



PENGARUH METODE *BABY LED WEANING* (BLW) TERHADAP POLA MAKAN ANAK USIA 9 - 12 BULAN DALAM UPAYA MENINGKATKAN STATUS GIZI ANAK DI DESA GADING WETAN KECAMATAN GADING KABUPATEN PROBOLINGGO

Iis Hanifah^{1#}, Tutik Hidayati², Wahida Yuliana³

¹⁻³Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Hafshawaty Zainul Hasan Genggong Probolinggo

ARTICLE INFORMATION	ABSTRACT
Received: October 4th 2025 Revised: October 26th 2025 Accepted: October 30th 2025	Salah satu indikator pencapaian pembangunan kesehatan merupakan status gizi anak usia dibawah 5 tahun (balita). Fase ini dikenal dengan periode emas (<i>golden period</i>) dimana perkembangan dan pertumbuhan sangat berlangsung dengan pesat, sehingga kebutuhan gizi anak harus terpenuhi. Pada masa ini, balita sangat rentan mengalami kekurangan gizi salah satunya stunting. Walaupun di Jawa Timur angka tersebut sudah menunjukkan penurunan stunting tetapi hal tersebut masih belum dikatakan sepenuhnya berhasil karena di Indonesia ditargetkan mencapai angka prevalensi stunting 14% di tahun 2024 ini. Tujuan pada penelitian ini Untuk mengetahui efektivitas metode <i>baby led weaning</i> terhadap pola makan anak usia 9-12 bulan dalam upaya peningkatan status gizi anak Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah quasi eksperimen dengan one group pretest post test.. Intervensi berupa teknik memberi makan kepada bayi usia 9 - 12 bulan dengan cara <i>baby led weaning</i> (BLW). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh bayi yang berusia 9-12 bulan sejumlah 46 responden. Teknik sampling menggunakan total sampling sebesar 46 responden. Pengumpulan data menggunakan kuesioner, dan dianalisis dengan menggunakan uji statistik <i>wilcoxon</i>. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa H_a diterima dengan nilai SPSS 0,001 yaitu $< 0,05$ artinya terdapat Pengaruh Metode <i>Baby Led Weaning</i> (BLW) terhadap Pola Makan Anak Usia 9 - 12 Bulan Dalam Upaya Meningkatkan Status Gizi Anak.saran, diharapkan dengan menerapkan metode BLW dapat membantu meningkatkan pola makan dan status gizi anak.Luaran penelitian ini adalah jurnal nasional terakreditasi.
KEYWORD	
<i>Baby-led weaning method, eating patterns, nutritional status</i>	
CORRESPONDING AUTHOR	
Nama: Iis Hanifah Email : iishanifah2017@gmail.com	
DOI : 10.62354/jurnalmedicare.v4i4.308	

One indicator of health development achievement is the nutritional status of children under 5 years old (toddlers). This phase is known as the golden period where development and growth are very rapid, so children's nutritional needs must be met. During this period, toddlers are very vulnerable to malnutrition, one of which is stunting. Although in East Java the figures have shown a decline in stunting, this is still not said to be completely successful because in Indonesia the target is to reach a stunting prevalence rate of 14% in 2024. The purpose of this study To determine the effectiveness of the baby-led weaning method on the eating patterns of children aged 9-12 months in an effort to improve children's nutritional status The method used in this study was a quasi-experiment with one group pretest posttest. The intervention was a technique of feeding babies aged 9-12 months using the baby-led weaning (BLW) method. The population in this study were all babies aged 9-12 months totaling 46 respondents. The sampling technique used a total sampling of 46 respondents. Data collection used a questionnaire, and was analyzed using the Wilcoxon statistical test. The results of this study indicate that H_a is accepted with an SPSS value of 0.001, which is < 0.05 , meaning that there is an Effect of the Baby Led Weaning (BLW) Method on the Eating Patterns of Children Aged 9 - 12 Months in an Effort to Improve Children's Nutritional Status. Suggestions, it is hoped that implementing the BLW method can help improve children's eating patterns and nutritional status. The output of this study is an accredited national journal.

A. PENDAHULUAN

Dahulu, saat bayi mulai dikenalkan pada makanan pendamping di usia 4 bulan, jenis makanan yang diberikan berbentuk puree (bubur lembut) dengan cara disuapi karena bayi belum dapat memberi makan dirinya sendiri. Pemahaman ini terus berlanjut hingga adanya perubahan rekomendasi yang dikeluarkan WHO. Hal ini kemudian membuat orangtua berpikir bahwa MPASI sepenuhnya menjadi tanggung jawab orangtua, baik dalam pemilihan menu, tekstur, porsi, dan jadwal makan bayi. Hingga saat inipun di Indonesia cara pemberian MPASI masih didominasi cara konvensional, yaitu bayi digendong kemudian dibujuk sembari disuapi makanan cair sedikit demi sedikit. Tidak sedikit terjadi pemaksaan dalam proses ini, mulai dari bentuk ancaman halus hingga pemaksaan yang sifatnya fisik dan menyakiti anak. Tidak heran jika di kemudian hari, banyak masalah perilaku anak terkait pola makannya yang menjadi sulit dihadapi orangtua: menolak makan sayur, tidak mau mengunyah makanan dan lain sebagainya. Tidak hanya masalah perilaku makan saja, akan tetapi masalah dalam perkembangan sosial emosional anak juga dapat terganggu dan mengalami hambatan. Seperti anak yang mendapatkan ancaman dan paksaan saat makan, di kemudian hari dapat menyebabkan anak mengalami rasa ketakutan terhadap makanan.

Salah satu indikator pencapaian pembangunan kesehatan merupakan status gizi anak usia dibawah 5 tahun (balita). Fase ini dikenal dengan periode emas (*golden period*) dimana perkembangan dan pertumbuhan sangat berlangsung dengan pesat, sehingga kebutuhan gizi anak harus terpenuhi. Pada masa ini, balita sangat rentan mengalami kekurangan gizi salah satunya stunting. Berdasarkan Rakerkesda jatim 2024 prevalensi stunting di jawa timur mengalami penurunan yaitu 1,5% Dimana tahun 2022, angka prevalensi stunting Jatim sebesar 19,2 persen, dan tahun 2023 turun menjadi 17,7 persen. Walaupun di jawa timur angka tersebut sudah menunjukkan penurunan stunting tetapi hal tersebut masih belum dikatakan sepenuhnya berhasil karena di Indonesia ditargetkan mencapai angka prevalensi stunting 14% di tahun 2024 ini. Sehingga angka stunting di Provinsi maupun di Kota/Kabupaten juga masih tinggi. Seiring bertambahnya usia anak, tekstur makanan yang diberikan menjadi lebih kasar seperti makanan yang dicincang atau makanan yang dapat dipegang oleh anak (*finger foods*). Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan pada 10 ibu yang memiliki anak usia 9-12 bulan di TPMB iis di Desa Gading Wetan Kab. Probolinggo bulan Oktober 2024, hanya 2 ibu yang membiarkan anak untuk makan secara mandiri. 8 Ibu mengatakan masih tidak pasrah jika anak makan sendiri dengan alasan belepotan dan anak tidak makan secara maksimal.

Asupan nutrisi berperan penting untuk mengoptimalkan pertumbuhan dan perkembangan bayi. Asupan nutrisi tersebut dapat berasal dari air susu ibu, makanan komplementer dan makanan keluarga. Jumlah asupan nutrisi yang dikonsumsi tersebut turut dipengaruhi oleh proses aktivitas makan. Aktivitas makan itu sendiri merupakan salah satu kegiatan fisik yang paling kompleks (Ermi Girsang, 2021). Kegiatan ini memanfaatkan semua sistem organ tubuh yakni otak dan saraf kranial, jantung dan pembuluh darah, sistem pernafasan, sistem endokrin dan metabolisme, otot-otot tubuh dan seluruh saluran pencernaan. Dalam pemberian makanan bayi perlu diperhatikan ketepatan waktu pemberian, frekuensi, jenis, jumlah bahan makanan, dan cara pembuatannya. Adanya kebiasaan pemberian makanan bayi yang tidak tepat, antara

lain : pemberian makanan yang terlalu dini atau terlambat, makanan yang diberikan tidak cukup dan frekuensi yang kurang (Maseko & Owaga, 2012). Metode pemberian makanan yang dapat diberikan oleh orang tua terhadap bayi. Seiring bertambahnya usia anak, tekstur makanan yang diberikan menjadi lebih kasar seperti makanan yang dicincang atau makanan yang dapat dipegang oleh anak (*finger foods*). Untuk mengetahui pengaruh metode *baby led weaning* (BLW) terhadap bayi yang mengalami gangguan pola makan dalam upaya meningkatkan status gizi anak. Bayi merupakan anak yang baru lahir sampai berumur 1 tahun dan mengalami proses tumbuh kembang. Proses ini berlangsung pesat dan sangat dipengaruhi oleh lingkungan namun, berlangsung sangat pendek dan tidak dapat diulangi lagi sehingga kerap kali dikatakan “masa emas” (*golden period*). status gizi pada bayi sangat dibutuhkan oleh tubuh sebagai sumber energi, pertumbuhan dan pemeliharaan jaringan tubuh, serta pengatur proses tubuh . Berdasarkan hal tersebut salah satu cara dalam peningkatan status gizi anak adalah dengan cara diberi Makanan Pendamping ASI (MPASI). Metode MP –ASI yang sering digunakan yaitu metode BLW (*Baby Led Weaning*).

Berdasarkan Pemberdayaan masyarakat yang dilakukan Ermi Girsang (2021). Peningkatan pengetahuan didapati dengan melihat persentase hasil pre-test yang semula dikategorikan berpengetahuan baik 43.75%, berpengetahuan cukup 43.75%, dan berpengetahuan kurang 12,5%. Setelah dilakukan penyuluhan maka persentase hasil *post-test* dikategorikan berpengetahuan baik 81,25% dan berpengetahuan cukup 18.75%. hal ini menunjukkan bahwa metode BLW sangat berpengaruh terhadap pengetahuan ibu balita. Metode MP –ASI yang dapat menjadi alternatif bagi anak yaitu dengan menerapkan metode Baby Led Weaning dengan tujuan anak ingin makan sendiri tanpa disuapi. Baby-Led Weaning merupakan metode baru dalam memberi makan pada bayi. Metode ini selain dapat meningkatkan status gizi anak juga berfokus pada kemampuan anak untuk menyuapi dirinya sendiri. Ini berlaku untuk mengasah keterampilan motorik halus dan kasar. Baby led weaning semakin populer di kalangan orang tua karena bayi diizinkan untuk makan sendiri untuk melakukan pengenalan bertahap makanan bubur. (Cerdasari, C., Helmyati, S., & Julia, n.d.) Menggunakan metode BLW, orang tua membiarkan anak untuk memimpin seluruh proses dengan menggunakan naluri dan kemampuan mereka. Anak akan menentukan sendiri makan dimulai dan berakhir. Makanan dalam bentuk utuh dan bervariasi akan diberikan kepada anak, kemudian biasanya dipilih makanan yang mudah dimakan dalam satu suapan seperti brokoli, wortel, dan daging yang telah dipotong kecil. Selanjutnya anak akan memilih, menggenggam, membawa makanan ke mulut dan mengonsumsi makanannya dengan kehendaknya sendiri untuk meningkatkan daya kecukupan gizi pada bayi diantaranya adalah dengan metode *baby lead weaning* (BLW). BLW adalah merupakan metode dengan memperkenalkan dan melakukan penyapihan secara mandiri dengan rasa suka pada bayi dengan usia 6 bulan keatas, BLW merupakan cara yang baik untuk melakukan kecukupan gizi dengan pemantapan psikologis karena BLW dapat merasakan bentuk dan tekstur makanan yang berbeda-beda sejak dini, bukan makanan yang semuanya konsistensinya. Oleh karena hal tersebut penulis ingin meneliti tentang “Pengaruh metode *baby led weaning* (BLW) terhadap pola makan anak usia 9 – 12 bulan dalam upaya meningkatkan status gizi anak di Desa gading Wetan Kecamatan Gading Kabupaten Probolinggo”.

B. METODE

Penelitian ini merupakan penelitian ini quasi eksperimen dengan *one group pretest post test*. *Prepost test one group design* merupakan hubungan sebab akibat yang melibatkan satu kelompok control. Peneliti mengobservasi sebelum dilakukan intervensi, kemudian dilakukan observasi lagi setelah intervensi. Pengujian sebab akibat dilakukan dengan cara membandingkan hasil *pre test* dan *post test*. Intervensi berupa teknik memberi makan kepada bayi usia 9 - 12 bulan dengan cara *baby led weaning* (BLW). Populasi pada penelitian ini anak usia 9-12 Bulan sejumlah 46 responden, Teknik sampling menggunakan *total sampling*, Sampel pada penelitian ini seluruh anak yang berusia 9-12 bulan sejumlah 46, Pengumpulan data menggunakan kuesioner dan wawancara. Analisis univariat dengan menggunakan distribusi frekuensi untuk mendapatkan gambaran semua variabel termasuk gambaran umum responden. Analisis bivariat untuk mengetahui hubungan antar variabel (uji *wilcoxon*).

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

a. Hasil Penelitian

1. Analisa Univariat

a) Karakteristik Responden Menurut Umur

Tabel 1. Karakteristik Responden Menurut Umur Wanita Usia Subur

Umur (th)	Frekuensi (f)	Persentase (%)
9-10	15	33
11-12	31	67
Total	46	100

Sumber : Data Primer, 2024

Berdasarkan tabel 1. diketahui bahwa sebagian besar responden berumur 11-12 tahun sebanyak 25 orang (67 %)

b) Karakteristik Responden Menurut Jenis Kelamin

Tabel 2. Karakteristik Responden Menurut Jenis Kelamin Anak

Jenis Kelamin	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Laki-laki	14	31
Perempuan	32	69
Total	46	100

Sumber : Data Primer, 2024

Berdasarkan tabel 2. diketahui bahwa jenis kelamin anak sebagian besar berjenis kelamin perempuan sebanyak 32 orang (69 %).

2. Analisis Bivariat

Dalam data khusus ini akan dipaparkan data Pengaruh Metode *Baby Led Weaning* (BLW) Terhadap Pola Makan Anak Usia 9 – 12 Bulan

Tabel 3. Distribusi pola makan sebelum diberikan intervensi metode *baby led weaning*

Pola makan	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Kurang	16	34,7
Cukup	30	65,3
Total	46	100

Sumber : Data Primer, 2024

Berdasarkan pada tabel 3. diperoleh bahwa sebelum diberikan intervensi tentang metode *baby led weaning*, pola makan yang dimiliki oleh anak termasuk dalam kategori kurang sebanyak 16 orang (34,7%) dan yang termasuk dalam kategori cukup sebanyak 30 orang (63,3%).

Tabel 4. Distribusi pola makan sesudah diberikan intervensi metode *baby led weaning*

Pola makan	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Kurang	16	34,7
Baik	30	65,3
Total	46	100

Sumber : Data Primer, 2024

Berdasarkan pada tabel 4. dapat diperoleh bahwa pola makan anak yang sesudah diberikan intervensi mengenai metode *baby led weaning* (BLW) yaitu pemberian metode *baby led weaning* pada pola makan anak sebagian besar berkategori baik yaitu sejumlah 30 orang (65,3%).

Tabel 5. Uji Normalitas

Pola makan	Shapiro-Wilk		
	statistic	df	Sig.
Sebelum	0,643	46	0,000
Sesudah	0,643	46	0,000

Sumber : Data Primer, 2024

Tabel 5. memaparkan hasil yang diperoleh dari pengujian normalitas dengan shapiro-Wilk, yakni nilai Sig. pada pola makan anak sebelum pemberian metode *baby led weaning* (BLW) sebesar 0,000 serta setelah pemberian Metode *baby led weaning* (BLW) mencapai 0,000, nilai $< 0,05$ maka dapat dinyatakan bahwasanya data tidak berdistribusi normal. Oleh sebab itu pelaksanaan uji dilanjutkan dengan uji Wilcoxon.

Tabel 6. Pengaruh Metode Baby Led Weaning (BLW) Terhadap Pola Makan Anak Usia 9 - 12 Bulan Dalam Upaya Meningkatkan Status Gizi Anak

Uji Wilcoxon	N	Mean Ranks	Sum of Ranks	Z	p value
Posttest	0 ^a	0.00	0.00	-	0,001
Pretest				32 17	
	1	6.50	78.00		
	2 ^b				
	3 ^c				
	46				

Sumber : Data Primer, 2024

Berdasarkan pada tabel 6. diperoleh informasi bahwasanya dari output SPSS, teramati *Asymp. Sig (2-tailed)* memiliki nilai 0,001. Nilai $0,000 < 0,05$, sehingga dinyatakan bahwasanya H_a diterima namun H_0 ditolak, yang artinya terdapat Pengaruh Metode Baby Led Weaning (BLW) Terhadap Pola Makan Anak Usia 9 - 12 Bulan Dalam Upaya Meningkatkan Status Gizi Anak di Desa Gading wetan kec.gading Kab.probolinggo.

b. Pembahasan

1. Pola makan anak sebelum diberikan intervensi metode *baby led weaning*

Berdasarkan pada tabel 3. diperoleh bahwa sebelum diberikan intervensi tentang metode *baby led weaning*, pola makan yang dimiliki oleh anak termasuk dalam kategori kurang sebanyak 16 orang (34,7%) dan yang termasuk dalam kategori cukup sebanyak 30 orang (63,3%).

Bayi memiliki tahap perkembangan yang perlu dicapai dan telah disesuaikan dengan usianya. Pada usia 9 bulan bayi harus memiliki kemampuan untuk duduk dalam waktu satu menit tanpa topangan, pada usia 10 bulan bayi harus memiliki kemampuan untuk berdiri menggunakan pinjangan berupa perabotan rumah, ketika usia bayi mencapai 11 bulan maka bayi harus memiliki kemampuan untuk berdiri dalam waktu 2 detik dan bulan kedua belas bayi mampu berjalan bila kedua tangannya di pegang (Maharani, EA. 2017).

Bayi dengan usia 4-6 bulan dapat diperkenalkan pada makanan pendamping ASI, ketika bayi mencapai usia 6-10 bulan bayi diberi bubur saring, dan bubur lunak dapat diberikan ketika bayi menginjak usia 7-10 bulan, nasi tim saat 10-12 bulan. Keterampilan makan sendiri menjadi kegiatan yang dapat diajarkan seawal mungkin yakni ketika bayi berusia 9 bulan bayi dapat makan makanannya sendiri dengan cara jarinya dimasukkan ke dalam mulut. Pada usia 10-12 bulan bayi mampu menggenggam sendok dan makan makanannya sendiri walaupun dengan kondisi yang berantakan (Sjarif & Yuliarti, 2017).

Banyak orang tua di Indonesia sebenarnya telah mengaplikasikan BLW meskipun belum sempurna sehingga masih diperlukan upaya lebih lanjut untuk mengenalkan tata laksana BLW dengan benar pada masyarakat. Selain itu minimnya penelitian mengenai BLW di Indonesia juga masih memberi banyak ruang bagi eksplorasi variabel ini dalam memahami tumbuh kembang anak.

Peneliti berasumsi bahwa anak di usia balita khusus nya di usia 9-12 bulan memerlukan pendampingan khusus dari orang terdekat dalam mengasah cara makan secara mandiri dengan memberikan edukasi tentang metode *baby led weaning* (BLW) serta manfaatnya. Makan secara mandiri tidak hanya sekedar membiarkan anak bisa makan sendiri namun perlu juga memperhatikan bagaimana kecukupan gizinya.

2. Pola makan anak sebelum diberikan intervensi metode *baby led weaning*

Berdasarkan pada tabel 4. dapat diperoleh bahwa pola makan anak yang sesudah diberikan intervensi mengenai metode *baby led weaning* (BLW) yaitu pemberian metode *baby led weaning* pada pola makan anak sebagian besar berkategori baik yaitu sejumlah 30 orang (65,3%).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dengan pemberian metode *baby led weaning* (BLW) menjadi hal yang sangat penting bagi anak setelah mendapatkan intervensi mengenai metode ini anak lebih cenderung suka dengan caranya mereka pada saat makan merasa lebih puas serta bahagia. Hal ini menunjukkan sikap positif dalam membantu meningkat status gizi anak. Metode *baby led weaning* (BLW) memberikan pengalaman pada anak cara

membangun hubungan yang positif dengan makanan. Ketika anak makan tanpa paksaan, ia akan lebih mampu mengenali berbagai cita rasa bahkan pada makanan yang cenderung tidak disukai kebanyakan anak (Idai, 2015).

Peneliti memiliki persepsi bahwa Pola makan yang sehat ini pada akhirnya juga memberi konsekuensi logis pada berat badan anak yang lebih ideal karena anak tidak terpaksa pada menu-menu *junk food* tinggi gula yang menjadi salah satu penyebab utama obesitas. Selain itu anak yang terbiasa mendapat kebebasan makan sejak dini akan mampu mengontrol kapan ia lapar dan kapan perutnya sudah cukup terisi. Kontrol diri ini penting dikembangkan secara mandiri oleh anak sebab jika tidak, anak akan kesulitan merasakan kapan sebenarnya ia sudah mendapat cukup porsi makanan. Anak yang terbiasa 'dipaksa' untuk menghabiskan berapa pun porsi makan yang disediakan orang tua tentu akan sulit belajar berapa porsi yang sesuai untuk dirinya sendiri.

3. Pengaruh Metode *Baby Led Weaning* (BLW) Terhadap Pola Makan Anak Usia 9 - 12 Bulan dalam Upaya Meningkatkan Status Gizi Anak

Berdasarkan pada tabel 6. diperoleh informasi bahwasanya dari output SPSS, teramati *Asymp.Sig (2-tailed)* memiliki nilai 0,001. Nilai $0,000 < 0,05$, sehingga dinyatakan bahwasanya H_a diterima namun H_o ditolak, yang artinya terdapat Pengaruh Metode *Baby Led Weaning* (BLW) Terhadap Pola Makan Anak Usia 9 - 12 Bulan Dalam Upaya Meningkatkan Status Gizi Anak di Desa Gading wetan kec.gading Kab. Probolinggo.

Metode baby led weaning (BLW) dideskripsikan sebagai metode alternatif pemberian makan pada anak di mana bayi diberi kebebasan untuk makan sendiri dengan jenis makanan padat yang ukurannya disesuaikan kemampuan mereka dalam menggenggam dan mengunyah (Iskandar, 2017). Orangtua tidak perlu lagi repot membuat makanan halus seperti puree atau bubur, tidak perlu menyuapi anak sesendok demi sesendok, dan tidak perlu mengikuti jadwal makan sehari-hari yang rumit. Sebaliknya, BLW menawarkan pengalaman makan yang menyenangkan karena bayi diberi kepercayaan untuk makan dengan caranya sendiri, menikmati waktu makan bersama dengan anggota keluarganya, dan dapat memilih sendiri kapan ia ingin berhenti makan. Anak sebenarnya telah menunjukkan isyarat bahwa ia mampu mandiri dalam pola makannya. Hal ini terlihat pada kemampuan bayi menunjukkan ketertarikan pada makanan-makanan yang sedang dikonsumsi orang tua atau saudara-saudaranya. Jika diberi kesempatan, bayi tidak membutuhkan orangtua untuk memutuskan kapan saat menyapih dimulai dan mereka akan menganggap pengalaman makan sebagai momen yang menyenangkan karena dilakukan tanpa paksaan.

BLW juga menawarkan variasi menu yang lebih luas dibandingkan metode konvensional ketika bayi pertama kali diperkenalkan pada makanan, yaitu: buah, sayuran, daging, keju, telur, roti, pasta, dan ikan. Hampir semua jenis makanan ini dapat juga diberikan pada bayi yang disuapi, namun tekstur makanan metode BLW tidak berbentuk bubur halus melainkan dipotong seukuran jari sehingga mudah digenggam anak. Variasi menu ini tetap

dipilihkan dan disediakan orang tua, tetapi anak juga diberi kebebasan untuk memilih mana antara menu yang disajikan tersebut yang ingin ia eksplorasi lebih dulu.

Menurut penelitian Nahira (2024), Hasil penelitian menunjukkan bahwa perbedaaan rata - rata nilai pengetahuan kelompok *pretest* dan *posttest* sebanyak 16,5 dengan nilai $p\text{ value} = 0,0001 < \alpha$ dimana disimpulkan ada pengaruh edukasi *LED Weaning* sebagai upaya perbaikan status gizi bayi dan balita di Puskesmas Pattingalloang.

Pendapat ini juga sejalan dengan penelitian, dilakukan oleh lis sopiah suryani (2023) terhadap Intervensi berupa teknik memberi makan kepada bayi usia 7-12 bulan dengan cara baby led weaning. Setelah dilakukan uji wilcoxon Didapatkan hasil $p\text{ value} = 0,000$ yang berarti $p\text{ value} < \alpha$ (0,005). Sehingga dapat disimpulkan bahwa H_1 diterima, artinya Metode BLW (*Baby Led Weaning*) efektif dalam menangani bayi yang mengalami *picky eater*.

Beberapa hal yang terjadi dalam BLW sebagaimana dikutip dari Rapley & Murkett (2015) adalah: a) bayi duduk bersama seluruh anggota keluarga pada waktu makan, dan bergabung ketika dia siap, b) bayi didorong untuk menjelajahi makanan segera setelah dia merasa tertarik, mengambil makanan dengan tangannya dan tidak peduli apakah dia berhasil makan atau tidak pada awalnya, c) makanan ditawarkan dalam potongan, ukuran, dan bentuk yang dapat ditangani dengan mudah oleh bayi. Buah atau sayuran seukuran jari yang direbus atau dikukus dapat digunakan sebagai menu awal, d) Bayi makan sendiri dari awal, bukan disuapi oleh orang lain, e) Bayi menentukan sendiri seberapa banyak ia ingin makan dan seberapa cepat ia memperbanyak jenis makanan yang ia sukai, f) Bayi tetap minum ASI (atau susu formula) kapanpun dia menginginkannya dan bayi juga yang memutuskan kapan dia mulai mengurangi susu.

Dari hasil penelitian ini jika dilihat dari jenis kelamin anak menunjukkan bahwa sebagian besar anaklah anak berjenis kelamin perempuan sebanyak 32 orang (69 %). Namun hal ini tidak pada saat pelaksanaan penelitian sangat tidak pengaruh terhadap pola makan anak. Hal ini juga didasari dari penelitian yesi (2025). Yaitu Tidak ada hubungan antara jenis kelamin dengan status gizi anak dengan nilai $p\text{-value}$ 0.926 ($p > 0.05$).

Berdasarkan hasil dan teori yang ada peneliti menyimpulkan bahwa Metode BLW merupakan alternatif cara pengenalan anak pada makanan pendamping yang sekaligus dapat dimanfaatkan sebagai sarana stimulasi dini berbagai potensi perkembangan anak. Kecakapan motorik, kemandirian, kepercayaan diri, dan kecerdasan adalah beberapa aspek yang berkorelasi langsung pada penggunaan BLW. Prasyarat bagi pelaksanaan BLW hanyalah kesehatan fisik anak dalam kondisi normal, dan kemauan orangtua mendampingi anak mengenali dan menjelajah maknanya sendiri. BLW sangat baik diterapkan karena dapat mengurangi biaya berlebih untuk MPASI, efisien dalam hal waktu, serta memberi pengalaman awal yang menyenangkan bagi anak.

D. KESIMPULAN

Metode *baby led weaning* efektif dalam mengatasi masalah makan pada anak metode *baby led weaning* (BLW) sebagai opsi metode pemberian makan pada anak secara mandiri selain itu hal ini juga berguna untuk merangsang motorik anak, meningkatkan nafsu makan anak, melatih anak mengenali tekstur makanan, namun tetap harus di bawah pengawasan orang tua.

DAFTAR PUSTAKA

- Carissa Cerdasari., dkk.(2017). Tekanan untuk makan dengan kejadian picky eater pada anak usia 2-3 tahun. Jurnal Gizi Klinik Indonesia Vol 13 No 4
- Chairunnisa. (2011). Skripsi Pengaruh Penggunaan Garam Beriodium terhadap Status Gizi Balita Pendek di Kecamatan Amantai Tengah Kabupaten Hulu Sungai Utara Tahun 2010, Borneo
- Ermi Girsang,dkk. (2021). Penyuluhan Metode Baby Led Weaning (Blw) Pada Balita Berusia 12-24 Bulan, Jurnal Mitra Keperawatan dan Kebidanan Prima. Vol 3, No. 4
- Idai, (2017). Betulkah *Baby Led Weaning* lebih Baik?.Indonesian Pediatric Society Committed in Improving The Health of Indonesian Children,Ikatan Dokter Anak Indonesia.<https://www.idai.or.id/artikel/klinik/pengasuhananak/betulkah-baby-led-weaning-lebih-baik>.
- Sopiah lis, dkk. (2023). Efektivitas Baby Led Weaning Terhadap Kejadian Picky Eater Pada Bayi Usia 7-12 Bulan. file:///E:/KAMPUS/PENELITIAN%20DOSEN/PENELITIAN%20DAN%20PKM%2020242025/PENELITIAN/SUMBER%20JURNAL/12649-57551-1-PB%20(1).pdf
- Iskandar. (2017). Pengaruh Pemberian Makanan Tambahan Modifikasi Terhadap Status Gizi Balita. Jurnal Action: Aceh Nutrition Journal, November 2017; 2(2); 120-125
- Kemenkes RI. (2014). Pedoman Gizi Seimbang. Kemenkes RI.
- Kemenkes RI. (2020). Standar Antropometri Penilaian.
- Taylor, C. M. (2015). 'Picky/fussy eating in children: Review of definitions, assessment, prevalence and dietary intakes', Appetite, 95, pp. 349–359. doi: 10.1016/j.appet.2015.07.026.
- Maseko, M., and Owaga E. (2012). Child Malnutrition And Mortality In Switzerland Situation Analysis Of The Immediate, Underlying And Basic Causes. African Journal Of Food, Agriculture, Nutrisi, And Development. 12 (2), p. 5994-6006.
- Minarti, I., & Mulyani, E. (2014). HubungAN Usia Pemberian MP-ASI dan Status Gizi dengan kejadian Diare pada Balita Usia 6-24 bulan di wilayah kerja Puskesmas Jatiwarna Kota Bekasi., Jurnal Nutrire Dialita,6 (2),140-167
- Maharani, E.A., & Maulida, M. (2017). Optimalisasi Potensi Perkembangan Anak Usia Dini Melalui Metode Baby Led Weaning (BLW). Golden Age: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini, 33-38.

- Naira, dkk. (2024). Edukasi Baby Led Weaning Sebagai Upaya Perbaikan Status Gizi Bayi Dan Balita Di Puskesmas Pattingalloang. Hal 79-85
- Rapley, Gill & Murkett, T. (2008). Baby Led Weaning Membantu Bayi Anda Menyukai Makanan yang Tepat. Terjemahan oleh: Yanuarita Fitriani. 2015. Jakarta: Elex Media Komputindo
- Par'i, Holil.M. (2017). Penilaian Status Gizi : Dilengkapi Proses Asuhan Gizi Terstandar. Jakarta : EGC
- Sjarif. (2017). Ilmu Gizi dan Aplikasi. EGC;. 37–50 p.
- Yesi. (2025). Hubungan Jenis Kelamin, Frekuensi Makan, Kebiasaan Sarapan, Membawa Bekal dan Umur Terhadap Gizi Anak Di Kota Singkawang. <https://ejournal.akbidsingkawang.ac.id/index.php/jukari/article/view/17>