

[ISSN 2597- 6052](#)

# MPPKI

Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia  
The Indonesian Journal of Health Promotion

Research Articles

Open Access

## Pengaruh Pemberian Buah Pepaya Terhadap Peningkatan Nafsu Makan Pada Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Tilango

### *The Influence of Giving Papaya on Increasing Infant's Appetites at the work Area of Tilango Health Centre of Gorontalo*

Sri Mulyaningsih<sup>1</sup>, Fifi Ishak<sup>2\*</sup>, Zuriati Muhamad<sup>3</sup><sup>1,2,3</sup>Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Gorontalo, Indonesia\*Korespondensi Penulis : [fifiishak@umgo.ac.id](mailto:fifiishak@umgo.ac.id)

#### Abstrak

**Latar Belakang:** Masa balita khususnya dibawah dua tahun merupakan masa pertumbuhan dan perkembangan yang paling pesat dibandingkan dengan kelompok umur lainnya. Sifat perkembangan yang terbentuk ini dapat mempengaruhi pola makan anak, hal tersebut menyebabkan anak terkadang bersikap terlalu pemilih, misalnya cenderung menyukai makanan ringan sehingga menjadi kenyang dan menolak makan saat waktu jam makan.

**Tujuan:** Penelitian ini untuk mengetahui Pengaruh Pemberian Buah Pepaya Terhadap Peningkatan Nafsu Makan pada Balita.

**Metode:** Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain penelitian *pre-eksperiment* menggunakan rancangan *one group pre-post test design*. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *total sampling* dengan jumlah sampel sebanyak 30 responden. Instrument yang digunakan berupa lembar observasi sedangkan untuk uji statistik menggunakan uji *Wilcoxon signed rank test*.

**Hasil:** Penelitian didapatkan nilai *p-value* = 0,000 (<0,05) dimana 0,000 lebih kecil dari 0,05.

**Kesimpulan:** Ada pengaruh pemberian buah pepaya terhadap peningkatan nafsu makan balita maka H0 ditolak.

**Kata Kunci:** Balita; Buah Pepaya; Nafsu Makan

#### Abstract

**Background:** Toddler period, especially under two years old, is a period of growth and development that is most rapidly compared to other age groups. The nature of the development that is formed can affect children's eating patterns, this causes children to sometimes be too picky, for example they tend to like snacks so they become full and refuse to eat at mealtimes.

**Purpose:** This study was to determine the effect of giving papaya fruit to increase appetite in toddlers.

**Methods:** This research is a quantitative study with a pre-experimental research design using a one group pre-post test design. The sampling technique used a total sampling technique with a sample size of 30 respondents. The instrument used is an observation sheet, while for statistical tests, the Wilcoxon signed rank test is used.

**Results:** The study obtained *p-value* = 0.000 (<0.05) where 0.000 is smaller than 0.05.

**Conclusion:** There is an effect of giving papaya fruit to increase toddler's appetite, so H0 is rejected.

**Keywords:** Appetites; Papaya; Toddler

## PENDAHULUAN

Masa balita khususnya dibawah dua tahun merupakan masa pertumbuhan dan perkembangan yang paling pesat dibandingkan dengan kelompok umur lainnya. Pertumbuhan berat badan anak merupakan hal yang penting untuk selalu diamati dan diperhatikan. Pertumbuhan berat anak dimulai sejak lahir sampai anak berumur delapan belas tahun dan dipengaruhi beberapa faktor yang secara garis besar dapat diklasifikasikan menjadi dua, yaitu faktor genetik dan non genetik, seperti lingkungan, nutrisi dan penyakit.(1)

Usia prasekolah, anak mengalami perkembangan psikis menjadi lebih mandiri, *autonom*, dapat berinteraksi dengan lingkungannya, serta lebih mengekspresikan emosinya. Bentuk luapan emosi yang biasa terjadi adalah menangis atau menjerit saat anak tidak merasa nyaman. Sifat perkembangan yang terbentuk ini dapat mempengaruhi pola makan anak, hal tersebut menyebabkan anak terkadang bersikap terlalu pemilih, misalnya cenderung menyukai makanan ringan sehingga menjadi kenyang dan menolak makan saat waktu jam makan. Anak juga sering rewel dan memilih bermain saat orangtua menyuapi makanan. Anak akan mengalami kesulitan makan jika tidak segera diatasi.(2)

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* (3).

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 melansungkan 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.(4)

Fajria L 2012, mengatakan 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. Prevalensi masalah kesulitan makan menurut klinik perkembangan anak dari *Affiliated program for children development* di *University George Town* mengatakan 6 jenis kesulitan makan pada anak yaitu hanya mau makan makanan cair atau lumat: 27,3%, kesulitan menghisap, mengunyah atau menelan: 24,1%, kebiasaan makan yang aneh dan ganjil: 23,4%, tidak menyukai variasi banyak makanan: 11,1%, keterlambatan makan sendiri: 8,0%, *mealng time tantrum*: 6,1%.(2, 4)

Menurut WHO 2012 diketahui bahwa 42% dari 15,7 juta kematian anak dibawah 5 tahun terjadi dinegara berkembang, dari data tersebut sebanyak 84% kasus kekurangan gizi anak anak usia dibawah lima tahun (balita) terjadi di Asia dan Afrika (Arum, 2013), sedangkan di Indonesia tahun 2012 terdapat sekitar 53% anak dibawah usia 5 tahun menderita gizi buruk disebabkan oleh kurangnya makanan untuk mencukupi kebutuhan gizi sehari-hari.(5)

Laporan Gizi Global 2014 menempatkan Indonesia diantara 31 negara yang tidak akan mencapai target global untuk menurunkan angka kurang gizi di tahun 2025. Data pemerintah menunjukkan 37% anak balita menderita stunting, 12% menderita wasting (terlalu kurus untuk tinggi badan mereka) dan 12% mengalami kelebihan berat badan. Penduduk miskin di Indonesia memiliki kemungkinan menderita stunting 50 persen lebih tinggi dibandingkan dengan mereka dari golongan menengah keatas.(3) 30 persen anak Indonesia dari golongan menengah keatas juga mengalami stunting. Kesenjangan prevalensi kekurangan gizi antar provinsi dan kabupaten masih cukup lebar. Angka-angka tersebut termasuk sangat tinggi bagi negara berpenghasilan menengah. Upaya untuk menurunkan angka kurang gizi di Indonesia sejak tahun 2007 belum menunjukkan hasil yang berarti, ini berarti jumlah anak penderita kurang gizi terus meningkat seiring dengan bertumbuhnya jumlah penduduk (6).

Menurut pemantau status gizi ( PSG, 2015) Indonesia memiliki masalah gizi masyarakat berdasarkan 3 indikator ( BB/U, TB/U, BB/TB), bayi gizi kurang umur 0-23 bulan (11,9 %), umur 24- 59 bulan (18,1%), umur 0 – 59 bulan (14,9 %), jumlah diambil dari 496 kabupaten/ kota. Data dikalimantan tengah gizi kurang umur 0-23 bulan (14,9%), umur 24-59 (23,1%) dan umur 0-59 (18,9%).(7)

Pemantauan status gizi yang dilakukan oleh Dinas Kesehatan Provinsi Gorontalo pada tahun 2014 diperoleh hasil capaian gizi kurang di Provinsi Gorontalo mencapai 14,44%, kontribusi terbesar ada pada Kabupaten Pohuwato yakni 10,9% dengan gizi kurang dan 2,2% gizi buruk.

Hasil wawancara kepada salah satu petugas kesehatan di puskesmas, didapati beberapa balita yang cenderung bermasalah dalam tahap tumbuh kembang diantaranya termasuk berat badan yang tidak naik. Hal ini didukung dengan data formulir kontrol berat badan balita di wilayah kerja Puskesmas Tilango bulan Desember 2018 yang mencakup 8 Desa dimana jumlah balita ditimbang yang tidak naik berat badannya berjumlah 103 orang, jumlah balita yang tidak naik berat badannya dua kali berturut-turut (2T) sebanyak 31 orang, dan Jumlah balita di bawah garis merah (BGM) berjumlah 24 orang. Sementara itu, jumlah kasus Gizi kurang berdasarkan lembar kontrol kasus gizi kurang Puskesmas Tilango berjumlah 11 orang, berdasarkan hal tersebut diatas maka peneliti merasa tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Pengaruh Pemberian Buah Pepaya Terhadap Peningkatan Nafsu Makan Balita Di Wilayah Kerja Puskesmas Tilango Gorontalo”.

Penelitian ini berkaitan dengan upaya pendidikan kesehatan dan promosi kesehatan untuk meningkatkan nafsu makan pada balita sehingga berdampak pada kesehatan balita dan dapat mencegah terhadap kejadian stunting.

## METODE

Penelitian ini dilakukan di wilayah kerja puskesmas Tilango, pada bulan Agustus - September 2019. Desain penelitian yang akan digunakan yaitu *quasi eksperimen design tanpa kelompok control pretest-posttest*. Sebelum intervensi penelitian terlebih dahulu melakukan pengukuran frekuensi makan Balita/responden (*pre test*), setelah intervensi peneliti melakukan pengukuran kembali frekuensi makan Balita/ responden (*post test*).<sup>(8)</sup>

Populasi dalam penelitian ini berdasarkan jumlah balita yang di wilayah kerja terdata di puskesmas tilango kurang lebih sebanyak 298 balita maka ditotalkan jumlah populasi dalam penelitian ini sebanyak 298 responden. Pengambilan sampel dalam penelitian ini yaitu menggunakan *total sampling*, yaitu tehnik penentuan sampel dengan pertimbangan atau kriteria-kriteria tertentu dimana menentukan pengambilan sampel dengan cara menetapkan ciri-ciri khusus yang sesuai dengan tujuan penelitian sehingga diharapkan dapat menjawab permasalahan penelitian.<sup>(8)</sup>

Analisis variabel dilakukan terhadap dua variabel yang diduga berhubungan atau berkorelasi yaitu variabel independen (kepatuhan) dengan variabel dependen (komplikasi). Uji variabel yang digunakan dalam analisis ini adalah uji statistic *Wilcoxon signed rank test* dengan asumsi bahwa batas kemaknaan adalah  $\alpha=0,05$  yang berarti jika nilai  $p \leq 0,05$  menunjukkan adanya hubungan yang bermakna, namun jika nilai  $p > 0,05$  menunjukkan tidak ada hubungan yang bermakna. Analisis data bivariate diolah dengan menggunakan fasilitas komputerisasi SPSS.

## HASIL

**Tabel 1.** Distribusi responden berdasarkan umur balita

Umur	N	Presentase (%)
<3Tahun	12	40
$\geq 3$ Tahun	18	60
Total :	30	100

Tabel 1 menunjukkan sebagian besar umur balita adalah kategori umur 3 tahun keatas ( $\geq 3$  tahun) yaitu sebanyak 18 balita atau 60% sedangkan balita kategori umur kurang dari 3 tahun (<3 tahun) sebanyak 12 balita atau 40 %.

## Analisis Univariat

**Tabel 2.** Distribusi responden berdasarkan frekuensi makan balita sebelum diberikan buah pepaya

Frekuensi makan/hari	N	Presentase (%)
<3 Porsi/Hari	14	46,6
$\geq 3$ Porsi/Hari	16	53,3
Total :	30	100

Tabel 2 menunjukkan sebagian besar frekuensi makan balita sebelum diberikan buah papaya california adalah rata-rata dibawah 3 porsi perhari (<3 porsi/hari) yaitu sebanyak 14 balita atau 46,6% sedangkan balita dengan kategori porsi makan diatas 3 porsi perhari ( $\geq 3$  porsi/hari) sebanyak 16 balita atau 46,6 %.

**Tabel 3.** Distribusi Responden Berdasarkan Frekuensi Makan Balita Sesudah Diberikan Buah Pepaya

Frekuensi makan/hari	N	Presentase (%)
<3 Frekuensi/Hari	2	6,7
$\geq 3$ Frekuensi/Hari	28	93,3
Total :	30	100

Tabel 3 menunjukkan sebagian besar frekuensi makan balita sesudah diberikan buah papaya california adalah rata-rata diatas 3 porsi perhari ( $\geq 3$  porsi/hari) yaitu sebanyak 28 balita atau 93,3% sedangkan balita dengan kategori porsi makan dibawah 3 porsi perhari (<3 porsi/hari) sebanyak 2 balita atau 6,7%.

### Analisis Bivariat

**Tabel 4.** Uji Wilcoxon nafsu makan sebelum dan sesudah pemberian buah papaya pada balita

	Median	P-Value
	(Min-Maks)	
Nafsu makan sebelum diberikan buah papaya (n=30)	2 (2-3)	<0,001
Nafsu makan sesudah diberikan buah papaya (n=30)	3 (2-4)	

Tabel 4 menunjukkan hasil perhitungan statistic menggunakan uji wilcoxon pada nafsu makan balita sebelum dan sesudah pemberian buah pepaya california. Hasilnya menunjukkan bahwa tidak terdapat peningkatan nafsu makan pada 14 balita (46,7%) sebelum pemberian buah papaya california dengan nilai median minimal 2.00 dan maksimal 3.00 sedangkan setelah pemberian buah papaya california terjadi peningkatan nafsu makan pada 16 balita (53,3%) dengan nilai median minimal 2.00 dan maksimal 4.00. Hasil analisis menunjukkan adanya pengaruh buah papaya California terhadap peningkatan nafsu makan balita dengan nilai signifikansi  $p=0,00$  ( $<0,05$ ) sehingga  $H_0$  diterima.

## PEMBAHASAN

### Nafsu makan balita sebelum diberikan buah papaya California

Hasil penelitian menunjukkan balita dengan porsi makan kategori baik ( $\geq 3$  porsi makan/hari) berjumlah 16 balita (53,3%) sedangkan balita dengan porsi makan kategori kurang (<3 porsi makan/hari) berjumlah 14 balita (46,7%). Berdasarkan hasil perhitungan kuesioner sebelum diberikan buah papaya california, balita berumur dibawah 3 tahun dengan porsi makan dibawah 3 porsi perhari sebanyak 5 balita dan balita berumur 3 tahun keatas dengan porsi makan dibawah 3 porsi perhari sebanyak 9 responden. Sedangkan balita dengan umur dibawah 3 tahun dengan porsi makan 3 porsi keatas perhari sebanyak 7 balita dan balita berumur 3 tahun keatas dengan porsi makan 3 porsi keatas perhari sebanyak 9 balita. Hal ini menunjukkan bahwa pada usia balita terjadi penurunan nafsu makan. Gangguan nafsu makan umumnya dialami anak-anak usia 1–3 tahun atau usia prasekolah. Pada usia ini anak menjadi sulit makan karena pertumbuhan fisiknya melambat dibandingkan usia 0–12 bulan.(9)

Umumnya masalah sulit makan memang dimulai diusia prasekolah, penyebab dari penurunan nafsu makan atau sulit makan adalah faktor fisik yaitu anak menderita suatu penyakit dan faktor psikis yaitu anak yang bosan dengan makanan yang dimakan. Faktor ini berkaitan dengan perkembangannya dimana usia prasekolah mengalami masa peralihan bentuk makanan dari lunak ke makanan biasa. Anak prasekolah harus mulai belajar menguyah bukan lagi menelan, sehingga si anak cenderung mengalami penurunan nafsu makan Penurunan nafsu makan juga terjadi pada usia ini karena pertumbuhannya tidak sepesat usia sebelumnya, disamping itu anak juga mulai memilih-milih makanan yang disukainya Perlu kesabaran dan kreatifitas ekstra untuk memberi makan pada anak, agar asupan kebutuhan gizinya tetap terpenuhi, selain itu diperlukan kemampuan orang tua dan perawat untuk

dapat mengkaji apa penyebab masalah makan anak prasekolah sehingga akhirnya dapat menentukan solusi yang tepat untuk memecahkan masalah makan tersebut.(4)

### **Nafsu makan balita sesudah diberikan buah papaya California**

Hasil penelitian diketahui Balita dengan porsi makan kategori baik ( $\geq 3$  porsi makan/hari) berjumlah 28 balita (93,3%) sedangkan balita dengan porsi makan kategori kurang ( $< 3$  porsi makan/hari) berjumlah 2 balita (6,7%). Berdasarkan hasil perhitungan kuesioner sebelum diberikan buah papaya California, balita berumur dibawah 3 tahun dengan porsi makan dibawah 3 porsi perhari sebanyak 0 balita dan balita berumur 3 tahun keatas dengan porsi makan dibawah 3 porsi perhari sebanyak 2 responden. Sedangkan balita dengan umur dibawah 3 tahun dengan porsi makan 3 porsi keatas perhari sebanyak 12 balita dan balita berumur 3 tahun keatas dengan porsi makan 3 porsi keatas perhari sebanyak 16 balita. Hal tersebut menunjukkan bahwa balita yang mengkonsumsi buah papaya sebagian besar mengalami kenaikan nafsu makan. Menurut Setiowati (2017), Kandungan vitamin dan mineral dalam buah pepaya akan memulihkan nafsu makan anak, memperkuat daya tahan tubuh dan memulihkan kondisi sakit pada anak.(10)

### **Pengaruh Pemberian Buah Pepaya Terhadap Peningkatan Nafsu Makan Balita**

Hasil penelitian diketahui nilai mean nafsu makan balita sesudah diberikan buah papaya California sebesar 1,53. Dalam penelitian ini sebelum dilakukan pemberian buah papaya terhadap balita yang menjadi objek penelitian, terlebih dahulu peneliti melakukan observasi terhadap frekuensi dan jumlah porsi makan balita. Pada proses observasi perilaku makan balita terlihat beberapa balita mau mengkonsumsi makanannya hanya ketika melihat teman-teman bermainnya juga makan. Hal ini menjelaskan bahwa lingkungan menjadi salah satu factor pendukung terhadap perilaku makan balita. Setelah mendapatkan hasil maka selanjutnya peneliti memberikan buah pepaya dengan takaran 100gr/hari secara rutin selama 1 bulan. Rekapitulasi hasil penelitian menunjukkan terdapat 16 balita mengalami peningkatan nafsu makan sedangkan 14 balita tidak mengalami peningkatan nafsu makan. Berdasarkan hasil pengamatan selama melakukan pemberian buah papaya di lapangan, penyebab dari tidak meningkatnya nafsu makan 14 balita tersebut diakibatkan oleh beberapa hal yaitu diantaranya beberapa balita cenderung mengkonsumsi snack yang berlebihan sehingga ketika memasuki waktu makan si anak tidak mau makan, kurangnya perhatian orang tua terhadap pola makan anak, contohnya beberapa orang tua tidak mengatur waktu makan anak dimana orang tua hanya cenderung menunggu si anak sendiri yang memintanya, ada juga yang terlalu menuruti hasrat si anak untuk memilih bermain daripada menghabiskan makanannya, menu makanan yang diberikan juga tidak variatif sehingganya si anak tidak tertarik untuk mengkonsumsi makanannya. Setelah didapatkan hasilnya kemudian peneliti melakukan pengujian menggunakan aplikasi SPP dengan menggunakan rumus *Wilcoxon* sehingga didapati nilai  $p\text{-value}=0,000$  ( $< 0,05$ ), artinya ada pengaruh pemberian buah pepaya terhadap peningkatan nafsu makan balita maka  $H_0$  ditolak. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Mitriya (2012) tentang “pengaruh buah pepaya (*Carica papaya*) terhadap nafsu makan balita di posyandu korong gadang wilayah kerja puskesmas kuranji tahun 2012” dimana Hasil penelitian menunjukkan terdapat peningkatan yang bermakna pada nafsu makan melalui hasil berat badan Balita setelah intervensi ( $p = 0,000$ ). (3)

Mawaddah (2017), Buah pepaya merupakan buah yang serba guna dan mempunyai nilai gizi yang tinggi. 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. Sejalan dengan itu penelitian yang dilakukan oleh Setiowati (2017), dengan judul “Pengaruh Pemberian Buah Pepaya Bangkok (*Carica Papaya L*) Terhadap Nafsu Makan Pada Anak Usia 3-6 Tahun” menunjukkan hasil yang sama dimana hasil penelitian ini menyatakan bahwa adanya pengaruh pemberian pepaya terhadap nafsu makan pada anak. Hasil penelitian menunjukkan peningkatan BB *pretest* dan *posttest* pada kelompok perlakuan menunjukkan hasil  $p = 0,002$  berarti pada  $p = 0,05$  terlihat ada perbedaan yang signifikan dalam peningkatan BB yang sudah diberikan buah pepaya.(7)

Pemberian buah papaya California dapat menjadi salah satu solusi orang tua untuk menangani masalah sulit makan pada anak balita, hal ini dikarenakan buah papaya merupakan salah satu tanaman tropis yang memiliki berbagai macam kandungan vitamin dan enzim yang selain menyehatkan juga dapat meningkatkan nafsu makan. Hal ini dikarenakan dalam buah papaya mengandung enzim papain atau dikenal dengan enzim proteolitik yang berperan memecah protein dimana dalam tubuh protein menekan produksi hormone ghrelin (hormone pemicu rasa lapar) sehingganya saat protein berhasil dipecah, hormone ghrelin akan kembali diproduksi dan selanjutnya hormone ghrelin akan mengirimkan signal ke hipotalamus dan dipresepsikan sebagai rasa lapar.

Dengan pemberian papaya dapat bermanfaat bagi nafsu makan balita dan dapat meningkatkan kesehatan dan upaya memelihara kesehatan balita, sehingga dapat mencegah balita dari kejadian stunting.

## KESIMPULAN

Study ini menyimpulkan bahwa nilai median nafsu makan balita sesudah diberikan buah pepaya California sebesar 3.00 dengan nilai minimum 2.00 dan maksimum 4.00, hasil uji spss menunjukkan nilai p-value=0,000 (<0,05), artinya ada pengaruh pemberian buah pepaya terhadap peningkatan nafsu makan balita.

## SARAN

Disarankan kepada masyarakat terutama yang memiliki balita agar dapat menggunakan buah pepaya untuk peningkatan nafsu makan pada balita dan disarankan agar masyarakat lebih memperbanyak konsultasi dengan tenaga kesehatan tentang manfaat buah pepaya terhadap nafsu makan balita.

## DAFTAR PUSTAKA

1. Mumpuni EA, Irdawati SK, Med NM, Purwanti OS, Ns SK. Gambaran Berat Badan Anak Usia Toddler Ditinjau Dari Pendidikan Dan Pekerjaan Ibu Dalam Kunjungan Ke Posyandu Balita Desa Mayang Wilayah Kerja Puskesmas Gatak: Universitas Muhammadiyah Surakarta; 2012.
2. Kesuma A, Novayelinda R, Sabrian F. Faktor Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Kesulitan Makan Anak Prasekolah: Riau University; 2015.
3. MITRIYA RZ. PENGARUH BUAH PEPAYA (CARICA PAPAYA) TERHADAP NAFSUMAKAN BALITA DI POSYANDU KORONG GADANGWILAYAH KERJA PUSKESMAS KURANJI TAHUN 2012: Universitas Andalas; 2012.
4. Fajria L, Rika M. Pengaruh Pemberian Buah Pepaya Terhadap Nafsu Makan Anak Berumur 2-5 Tahun di Wilayah Kerja Puskesmas Kuranji. NERS J Keperawatan. 2013;9:68-87.
5. Dan P. Departemen Kesehatan RI. Jakarta.
6. Olli N, Zakaria R, Badjuka BY. Pengaruh Buah Pepaya Terhadap Nafsu Makan Anak 2-5 Tahun. JIDAN (Jurnal Ilmiah Bidan). 2019;7(1):14-9.
7. Mawaddah Ni, Fitriyanti E. PENGARUH PEMBERIAN BUAH PEPAYA BANGKOK TERHADAP PENINGKATAN BERAT BADAN BALITA USIA 2-5 TAHUN DI PAUD ISLAMIS TPA MUTHIA DAN TPA BHAKTI ANAK INDONESIA (BAI) AMBARKETAWANG GAMPING SLEMAN YOGYAKARTA: Universitas' Aisyiyah Yogyakarta; 2017.
8. Notoatmodjo S. Metodologi penelitian kesehatan. 2012.
9. Kartikaningtyas AK, Imamah IN. Pemberian Buah Pepaya Pada Anak Usia 3–6 Tahun Sebagai Upaya Peningkatan Nafsu Makan Melalui Media Booklet: UNIVERSITAS' AISYIYAH SURAKARTA; 2021.
10. Setyawati VAV, Hartini E. Buku Ajar Dasar Ilmu Gizi Kesehatan Masyarakat: Deepublish; 2018.