

**PENGARUH PEMBERIAN MP-ASI METODE BLW (*BABY LED WEANING*) TERHADAP POLA MAKAN BAYI DI
POSYANDU ANGGUR DESA UMBULSARI
KECAMATAN UMBULSARI
KABUPATEN JEMBER**

**Oleh:
Zehrotul Jannah¹, Nikmatur Rohmah², Hendra Kurniawan³**

**Jl. Karimata 49 Jember Telp (0331) 332240 Fax: (0331) 337957 Email:
fikes@unmuhjember.ac.id Website: <http://fikes.unmuhjember.ac.id>**

ABSTRAK

MP-ASI merupakan makanan atau minuman pendamping ASI yang mengandung gizi yang dapat diberikan menggunakan metode BLW (*Baby Led Weaning*) yang diharapkan dapat meningkatkan pola makan bayi. BLW (*Baby Led Weaning*) adalah metode dengan memperkenalkan dan melakukan penyapihan secara mandiri dengan rasa suka pada balita dengan usia 6 bulan keatas. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi pengaruh pemberian MP-ASI metode BLW (*Baby Led Weaning*) terhadap pola makan bayi. Penelitian ini menggunakan *one group pretest-posttest design* dengan jumlah sampel 27 responden. Tehnik sampling menggunakan *non probability sampling*. Pengumpulan data pada penelitian ini melalui kuesioner yang diberikan ibu dan dianalisis menggunakan uji *Wilcoxon Signed*. Hasil dari penelitian ini didapatkan bahwa Ada Pengaruh Pemberian MP-ASI Metode BLW (*Baby Led Weaning*) Terhadap Pola Makan Bayi di Posyandu Anggur Desa Umbulsari Kecamatan Umbulsari Kabupaten Jember dengan *p value*=0,000. Metode BLW (*Baby Led Weaning*) efektif dapat meningkatkan pola makan pada bayi. Oleh karena itu bila menginginkan menggunakan MP-ASI yang disajikan sehat dan bebas dari bahan pengawet maka ibu sebaiknya menggunakan MP-ASI metode BLW(*Baby Led Weaning*).

Kata kunci : MP-ASI metode BLW, Pola makan bayi

Daftar Pustaka: 24 (2007-2014)

ABSTRACT

MP-ASI is complementary foods containing nutrients that can be fed by using BLW (Baby-Led Weaning) method which is expected to be able to enhance the infants' dietary habits. BLW (Baby-Led Weaning) is a method by introducing and maintaining weaning independently and demonstratively in infants above 6 months of age. This study aimed to identify the effects of complementary foods of breast milk (MP-ASI) by using Baby-Led Weaning method toward the infants' dietary habits. This study used a one-group pretest-posttest design with a sample of 27 respondents. The sampling selection used by the researcher was non probability sampling. The collecting data process in this study was done by administering questionnaires to the mothers, then the data was analyzed by using the Wilcoxon Signed. The results of this study found that there was an effect of complementary foods of breast milk (MP-ASI) by using Baby-Led Weaning method toward the infants' dietary habits in Anggur integrated health post Umbulsari village sub-district of Umbulsari Jember regency with p value = 0.000. BLW (Baby-Led Weaning) method could effectively improve the infants' dietary habits. Therefore, if mothers want to use healthy and free of preservatives complementary foods of breast milk (MP-ASI), they should use complementary foods of breast milk (MP-ASI) by using BLW (Baby Led weaning) method.

Keywords: Complementary Foods of Breast Milk (MP-ASI) by using BLW (Baby Led weaning) method, infants' dietary habits

References: 24 (2007-2014)

PENDAHULUAN

Program perbaikan gizi yang bertujuan meningkatkan jumlah dan mutu MP-ASI, diantaranya dapat dilakukan dengan pemberian MP-ASI kepada bayi dan anak usia 6–12 bulan dari keluarga miskin (Fatimah, 2010).

Badan kesehatan dunia WHO (*World Health Organization*) tahun 2011 memperkirakan bahwa 54% kematian anak disebabkan oleh keadaan gizi buruk. Di Indonesia, saat ini tercatat 4,5% dari 22 juta balita atau 900 ribu balita di Indonesia

mengalami gizi kurang atau gizi buruk dan mengakibatkan lebih dari 80% kematian anak (Kemenkes, 2012).

Pemberian makanan pendamping ASI yang terlalu dini dapat menyebabkan bayi kurang selera untuk minum ASI. Sebaliknya pemberian makanan pendamping yang terlambat dapat menyebabkan bayi sulit untuk menerima makanan pendamping (Helmyti & Lestariani, 2007).

Pada usia 6 bulan, selain ASI bayi mulai bisa diberi makanan pendamping ASI, karena pada usia itu bayi sudah mempunyai refleks mengunyah dengan pencernaan yang lebih kuat. 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 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 (Raphley. G & Murkett. T, 2012).

Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian MP-ASI metode BLW (Baby Led Weaning) terhadap pola makan bayi di Posyandu Anggur Desa Umbulsari Kecamatan Umbulsari.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan di Posyandu Anggur Desa Umbulsari Kecamatan Umbulsari pada bulan Mei-Juni 2016. Penelitian ini merupakan pra eksperimental dengan menggunakan pendekatan *one group pretest-posttest design* yang dilakukan dengan cara memberikan *pretest* terlebih dahulu sebelum dilakukan perlakuan, kemudian diberikan *posttest* setelah diberikan perlakuan.

Populasi dalam penelitian ini adalah bayi yang ber usia ≥ 6 bulan di Posyandu Anggur yang berjumlah 130 responden. Peneliti mengambil 27 sampel sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi dengan menggunakan *tehnik Purposive Sampling*.

Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner yang terdiri dari data demografi dan 12 pernyataan tentang pola makan bayi.

Analisa data berupa analisa univariat dan bivariat. Analisa univariat digunakan untuk mendeskripsikan data demografi dengan menggunakan distribusi frekuensi, sedangkan analisa bivariat digunakan untuk menganalisis pengaruh pemberian MP-ASI metode BLW (Baby Led Weaning) terhadap pola makan bayi dengan menggunakan *Wilcoxon Sign Rank Test* dengan tingkat signifikansi $p \leq 0,05$ dan tingkat kepercayaan 95%.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Data Khusus

1.1 Pola Makan Bayi Sebelum di Berikan Metode BLW

Pola Makan	Frekuensi	Persentase
Pola makan baik	6	22,2%
Pola makan buruk	21	77,8%
Total	27	100%

Berdasarkan Tabel 5.7 menunjukkan bahwa pola makan pola makan pada Bayi di Posyandu Anggur Desa Umbulsari sebelum diperkenalkan pemberian MP-ASI

Metode BLW ialah pola makan buruk yaitu sebanyak 21 Responden (77,8%).

1.2 Pola Makan Bayi Setelah di Berikan Metode BLW

Pola Makan	Frekuensi	Persentase
Pola makan baik	22	81,5%
Pola makan buruk	5	18,5%
Total	27	100%

Berdasarkan Tabel 5.8 menunjukkan bahwa pola makan pola makan pada Bayi di Posyandu Anggur Desa Umbulsari sesudah diperkenalkan pemberian MP-ASI Metode BLW ialah pola makan baik yaitu sebanyak 22 Responden (81,5%).

Table 3.1 Pengaruh Pengaruh Pemberian MP-ASI Metode BLW (Baby Led Weaning) Terhadap Pola Makan Bayi

Pola Makan	Pretest N	Pretest %	Posttest N	Posttest %	P Value
Pola makan buruk	21	77,8	5	18,5	
Total	27	100	27	100	

Setelah dilakukan Uji Wilcoxon didapatkan hasil P Value = 0,000 yang berarti P Value < α (0,005). Sehingga dapat disimpulkan bahwa H1 diterima, artinya ada pengaruh pemberian MP-ASI Metode BLW (Baby Led Weaning) terhadap pola

makan Bayi di Posyandu Anggur Desa Umbulsari Kecamatan Umbulsari Kabupaten Jember.

PEMBAHASAN

1. Pola Makan Bayi Sebelum Diperkenalkan Pemberian MP-ASI Metode BLW (Baby Led Weaning)

Berdasarkan data hasil penelitian diperoleh dari 27 responden menunjukkan bahwa nilai terbesar sebelum diperkenalkan pemberian MP-ASI dengan metode BLW yaitu pola makan pada bayi buruk 21 (77,8%). Hal ini mengindikasikan pada responden pola makan buruk sangat tinggi dibandingkan dengan pola makan baik hanya 22 (81,5%).

Pola makan (*food pattern*) adalah cara seseorang atau sekelompok orang dalam memilih pangan dan makanannya yang tersedia serta mengkonsumsinya sebagai tanggapan terhadap pengaruh fisiologi, makan dinamakan pula kebiasaan makan, kebiasaan pangan atau pola pangan (Almatsier, 2011 dalam Dewi, 2014).

Menurut Irianto dan Waluyo (2004) dalam Nutrisiani (2010), apabila dalam pemberian MP-ASI tersebut berlebihan atau diberikan

lebih dari tiga kali sehari, maka sisa bahan makanan yang tidak digunakan untuk pertumbuhan, pemeliharaan sel, dan energi akan diubah menjadi lemak.

Jumlah pemberian MP-ASI harus disesuaikan dengan bayi, MP-ASI diberikan sedikit demi sedikit, misalnya 2-3 sendok pada saat pertama, dan jumlahnya bisa ditambah seiring perkembangan bayi, agar terbiasa dengan macamnya.

Jenis MP-ASI meliputi makanan lumat, yaitu makanan yang dihancurkan atau disaring tampak kurang merata dan bentuknya lebih kasar dari makanan lumat halus.

Pengetahuan tentang gizi sangat diperlukan agar dapat mengatasi masalah-masalah yang timbul akibat konsumsi gizi. Jika ibu rumah tangga memiliki pengetahuan gizi yang baik ia akan mampu untuk memilih makanan-makanan yang bergizi untuk dikonsumsi.

Tingginya pola makan buruk yang terjadi pada bayi responden dapat terjadi beberapa hal yang disampaikan sebelumnya, oleh karena itu perlu adanya pengetahuan terhadap ibu/orang tua dalam meningkatkan pola makan yang baik

kepada bayi. Ibu dalam hal ini sangat berperan penting dalam memenuhi kecukupan gizi pada anaknya. Pemberian MP-ASI pada bayi harus dilakukan secara bertahap baik jenis, frekuensi maupun jumlahnya, sesuai dengan kemampuan pencernaan bayi.

Banyak metode yang dilakukan bagi para ibu dalam meningkatkan pemberian MP-ASI setelah usia 6 bulan seperti halnya BLW (Baby Led Weaning). Metode BLW ini yang paling dapat diandalkan untuk mengetahui kesiapan bayi untuk memulai makan makanan padat adalah dengan melihat tanda-tanda yang bertepatan dengan perubahan penting dalam tubuhnya yang akan memungkinkan bayi mengatasinya (yaitu perkembangan sistem kekebalan tubuh dan pencernaannya, juga pertumbuhan dan perkembangan mulutnya).

2. Pola Makan Bayi Sesudah Diperkenalkan Pemberian MP-ASI Metode BLW

Berdasarkan data hasil penelitian diperoleh bahwa dari 27 responden nilai pola makan baik yaitu 22 (81,5%). Responden mampu memberikan MP-ASI dengan metode

BLW, ibu mempersiapkan makan untuk bayinya sesuai dengan SOP (Standart Operasional Prosedure). Hal ini menunjukkan bahwa dalam pemberian MP-ASI dengan metode BLW ibu telah dapat memenuhi atau mampu mempersiapkan pola makan yang baik untuk bayinya, sehingga kecukupan gizi yang diberikan kepada bayinya cukup.

Baliwati (2007) pola makan yang baik mengandung makanan pokok, lauk-pauk, buah-buahan dan sayur-sayuran serta dimakan dalam jumlah cukup sesuai dengan kebutuhan.

Macam makanan pada bayi harus mengandung semua zat gizi yang dibutuhkan dengan memperhitungkan penambahan konsumsi zat pembangun karena tubuh anak sedang berkembang pesat. Sedangkan jumlah yang harus diberikan sesuai dengan usia bayi tersebut. Sedangkan frekuensi konsumsi makan pada bayi ada yang terikat pada pola makan 3 kali per hari.

Peneliti berasumsi bahwa dengan pemberian MP-ASI yang disesuaikan dengan jenis, jumlah dan frekuensi yang diberikan didapatkan dengan hasil yang baik. Pola makan yang baik dalam menggunakan metode

BLW sangat mempunyai pengaruh terhadap pola makan bayi. Faktor yang dapat mempengaruhi pola makan baik pada pemberian MP-ASI bahwa ibu telah memahami mengenai penggunaan MP-ASI dengan benar yang diperhitungkan dari berbagai aspek dari jenis, jumlah dan frekuensinya.

3. Pengaruh Pemberian MP-ASI Metode BLW (Baby Led Weaning) Terhadap Pola Makan Bayi

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dengan didapatkan hasil analisis wilcoxon p value = 0,000. Hasil ini yang mana artinya, H_1 diterima yaitu ada pengaruh pemberian MP-ASI metode BLW (Baby Led Weaning) terhadap pola makan bayi. Hal ini juga didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh Cameron, Health and Taylor (2012) "How Feasible Is Baby-Led Weaning as an Approach to Infant Feeding". Penelitian ini menunjukkan bahwa manfaat metode BLW (*Baby Led Weaning*) memberikan kesempatan yang lebih besar pada bayi untuk ikut makan bersama keluarga.

Metode BLW (*Baby Led Weaning*) metode dengan memperkenalkan dan melakukan penyapihan secara mandiri dengan rasa suka pada balita dengan usia 6 bulan keatas, BLW merupakan cara yang baik untuk melakukan kecukupan gizi dengan pematapan psikologis karena BLW dapat merasakan bentuk dan tekstur makanan yang berbeda-beda sejak dini, bukan makanan yang semuanya konsistensinya (Raphley. G & Murkett. T, 2012).

Peneliti berasumsi bahwa pemberian metode BLW sangat efektif dalam pemberian MP-ASI dalam meningkatkan pola makan pada bayi, sehingga ibu dapat memperhitungkan nilai kecukupan gizi terhadap pola makan pada bayinya. Pola makan yang baik akan menunjukkan gizi yang baik pula.

Penelitian ini dapat disimpulkan bahwa terdapat nilai signifikan dalam memberikan MP-ASI dengan metode BLW akan meningkatkan pola makan baik pada bayi. Pemberian MP-ASI juga diperlukan perhatian khusus, seperti ke higienisan atau kebersihan dari makanan pendamping itu sendiri. Maka dari beberapa manfaat yang telah dipaparkan metode BLW ini

perlu diajarkan setelah bayi memasuki 6 bulan terakhir, agar bayi dapat menyesuaikan dengan menu makanan selain ASI.

KETERBATASAN PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan *pre-test* dan *post-test design* dimana hanya diukur menggunakan kuesioner. Akan lebih baik bila menggunakan *post test only with control design*.

KESIMPULAN

1. Pola makan bayi sebelum diperkenalkan pemberian MP-ASI metode BLW jumlah pola makan buruk yaitu 21 (77,8%).
2. Pola makan bayi sesudah diperkenalkan pemberian MP-ASI metode BLW jumlah pola makan baik yaitu 22 (81,5%).
3. Ada pengaruh pemberian MP-ASI metode BLW (*baby led weaning*) terhadap pola makan bayi.

SARAN

1. Ibu
Disarankan Ibu mulai pintar dalam memilihkan makanan pendamping untuk bayi, sehingga Ibu bisa menckupi gizi pada bayi. Ibu juga

harus mengetahui mengenai MP-ASI secara lengkap mulai dari usia pemberian, manfaat serta syarat-syarat MP-ASI. Ibu dapat melaukan metode BLW ini dengan mencari informasi dari posyandu, TV, Internet dan srat kabar lainnya.

2. Petugas Kesehatan

Kepada petugas kesehatan memberikan pengetahuan sejak awal mengenai pemberian MP-ASI dengan metode BLW. Selain itu juga mengadakan pendidikan kesehatan terhadap masyarakat tentanng pola makan bayi .

3. Institusi Pelayanan Kesehatan

Pemberi layanan kesehatan agar meningkatkan pelayanan dengan pelatihan kepada ibu untuk melakukan metode BLW. Pelatihan ini dapat dilakukan sejak bayi usia 6 bulan, sehingga ibu dapat merencanakan MP_ASI.

4. Institusi Pendidikan Kesehatan

Memasukan kurikulum pada institusi pendidikan kesehatan mengenai pemberian MP-ASI metode BLW dalam meningkatkan pola makan sehingga bayi mempunyai kecukupan gizi yang baik.

5. Peneliti Selanjutnya

Disarankan pada peneliti selanjutnya dapat mengembangkan penelitian ini dengan membandingkan pemberian MP-ASI dengan menggunakan metode lain.

Maseko M, Owaga E. 2012. Dalam Sakti & Rochimiwati. 2013. *Hubungan Pola Pemberian MP-ASI dengan Status Gizi Anak Usia 6-23 Bulan di Wilayah Pesisir Kecamatan Tallo Kota Makassar.* <http://repository.unhas.ac.id/bitstream/handle>.

DAFTAR PUSTAKA

Almatsier. 2011 dalam Dewi. 2014. *Hubungan Lama Pemberian ASI dan Pola Makan Dengan Obesitas Pada Anak Usia 2-5 Tahun.* <https://dglib.ums.ac.id/dokumen/download/42061.pdf>.

Baliawati. 2007 dalam Dewi. 2014. *Hubungan Lama Pemberian ASI dan Pola Makan Dengan Obesitas Pada Anak Usia 2-5 Tahun.* <https://dglib.ums.ac.id/dokumen/download/42061.pdf>.

Fatimah. 2010. *Pengetahuan Dan Praktek Keluarga Sadar Gizi Ibu Balita.* *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 4 (4), hal 23-25. <http://download.portalgaruda.org/article>.

Helmyati, S., & Lestariani, W. 2007. *Kejadian Anemia Pada Bayi Usia 6 Bulan Yang Berhubungan Dengan Sosial Ekonomi Keluarga Dan Usia Pemberian Makanan Pendamping ASI.* *Berita Kedoteran Masyarakat*, 23 (1), hal. 35-40. <file:///C:/Users/ANA/Downloads/3635-6086-1-PB.pdf>.

Rapley, G & Murket, T. 2008. *Baby Led Weaning.* Jakarta: PT Elex Media Komputindo.

Irianto & Waluyo. 2004 dalam Febrika. 2010. *Hubungan Pemberian Makan Pendamping Air Susu Ibu (MP-ASI) Pada Anak Usia 0-24 Bulan Dengan Kejadian Diare Di Wilayah Kerja Puskesmas Purwodadi Kecamatan Purwodadi Kabupaten Grobogan.* <http://eprints.ums.ac.id/9270/2/J410050001.pdf>.

