

## BAB IV

### HASIL PENELITIAN

Penelitian dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Kampar pada tanggal 10 - 23 Juli 2020 dengan jumlah responden sebanyak 30 responden. Data yang diambil yaitu mengenai pengaruh pemberian buah papaya terhadap peningkatan nafsu makan balita di wilayah kerja Puskesmas Kampar. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada analisis univariat dan bivariat berikut ini :

#### A. Analisis Univariat

##### 1. Distribusi Frekuensi Umur Responden

Pada penelitian ini peneliti memilih balita dalam rentang umur 3 sampai 5 tahun. Berikut distribusi responden dapat dilihat pada tabel 4.1 dibawah ini :

**Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Umur Responden di Wilayah Kerja Puskesmas Kampar Tahun 2020**

NO	Umur (Tahun)	F	Persentase (%)
1	3	5	16,6
2	4	10	33,3
3	5	15	50,0
Total		30	100

*Sumber : Hasil Uji T-Test*

Berdasarkan tabel 4.1 dapat diketahui bahwa pada umumnya responden memiliki rentang umur 5 tahun yaitu sebanyak 15 orang (50,0%).

## 2. Distribusi Frekuensi Nafsu Makan Responden

Hasil analisis univariat pada variabel penelitian ini yaitu variabel risiko jatuh yang diukur melalui instrumen Skala *Visual Comstock*. Peneliti membagi menjadi dua kelompok yaitu kelompok *pre test* dan *post test*. Selengkapnya hasil penelitian ini dapat dilihat pada tabel 4.1 dibawah ini :

**Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Nafsu Makan Responden pada Kelompok Pre Test Terhadap Pemberian Buah Pepaya di Wilayah Kerja Puskesmas Kampar Tahun 2020**

NO	Nafsu Makan	F	Persentase (%)
1	Makanan habis (0%)	0	0
2	Makanan habis 25%	2	6,7
<b>3</b>	<b>Makanan habis 50%</b>	<b>10</b>	<b>33,3</b>
4	Makanan habis 75 %	9	30,0
5	Makanan habis 95%	6	20,0
6	Makanan tidak habis semua (100%)	3	10,0
	Total	30	100

Sumber : Hasil Uji T-Test

Berdasarkan tabel 4.2 dapat diketahui bahwa pada umumnya responden sebelum diberikan buah pepaya memiliki nafsu makan 50 % sebanyak 10 orang (33,3 %).

**Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Nafsu Makan Responden pada Kelompok Post Test Terhadap Pemberian Buah Pepaya di Wilayah Kerja Puskesmas Kampar**

NO	Nafsu Makan	f	Persentase (%)
1	Makanan habis (0%)	5	16,7
2	Makanan habis 25%	7	23,3
<b>3</b>	<b>Makanan habis 50%</b>	<b>13</b>	<b>43,3</b>
4	Makanan habis 75 %	5	16,7
5	Makanan habis 95%	0	0
6	Makanan tidak habis semua (100%)	0	0
	Total	30	100

Sumber : Hasil Uji T-test

Berdasarkan tabel 4.3 dapat diketahui bahwa pada umumnya responden setelah diberikan buah pepaya memakan habis makanannya sebanyak 13 responden (43,3 %).

**Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi Kategori Nafsu Makan Responden pada Kelompok Post dan Pre Test Terhadap Pemberian Buah Pepaya di Wilayah Kerja Puskesmas Kampar**

NO	Nafsu Makan	f	Persentase (%)
1.	Sebelum		
	Nafsu Makan Normal	2	6,7
	Nafsu Makan Kurang	28	93,3
2.	Setelah		
	Nafsu Makan Normal	12	40,0
	Nafsu Makan Kurang	18	60,0
Total		30	100

Sumber : Hasil Uji T-test

Berdasarkan tabel 4.4 dapat diketahui bahwa pada mayoritas responden sebelum diberikan buah papaya mengalami nafsu makan kurang sebanyak 28 orang (93,3%) dan setelah diberikan buah pepaya mayoritas responden mengalami penurunan nafsu makan bersisa sebanyak 18 orang (60,0%).

### 3. Nafsu Makan Responden

Klasifikasi nafsu makan responden merupakan data numerik yang dianalisis menggunakan *central tendency* untuk mendapatkan nilai mean, median, standar deviasi, nilai minimal dan nilai maksimal yang peneliti sajikan dalam bentuk tabel dibawah ini :

**Tabel 4.5 : Distribusi Nafsu Makan Responden pada Kelompok Sebelum dan Sesudah Pemberian Buah Pepaya di Wilayah Kerja Puskesmas Kampar**

Variabel	Mean	SD	95% CI	Min-maks
Nafsu Makan sebelum	69,83	22,533	61,42-78,25	25-100
Nafsu Makan sesudah	40,00	24,212	30,96-49,04	0-75

Berdasarkan tabel 4.5 dapat diketahui bahwa rerata nafsu makan responden sebelum diberikan buah pepaya yaitu 69,83 dengan standar deviasi 22,533 dan rerata nafsu makan responden sesudah diberikan buah pepaya yaitu 40,00 dengan standar deviasi 24,212. Dari estimasi interval dapat disimpulkan bahwa 95% diyakini bahwa rerata nafsu makan sebelum pemberian buah pepaya CI 95% 61,42-78,25 dan 95% diyakini bahwa rerata nafsu makan sesudah pemberian buah pepaya CI 95% 30,96-49,04.

## B. Analisa Bivariat

Dalam penelitian ini analisa bivariat digunakan untuk menganalisa perbedaan klasifikasi nafsu makan responden sebelum dan sesudah diberikan buah pepaya, sebelumnya peneliti melakukan uji normalitas data untuk menentukan apakah data yang diuji berdistribusi normal atau tidak berdistribusi normal. Berdasarkan uji kenormalan data diketahui bahwa data tersebut berdistribusi normal, dibuktikan dengan 3 cara yaitu :

1. Dilihat dari grafik histogram dan kurve normal, bentuknya menyerupai *bel shape*, artinya data berdistribusi normal
2. Dilihat dari nilai *skewness* dan standar errornya didapatkan nafsu makan sebelum  $0,255/0,427 = 0,59$  dan nafsu makan sesudah  $0,303/0,427 = 0,70$ , nilainya masih  $\leq 2$ , artinya data berdistribusi normal. Jadi dapat disimpulkan bahwa data berdistribusi normal, sehingga uji yang bisa digunakan pada penelitian ini adalah uji *Paired T-Test*.

Analisa ini menggunakan uji *Paired T-Test* untuk melihat pengaruh pemberian buah pepaya terhadap peningkatan nafsu makan balita di wilayah kerja Puskesmas Kampar seperti yang terlihat pada tabel 4.4 dibawah ini :

**Tabel 4.6 Pengaruh Pemberian Buah Pepaya Terhadap Peningkatan Nafsu Makan Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Kampar Tahun 2020**

Variabel		Mean	SD	95%CI	Selisih Mean	P Value
Nafsu Makan pre/sebelum		69,83	22,533	61,42-78,25	29,83	0,000
Nafsu Makan post/sesudah		40,00	24,212	30,96-49,04		

Sumber : Hasil Uji *T-Test*

Berdasarkan tabel 4.6 diatas dapat dilihat bahwa secara statistik terdapat perbedaan yang signifikan antara nafsu makan sebelum dan sesudah pemberian buah pepaya dengan selisih mean nafsu makan sebesar 29,83 *P Value* 0,000 ( $\rho < 0,05$ ). Artinya buah pepaya berpengaruh untuk meningkatkan nafsu makan pada balita di wilayah kerja Puskesmas Kampar.

## **BAB V PEMBAHASAN**

### **A. Pembahasan**

Hasil penelitian yang dilakukan pada 30 responden balita di wilayah Kerja Puskesmas Kampar tentang “pengaruh pemberian buah pepaya terhadap peningkatan nafsu makan balita di wilayah kerja Puskesmas Kampar”. Berdasarkan uji statistik didapatkan bahwa buah pepaya berpengaruh dalam meningkatkan nafsu makan pada balita. Dari hasil penelitian yang telah diuraikan sebelumnya, maka pada bab ini akan dibahas secara sistematis dari hasil analisis uji statistik tentang. Pembahasan dalam penelitian ini adalah dengan melihat teori dan penelitian terkait yang telah dilakukan oleh peneliti lain yang relevan dengan penelitian saat ini.

#### **1. Pengaruh Pemberian Buah Pepaya Terhadap Peningkatan Nafsu Makan Balita Di Wilayah Kerja Puskesmas Kampar Tahun 2020**

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa rerata selisih nafsu makan sebelum dan sesudah intervensi berkisar 29,83. Artinya ada perubahan antara pre dan post intervensi dalam meningkatkan nafsu makan pada balita di wilayah kerja Puskesmas Kampar. Sedangkan rerata perbedaan nafsu makan pada kelompok sebelum dan sesudah intervensi yaitu 29,83 dengan  $p$  value 0,000 ( $p < 0,05$ ), artinya buah pepaya berpengaruh dalam meningkatkan nafsu makan pada balita di wilayah kerja Puskesmas Kampar.

Menurut Wijayakusuma (2010), buah pepaya mengandung multivitamin yang 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 A dan mineral dalam buah pepaya akan memulihkan nafsu makan anak, memperkuat daya tahan tubuh dan memulihkan kondisi sakit pada anak.

Menurut Situmorang (2010), kandungan per 100 gram buah dan daun pepaya mengandung gizi yang sangat baik untuk kesehatan. Di dalam buah pepaya hijau 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 tentang kandungan buah pepaya tersebut menunjukkan manfaatnya sebagai antioksidan dan meningkatkan nafsu makan anak balita.

Hasil penelitian sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Fajria dan Rika (2013), tentang pengaruh pemberian buah papaya terhadap nafsu makan anak berumur 2-5 tahun diwilayah kerja Puskesmas Kuranji. Tujuan penelitian ini adalah untuk melihat pengaruh

buah pemberian buah pepaya terhadap nafsu makan anak berumur 2-5 tahun. Untuk sampel penelitian ini memiliki 20 balita yang turun berat badan selama satu bulan terakhir. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif dengan pendekatan *quasy eksperiment one group pretest-posttest design*. Tanpa kelompok control. Berat balita diukur dengan menggunakan skala digital. Peneliti menerapkan uji T untuk uji statistik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada peningkatan besar dalam nafsu makan balita, terlihat melalui skala berat balita setelah intervensi ( $p = 0,000$ ). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada pengaruh buah pepaya dalam meningkatkan nafsu makan pada balita. Peningkatan ini disebabkan karena mekanisme buah pepaya dalam meningkatkan nafsu makan dan kecepatan dalam penyerapan zat gizi. Kecepatan dalam penyerapan zat gizi ini dipengaruhi oleh daya cerna, komposisi zat gizi, keadaan normal membran mukosa halus, hormon dan masukan vitamin yang adekuat.

Menurut Almirah (2010), balita sering mengalami gangguan selera makan. Nafsu makan disebabkan karena rasa lapar yang dikendalikan oleh sistem saraf yang berpusat pada hipotalamus. Ada 2 teori mengenai timbulnya rasa lapar, yaitu teori glukostatik atau rasa lapar yang disebabkan menurunnya kadar glukosa dalam darah. Teori kedua adalah teori lipostatik atau rasa lapar karena berkurangnya kadar lemak dalam sel lemak



Menurut Afni (2012) bahwa mengkonsumsi buah-buahan sebelum makan sangat dianjurkan. Buah yang mengandung sedikit asam sangat berfungsi untuk memberikan enzim pada perut agar proses pembakaran lebih cepat dan akan menstimulasi untuk mengeluarkan asam lambung sehingga timbul rasa lapar. Kandungan buah pepaya yang kaya akan vitamin A sangat berperan dalam menggalakan pertumbuhan dan diferensiasi jaringan.

Menurut Suryani (2010), vitamin A juga mencegah keratinisasi saluran pencernaan sehingga dengan konsumsi vitamin A akan mencegah anoreksia pada anak. Buah pepaya juga kaya akan vitamin B kompleks yang dapat meningkatkan laju reaksi metabolisme tubuh, merangsang Hipotalamus untuk meningkatkan nafsu makan dan menyokong pertumbuhan. Vitamin C buah pepaya sangat tinggi dibanding buah jeuk. Vitamin C meningkatkan keasaman lambung sehingga timbul rasa lapar. Selain itu vitamin C menjaga kebugaran tubuh dan mencegah berbagai penyakit infeksi. Enzim papain dalam buah pepaya mempercepat proses pencernaan karbohidrat, protein dan lemak. Disamping itu papain membuat sistem pencernaan menjadi lebih baik sehingga zat-zat gizi dapat diserap dengan baik.

Berdasarkan penelitian ini maka peneliti berasumsi bahwa kesukaran atau sulit makan pada balita seringkali mengakibatkan tidak terpenuhinya gizi baik energi maupun kebutuhan satu atau lebih nutrisi. Hal ini disebabkan oleh karena aktifitas fisik yang berlebihan yang sering

disertai dengan perilaku anak yang aktif, tidak bisa diam, dan banyak bergerak. Kesulitan makan yang berkepanjangan dan tidak tertangani dengan baik akan menimbulkan banyak komplikasi diantaranya gangguan pertumbuhan, kurang gizi, kurang vitamin dan mineral serta gangguan perkembangan kecerdasan pada anak.

Penyebab kesulitan makan pada anak sangatlah banyak. Secara umum penyebab kesulitan makan diantaranya adalah hilang nafsu makan, gangguan proses dimulut, dan pengaruh psikologis. Gangguan fungsi organ tubuh dan penyakit bisa berupa kelainan fisik, maupun psikis dapat dianggap juga sebagai penyebab kesulitan makan pada anak. Kesulitan makan pada anak harus sesuai dengan penyebabnya dan harus ditunjang dengan cara pemberian makan yang benar. Beberapa pedoman umum tentang penanganan kesulitan makan yaitu berikan anak makan sedikit demi sedikit tetapi sering dan jangan terlalu bernafsu memberi sekaligus karena dapat menimbulkan masalah pada pencernaan. Menyuruh makan anak harus juga dengan suara lemah lembut dan dengan pendekatan yang baik tanpa memaksa. Saat waktu jam makan tiba anak sedang asyik bermain jangan langsung dihentikan mendadak permainan anak, coba ingatkan terlebih dahulu sebelumnya. Menciptakan pembicaraan yang menarik bagi anak, suasana yang mencintai dan mendukung sangat diperlukan.

Untuk membantu merangsang peningkatan nafsu makan balita maka dianjurkan mengkonsumsi buah-buahan sebelum makan sangat.

Buah yang mengandung sedikit asam sangat berfungsi untuk memberikan enzim pada perut agar proses pembakaran lebih cepat dan akan menstimulasi untuk mengeluarkan asam lambung sehingga timbul rasa lapar. Salah satu buah yang sangat membantu dalam meningkatkan nafsu makan yaitu buah pepaya. Vitamin, mineral dan enzim papain dalam buah pepaya mampu mengatasi kurangnya nafsu makan pada balita. Buah pepaya bisa dijadikan sebagai variasi menu harian balita di rumah. Konsumsi buah pepaya sangat bermanfaat pada sistim pencernaan dan meningkatkan selera makan balita. Buah pepaya mengandung multivitamin yang 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 A dan mineral dalam buah pepaya akan memulihkan nafsu makan anak.

## **BAB VI**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Adapun hal yang dapat disimpulkan dalam penelitian ini yaitu :

1. Rerata nafsu makan sebelum pemberian buah pepaya yaitu 48,33 dengan standar deviasi 19,623.
2. Rerata nafsu makan sesudah pemberian buah pepaya yaitu 89,83 dengan dengan standar deviasi 16,267.
3. Rerata perbedaan nafsu makan sesbelum dan sesudah pemberian buah pepaya yaitu 29,83 dengan P Value 0,000 ( $\rho < 0,05$ ). Artinya buah pepaya berpengaruh untuk meningkatkan nafsu makan pada balita di wilayah kerja Puskesmas Kampar.

#### **B. Saran**

##### **1. Teoritis**

###### **a. Bagi institusi pendidikan**

Diharapkan penelitian ini dapat menjadi sumber bacaan dan menambah referensi kepustakaan mengenai pengaruh pemberian buah pepaya terhadap nafsu makan balita .

###### **b. Bagi peneliti selanjutnya**

Diharapkan dengan adanya penelitian ini bisa menjadi acuan awal peneliti selanjutnya untuk melihat efektivitas ke variabel-variabel lainnya yang memiliki pengaruh pemberian buah pepaya terhadap nafsu makan balita dan juga diharapkan untuk peneliti yang

ingin mengembangkan penelitian ini sebaiknya dilakukan pada rentang waktu yang lebih singkat dan dapat dilihat peningkatannya melalui berat badan balita tersebut.

## **2. Praktis**

### **a. Bagi Puskesmas Kampar**

Disarankan kepada pihak Puskesmas untuk dapat menerapkan intervensi pemberian buah pepaya ini dalam meningkatkan nafsu makan pada balita terutama di wilayah kerja Puskesmas Kampar.

### **b. Bagi responden**

Diharapkan bagi orang tua responden supaya dapat lebih memperhatikan cara pemberian makan pada anaknya dengan melengkapi porsi makan anak dan menambahkan buah-buahan seperti buah pepaya sebelum pemberian makan pada anak.

## DAFTAR PUSTAKA

- Adriani. (2014). *Gizi Dan Kesehatan Balita (Peranan Mikro Zinc Pada Pertumbuhan Balita)*. Jakarta : Salemba.
- Aisyah. (2011). *Perilaku Ibu Terhadap Anak Dengan Masalah Sulit Makan Pada Puskesmas Ponorogo Selatan Kabupaten Ponorogo*. Diperoleh tanggal 27 Mei 2020 dari <http://www.akbidharapanmulya.ac.id/>.
- Almatsier. (2011). *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. PT Gramedia Pustaka Utama. Jakarta.
- Depkes RI. (2012). *Kebutuhan Gizi Balita*, Dirjen PPM & PLP.
- Dewi. (2012). *Faktor – Faktor yang Mempengaruhi Angka Gizi Buruk di Jawa Timur dengan Pendekatan Regresi Non Parametrik Spline*. Jurnal Sains dan Seni ITS 1.
- Erniyati. (2012). *Asuhan Kebidanan Pada anak Balita*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Fajria. (2013). *Analisis Faktor Resiko Kejadian Abortus di RSUD Dr. M. Djamil Padang*. Ners Jurnal Keperawatan Volume 9, No. 2 : 140-153.
- Hidayat. (2009). *Metode Penelitian Keperawatan Dan Teknik Analisis Data*. Jakarta: Salemba Medika
- Irianto. (2014). *Pemantauan Pertumbuhan Balita*. PT Kanisius. Jakarta.
- Judarwanto, W. (2011). *Mengatasi Kesulitan Makan pada Anak*. Jakarta: Puspa Swara.
- Kesuma. (2015). *Faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku kesulitan makan anak pra sekolah*. JOM. Universitas Riau.
- Krishna. (2010). *Review on nutritional, medicinal and pharmacological properties of papaya (Carica papaya Linn)*, Nat prod Rad 2008; 7(4):364-373.
- Liansyah, Tita Menawati (2015). *Malnutrisi Pada Anak Balita*. Fakultas Kedokteran Universitas Syiah Kuala Volume II Nomor 1. ISSN: 2355-102X.
- Lina. (2016). *Olahan pisang dan alpukat sebagai PMT untuk menambah berat badan an. S umur 14 bulan Di BPM rinna hendri adimulyo*. Kebumen.
- Mascola. (2010). *Picky eating during childhood: a longitudinal study age to 11 years*. Eating Behaviours. 11, 253-257.

- Notoatmodjo. (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta, Rineka Cipta.
- Pangesti. (2013). *Glutation Dan APTI Sebagai Indikator Fitoremediasi Dan Toleransi Tanaman Puring (Codiaeum Veriegatum) Terhadap Bahan Pencemar Sulfur Oksida*. Disertasi UNAIR Surabaya : Tidak diterbitkan.
- Proverawati. (2010). *Obesitas Dan Gangguan Perilaku Makan Pada Remaja*. Yogyakarta : Nuha Medika
- Rohmasari, A. (2013). *Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Sulit Makan pada Balita*. Diperoleh tanggal 27 Mei 2015 dari <http://www.lib.umpo.ac.id/gdl/download.php?id=532>
- Rukmana, Rahmat. 2013. *Pepaya*. Yogyakarta: Penerbit Kanisius.
- Sa'diya. (2015). *Hubungan Pola Makan Dengan Status Gizi Anak Pra Sekolah Di Paud Tunas Mulia Claket Kecamatan Pacet Mojokerto*. Stikes Bina Sehat PPNI. Jurnal Midwiferia Volume 1 Nomor 2.
- Setiawati. (2019). *Pengaruh Buah Pepaya Bangkok (Carica Papaya L) Terhadap Nafsu Makan Pada Anak Usia 3-6 Tahun*. Jurnal Darul Azhar Vol 8 : 120 - 128
- Siswanto. (2010). *Pengantar Manajemen*. Jakarta : Rineka Cipta
- Situmorang. (2010). *Data Penelitian : Menggunakan Program SPSS*. Medan : USU
- Soetjningsih. (2014). *Tumbuh kembang Anak*. Bali: EGC.
- Supardi. (2013). *Aplikasi Statistika Dalam Penelitian Konsep Statistika Yang Lebih Komprehensif*. Jakarta : Change Publication.
- Suprapti. (2005). *Aneka Olahan Pepaya Mentah dan Mengkal*. Yogyakarta: Penerbit Kanisius.
- Suryanto. (2014). *Dukungan Keluarga dan Sosial dalam Pertumbuhan dan Perkembangan Personal Sosial, Bahasa dan Motorik pada Balita di Kabupaten Banyumas*. Jurnal Kesmas 10 (1) : 103 – 109.
- Sutaradjo. (2011). *Gizi Seimbang Dalam Daur Kehidupan*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Wijayakusuma.(2010). *Khasiat buah pepaya*. Diakses 28 Mei 2020 dari <http://www.purwakarta.org/index.php/2010/07/29/khasiat-buahpepaya/>
- World Health Organization.Bascommetro*.(2015). Diakses pada tanggal 27 Mei 2020, dari <http://www.bascommetro.com/2015/12/angka-anak-mengalami-gizi-buruk.html>.