. Dengan meningkatnya asupan makanan tubuh, maka karbohidrat, protein dan kebutuhan lain untuk pembentukan enzim, perkembangan sel, dan hormon tubuh terpenuhi. Salah satu buah yang memiliki rasa dan nilai gizi yang cukup tinggi, rasanya manis, enak, dengan harga yang mudah dijangkau dan tersebar dimanapun adalah buah pepaya (*Carica Papaya*).

Pepaya (*Carica Papaya*) merupakan buah yang memiliki banyak kegunaan dan nilai gizi yang tinggi. Kandungan vitamin dan mineral pada pepaya akan mengembalikan nafsu makan anak, memperkuat sistem imun tubuh, serta meningkatkan kesehatan pada anak. Mekanisme buah pepaya mampu meningkatkan nafsu makan dan kecepatan dalam penyerapan zat gizi anak. (Rika, 2020).

Vitamin yang terkandung dalam pepaya merupakan beberapa senyawa organik yang dibutuhkan dalam jumlah kecil namun penting untuk reaksi metabolisme dalam sel dan penting untuk menjaga pertumbuhan normal dan memelihara kesehatan. Oleh karena itu, tubuh harus mendapatkan vitamin dari

makanan untuk mengatur metabolisme, mengubah lemak dan karbohidrat menjadi energi, serta ikut membantu dalam pembentukan tulang dan jaringan. Kandungan per 100 gram dan daun pepaya mengandung gizi yang sangat baik untuk kesehatan. Di dalam buah pepaya banyak terdapat kandungan vitamin A yaitu sebesar 365 dalam 100 gram buah pepaya (Slagian, 2019). Kandungan vitamin A lebih banyak dari pada wortel, vitamin C lebih tinggi dari pada jeruk. Kandungan vitamin E juga tinggi, Pepaya juga mengandung beta-karoten sebagai provitamin A. Beberapa penelitian mengenai kandungan pepaya menunjukkan manfaatnya sebagai antioksidan dan meningkatkan nafsu makan pada anak dibawah 5 tahun (Situmorang, 2010).

Pepaya mengandung enzim papain. Enzim ini sangat aktif dan mempunyai kemampuan mempercepat proses pencernaan protein. Papain dapat membantu mewujudkan proses pencernaan makanan dengan lebih baik dengan meningkatkan sistem kekebalan imun tubuh pada balita. Buah pepaya dapat mempengaruhi berat badan dikarenakan buah pepaya dapat mencegah terjadinya gangguan pencernaan organ lambung pada balita. Pepaya dapat meningkatkan nafsu makan dan Kecepatan dalam proses penyerapan zat gizi pada anak. Kecepatan dalam proses penyerapan zat gizi dipengaruhi oleh daya cerna, komposisi zat gizi, keadaan normal membran mukosa halus, dan vitamin yang yang adekuat (Fajria, 2013).

Salah satu upaya perbaikan gizi pada anak bisa dilakukan melalui cara memvariasi makanan supaya terhindar dari gangguan makan. Menurut (Fitriani et al, 2019), ada tiga faktor penyebab gangguan makan pada anak faktor organik (adanya gangguan pencernaan) dan faktor psikologis (pola makan anak,

lingkungan pola makan, jenis makanan) Terakhir, faktor pengaturan makanan (jenis makanan yang diberikan kepada anak, waktu makan, frekuensi makan anak).

Variasi makanan dari buah pepaya dapat dikemas agar menarik perhatian anak untuk memakannya dengan cara di jadikan puding, puding memiliki manfaat bagi kesehatan tubuh seperti melancarkan proses pencernaan setelah memakan makanan berat.

Berdasarkan uraian diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian peningkatan berat badan anak balita melalui pemberian milk puding pepaya.

1.2 Rumusan Masalah

Salah satu penyebab gizi buruk yang terjadi di Indonesia adalah Kurangnya nafsu makan. Angka Kejadian *Wasting* di Indonesia 7,7%, dimana kasus gizi buruk ini mengalami peningkatan dari tahun sebelumnya dengan prevalensi 7,1% pada tahun 2021. Tingginya kejadian gizi buruk ini dapat menjadi penyebab yang membuat anak mengalami penurunan nafsu makan. Untuk itu perlu dilakukan penanggulangan agar anak dapat menerima asupan nutrisi sehingga anak dapat mengalami pertumbuhan yang optimal sesuai dengan usianya. Pemberian buah pepaya yang diinovasikan menjadi puding dapat menjadi salah satu cara agar nafsu makan anak dapat meningkat. Di Indonesia pepaya menyebar luas dan dibudidayakan termasuk di daerah jakarta .

Berdasarkan konteks tersebut dan konteks sebelumnya maka, rumusan masalah yang dapat diambil yaitu “Apakah pemberian Milk Puding Pepaya dapat berpengaruh untuk meningkatkan Berat Badan anak di Posyandu Nusa Indah III Kecamatan Cipayung Jakarta Timur.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan sebagai upaya Peningkatan berat badan pada anak melalui pemberian milk puding papaya

1.3.2 Tujuan Khusus

1.3.2.1 Mengidentifikasi distribusi frekuensi karakteristik anak balita di Posyandu

Nusa Indah III

1.3.2.2 Mengidentifikasi rata-rata berat badan anak dengan Uji I dan Uji II pada

kelompok Intervensi di Posyandu Nusa Indah III Kecamatan Cipayung Jakarta Timur.

1.3.2.3 Mengidentifikasi rata-rata berat badan anak dengan Uji I dan Uji II pada

kelompok Kontrol di Posyandu Nusa Indah III Kecamatan Cipayung Jakarta Timur.

1.3.2.4 Menganalisis pengaruh pemberian Milk Puding Papaya terhadap

peningkatan berat badan anak di Posyandu Nusa Indah III Kecamatan Cipayung Jakarta Timur.

1.3.2.5 Menganalisis perbedaan peningkatan berat badan anak pada kelompok

intervensi dan pada kelompok kontrol.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Masyarakat

Diharapkan dengan diadakannya penelitian ini dapat menambah wawasan pengetahuan serta pemberian informasi bagi masyarakat tentang manfaat buah pepaya sebagai salah satu alternatif untuk menaikkan berat badan anak.

1.4.2 Bagi Instansi Terkait (Posyandu)

Penulis mengharapkan penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi dan evaluasi dalam kegiatan belajar mengajar, sebagai bahan kajian mengenai efektifitas dalam meningkatkan berat badan anak melalui pemberian Milk puding Papaya.

1.4.3 Bagi Peneliti

Diharapkan penelitian ini dapat dijadikan sumber pengetahuan dan bahan informasi untuk penelitian sejenis atau penelitian lanjutan tentang berat badan pada balita, serta dapat menambah wawasan dan pengalaman dalam mengaplikasikan ilmu-ilmu yang diperoleh selama kuliah ditengah masyarakat.

