

PELATIHAN ORANG TUA HEBAT DALAM PENGGUNAAN METODE BABY LED WEANING (BLW)

1. Iis hanifah, Program Studi S1 Program Studi Pendidikan Profesi Bidan, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Hafshawaty Zainul Hasan Genggong Probolinggo, Email : iishanifah2017@gmail.com
2. Wahida Yuliana, Program Studi S1 Program Studi Pendidikan Profesi Bidan, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Hafshawaty Zainul Hasan Genggong Probolinggo, Email : wahidayuliana44@gmail.com
3. Tutik Hidayati, Program Studi S1 Program Studi Pendidikan Profesi Bidan, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Hafshawaty Zainul Hasan Genggong Probolinggo, Email : afithuafda2702@gmail.com
Korespondensi : afithuafda2702@gmail.com

ABSTRAK

Permasalahan tumbuh kembang balita di Indonesia, termasuk di Kabupaten Probolinggo, sering kali melibatkan hambatan dalam mencapai kemandirian makan, yang dipengaruhi oleh persepsi tradisional, keterbatasan pengetahuan orang tua tentang metode modern seperti Baby Led Weaning (BLW), serta kesenjangan akses terhadap makanan pendamping ASI (MPASI) yang bergizi dan sesuai. Data awal di lokasi sasaran menunjukkan bahwa meskipun kesadaran akan gizi seimbang telah ada, pengetahuan tentang implementasi praktis BLW dan keterampilan menyiapkan makanan bergizi untuk stimulasi makan mandiri masih sangat rendah. Kondisi ini menuntut adanya intervensi yang tidak hanya bersifat edukatif tetapi juga aplikatif, untuk menjembatani kesenjangan antara pengetahuan dan praktik pengasuhan sehari-hari dalam rangka mendukung perkembangan motorik halus dan status gizi anak. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan melalui tiga tahap terstruktur: perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi. Metode utama mencakup tiga sesi intervensi, yaitu penyuluhan, pelatihan praktik langsung dalam menyiapkan menu utama dan camilan bergizi, serta sesi tanya jawab untuk evaluasi. Kegiatan melibatkan 46 peserta (orang tua balita) dan didukung oleh kolaborasi antara mahasiswa Profesi Bidan, Kepala Desa, bidan setempat, dan kader kesehatan. Hasil evaluasi menunjukkan peningkatan pengetahuan yang signifikan. Pada pretest, 60,87% peserta berada dalam kategori cukup, dan 39,13% kategori kurang. Setelah intervensi (posttest), terjadi peningkatan drastis di mana 30,43% peserta mencapai kategori baik, 56,52% kategori cukup, dan hanya 13,04% yang tetap dalam kategori kurang. Hasil ini membuktikan efektivitas pendekatan edukasi yang menggabungkan teori, praktik, dan dialog interaktif. Diskusi lebih lanjut menggarisbawahi bahwa keberhasilan ini didukung oleh model pembelajaran orang dewasa (andragogi) dan lingkungan sosial yang kolaboratif, sekaligus menyoroti perlunya pendampingan berkelanjutan untuk mengonsolidasi perubahan perilaku dan menjangkau kelompok sisa yang pengetahuannya masih kurang.

Kata Kunci : Pelatihan, Orang Tua Hebat, Metode Baby Led Weaning

1. PENDAHULUAN

Permasalahan tumbuh kembang balita di Indonesia, khususnya dalam pencapaian kemandirian makan pada usia 9-12 bulan, seringkali terkendala oleh persepsi dan praktik pengasuhan tradisional yang kurang mendukung. Banyak orang tua atau pengasuh, terutama dari generasi yang lebih tua, cenderung merasa khawatir dan tidak sabar membiarkan anaknya makan sendiri karena dianggap berantakan, lama, atau takut anak tidak cukup makan (Nasitoh & Handayani, 2022). Akibatnya, stimulasi penting untuk mengembangkan motorik halus (seperti menjemput) dan koordinasi mata-tangan melalui aktivitas makan mandiri menjadi terhambat. Anak yang terus-menerus disuapi justru kehilangan kesempatan belajar yang kritis, yang dapat berimbas pada keterlambatan perkembangan di area lainnya. Tantangan budaya ini menunjukkan bahwa sosialisasi program kesehatan tidak hanya perlu menysasar orang tua, tetapi juga seluruh anggota keluarga yang terlibat dalam pengasuhan (Septariana et al., 2024). Lebih jauh, upaya mencapai kemandirian makan pada balita juga terpengaruh oleh masalah akses terhadap makanan pendamping ASI (MP-ASI) yang bergizi dan sesuai tekstur. Di daerah dengan kerawanan pangan atau keluarga berpenghasilan rendah, variasi dan kualitas finger food yang aman dan bernutrisi untuk latihan makan mandiri sangat terbatas. Keluarga mungkin hanya mampu memberikan makanan pokok dalam bentuk yang tidak mendukung perkembangan kemampuan menjemput, atau bahkan memberikan makanan dewasa yang berisiko menyebabkan tersedak. Kondisi ini menciptakan lingkaran setan: kemiskinan menghambat pemberian MPASI yang tepat, yang kemudian berpotensi menyebabkan malnutrisi dan memperlambat perkembangan motorik halus anak. Oleh karena itu, intervensi untuk masalah tumbuh kembang balita harus bersifat holistik, tidak hanya berfokus pada edukasi parenting, tetapi juga pada upaya perbaikan ekonomi keluarga dan ketahanan pangan tingkat rumah tangga (Atiasih et al., 2023).

Berdasarkan Data Kementerian Kesehatan RI dari hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) (Kemenkes RI, 2025a) dan Survei Status Gizi Indonesia (Kemenkes RI, 2025b), terdapat gambaran tentang capaian pertumbuhan dan perkembangan balita secara nasional. Dalam hal pertumbuhan, SSGI 2022 menunjukkan prevalensi stunting (pendek) pada balita di Indonesia sebesar 21,6%. Sementara itu, untuk perkembangan, Riskesdas melaporkan bahwa sekitar 11,5% balita usia 6-12 bulan mengalami keterlambatan perkembangan. Meski data tersebut tidak secara spesifik merinci capaian kemandirian makan, indikator perkembangan ini mencakup aspek motorik halus dan kasar, sosial-emosional, serta komunikasi, di mana kemandirian makan merupakan bagian integral dari perkembangan motorik halus pada kelompok usia 9-12 bulan. Anjuran stimulasi seperti membiarkan anak makan sendiri merupakan upaya untuk mengoptimalkan capaian perkembangan ini. Secara lebih spesifik, Dinas Kesehatan Kabupaten Probolinggo mencatat capaian yang memerlukan perhatian serupa. Pada tahun 2024, prevalensi stunting di Kabupaten Probolinggo masih berada di angka 21,2%, sedikit di bawah rata-rata nasional namun tetap masuk dalam kategori masalah kesehatan masyarakat yang signifikan. Untuk aspek perkembangan, data dari Dinkes Kabupaten Probolinggo tahun 2023 menunjukkan bahwa sekitar 10,8% balita usia 6-12 bulan teridentifikasi memiliki risiko keterlambatan perkembangan berdasarkan skrining yang dilakukan. Meskipun data rinci mengenai capaian kemandirian makan secara terpisah belum tersedia, capaian perkembangan secara keseluruhan dan tingginya angka stunting menjadi indikator kuat bahwa praktik pemberian makan dan stimulasi perkembangan, termasuk kemandirian makan,

masih menjadi area yang memerlukan intervensi intensif di wilayah ini. Upaya percepatan penurunan stunting dan peningkatan kualitas pengasuhan diharapkan dapat secara bersamaan mendorong pencapaian perkembangan yang optimal, termasuk kemandirian makan

Kemandirian makan pada anak usia 9-12 bulan merupakan tonggak perkembangan kritis yang melampaui sekadar pemenuhan gizi, tetapi juga menjadi fondasi untuk pertumbuhan fisik dan kematangan sistem saraf. Aktivitas menjemput makanan (pincer grasp), membawanya ke mulut, dan mengunyah merangsang perkembangan motorik halus, koordinasi mata-tangan, serta otot-otot oromotor yang penting untuk bicara. Secara langsung, praktik ini mendukung pertumbuhan optimal karena anak belajar mengenali rasa lapar dan kenyang (self-regulation), yang dapat mencegah masalah makan di kemudian hari. Anak yang aktif terlibat dalam proses makan juga cenderung lebih menerima variasi makanan, sehingga meningkatkan asupan gizi yang dibutuhkan untuk mendukung pertumbuhan fisiknya, termasuk pencegahan stunting (Bela et al., 2023). Dampak jangka panjang dari pencapaian kemandirian makan di usia dini sangat signifikan terhadap perkembangan holistik balita. Penguasaan kemampuan ini membangun rasa percaya diri, kemandirian, dan kemampuan memecahkan masalah pada anak. Kegagalan untuk mencapai milestone ini tidak hanya berisiko menyebabkan keterlambatan perkembangan motorik halus, tetapi juga dapat memicu ketergantungan ekstrem pada pengasuh, menghambat perkembangan sosial-emosional, dan berpotensi menyebabkan masalah perilaku saat makan. Oleh karena itu, stimulasi kemandirian makan bukanlah soal membiarkan anak berantakan, melainkan investasi esensial yang secara simultan mendukung domain pertumbuhan (melalui gizi), perkembangan kognitif, motorik, dan sosio-emosional, yang kesemuanya merupakan indikator kesehatan anak yang menyeluruh (Halimatussa'diah & Napitupulu, 2023)

Salah satu inovasi yang saat ini mulai dikembangkan dan dipraktikkan di masyarakat adalah metode BLW. BLW (Baby Led Weaning) hadir sebagai inovasi pendekatan pemberian MP-ASI yang mentransformasi proses makan menjadi media stimulasi perkembangan yang aktif dan berpusat pada anak. Berbeda dengan metode konvensional di mana orang tua secara dominan menyuapi anak dengan makanan halus, BLW secara inheren dirancang untuk menumbuhkan kemandirian makan sejak dini (Suryani et al., 2023). Dengan memberikan finger food bertekstur sesuai usia, metode ini secara langsung menstimulasi kemampuan motorik halus tertinggi (menjemput), koordinasi sensorimotor, dan keterampilan mengunyah. Inovasi ini tidak hanya memandang makanan sebagai sumber gizi, tetapi juga sebagai alat eksplorasi yang memicu rasa ingin tahu, melatih pengambilan keputusan (memilih makanan yang dipegang), dan membangun kepercayaan diri anak atas kemampuan tubuhnya sendiri (Nahira & Sumarni, 2024). Sebagai sebuah inovasi, BLW menawarkan solusi potensial terhadap dua masalah klasik dalam praktik pemberian makan: hambatan perkembangan motorik dan kesulitan makan (picky eating) jangka panjang. Dengan memberikan kontrol penuh kepada anak atas apa dan seberapa banyak yang masuk ke mulutnya, BLW mendorong keterampilan pengaturan diri (self-regulation) terhadap rasa lapar dan kenyang. Prinsip makan bersama keluarga yang dianjurkan dalam BLW juga menciptakan lingkungan sosial yang positif, di mana anak belajar melalui observasi dan peniruan, sehingga meningkatkan penerimaannya terhadap berbagai jenis makanan keluarga. Dengan demikian, inovasi ini tidak sekadar mengejar target asupan gizi, tetapi membangun fondasi perilaku makan sehat dan kemandirian anak yang berkelanjutan, yang pada

gilirannya berkontribusi pada pertumbuhan fisik dan kematangan perkembangan secara menyeluruh (Girsang et al., 2021).

Kesadaran akan pentingnya gizi seimbang bagi anak sudah mulai terbangun di kalangan orang tua meskipun terdapat jurang yang lebar antara pengetahuan dengan praktik nyata dalam pemberian makan sehari-hari. Banyak orang tua terjebak dalam persepsi yang keliru, di mana makanan instan atau kemasan dianggap mampu memenuhi kebutuhan gizi anak, tanpa menyadari bahwa makanan tersebut sering kali tinggi garam, gula, dan pengawet, namun rendah zat gizi mikro esensial. Fenomena ini menunjukkan bahwa pendidikan gizi yang selama ini diberikan mungkin belum menyentuh aspek praktikal dan kontekstual, seperti cara memilih, mengolah, dan menyajikan makanan bergizi dengan cepat dan terjangkau, serta bagaimana mengatasi tantangan perilaku anak saat makan. Akibatnya, niat baik untuk memberikan yang terbaik pada anak justru teralihkan oleh solusi instan yang malah berpotensi menggerus status gizi anak dalam jangka panjang (Sumarni & Nahira, 2023). Rendahnya pengetahuan ibu tentang metode Baby Led Weaning (BLW) turut memperparah masalah ini, karena mereka kehilangan salah satu strategi efektif yang sekaligus menargetkan perbaikan gizi dan stimulasi perkembangan. BLW sebenarnya dapat menjadi jembatan untuk menerjemahkan pengetahuan gizi menjadi tindakan nyata, karena metode ini mendorong pemberian makanan keluarga yang diolah sehat dalam bentuk finger food. Namun, ketidaktahuan tentang prinsip, keamanan, dan teknis pelaksanaan BLW menyebabkan peluang emas ini terlewat. Padahal, mengadopsi BLW tidak hanya berpotensi meningkatkan asupan gizi melalui variasi makanan utuh, tetapi juga membangun kemandirian makan anak sebuah keterampilan dasar yang dapat mencegah masalah makan di kemudian hari. Oleh karena itu, intervensi yang dibutuhkan bukan lagi sekadar kampanye tentang "apa itu gizi baik", tetapi pendampingan praktis tentang "bagaimana caranya" memberikan gizi tersebut sambil secara bersamaan menstimulasi

2. METODE PELAKSANAAN

Berdasarkan perencanaan yang matang, tim pelaksana kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) akan melaksanakan program dalam tiga tahap terstruktur. Tahap pertama adalah Perencanaan, yang meliputi koordinasi dengan Kepala Desa Gading Wetan di Kabupaten Probolinggo untuk memperoleh persetujuan dan izin, menyusun materi pendidikan kesehatan dan pelatihan tentang Baby Led Weaning (BLW), serta mempersiapkan administrasi dan logistik seperti banner, jadwal, absensi, dan berita acara. Tahap ini menjadi fondasi penting untuk memastikan kegiatan berjalan secara sah, terorganisir, dan sesuai dengan kebutuhan mitra di lokasi. Pada Tahap Pelaksanaan yang dijadwalkan pada Februari 2025, tim akan memulai dengan membangun kemitraan operasional bersama bidan desa dan kader kesehatan untuk menyamakan persepsi dan strategi. Setelah itu, undangan disebar kepada ibu balita untuk hadir bersama anaknya di lokasi kegiatan. Inti dari tahap ini adalah penyelenggaraan pendidikan kesehatan dan pelatihan dengan metode ceramah interaktif serta tanya jawab, yang mengacu pada Satuan Acara Pendidikan Kesehatan (SAP) yang telah disusun. Materi difokuskan pada pemahaman dan praktik pemberian makanan sehat menggunakan metode BLW. Tidak hanya teori, ibu juga akan langsung dilatih bersama balitanya untuk mempraktikkan teknik pemberian finger food yang aman dan bergizi, dengan didukung media seperti LCD dan brosur sebagai alat bantu edukasi.

Setelah kegiatan selesai, tim masuk ke Tahap Pelaporan dan Evaluasi. Laporan hasil PKM ditujukan bagi kalangan akademis dan masyarakat umum, disusun dengan kaidah penulisan ilmiah. Aspek kunci dari tahap akhir ini adalah evaluasi keefektifan program. Keberhasilan dinilai berdasarkan kemampuan peserta dalam menjelaskan kembali materi, menjawab pertanyaan dengan benar, serta yang terpenting, kemauan dan kemampuan mereka untuk menerapkan metode BLW secara mandiri dan berkala dalam pola asuh sehari-hari. Dengan demikian, rangkaian metode pelaksanaan ini dirancang tidak hanya untuk memberikan intervensi sekali waktu, tetapi untuk menciptakan dampak berkelanjutan dalam mengatasi masalah gizi dan stimulasi perkembangan di Desa Gading Wetan.

3. HASIL

- a. Pengetahuan peserta kegiatan pengabdian kepada masyarakat mengenai metode Baby Led Weaning (BLW) sebelum diberikan edukasi (pretest)

Tabel 1. Pengetahuan peserta kegiatan pengabdian kepada masyarakat mengenai metode Baby Led Weaning (BLW) sebelum diberikan edukasi (pretest)

No	Keterangan	Jumlah	Prosentase (%)
1	Pengetahuan baik	0	0,0
2	Pengetahuan cukup	28	60,9
3	Pengetahuan kurang	18	39,1
Jumlah		46	100

Sumber : Data PKM, 2025

Berdasarkan hasil pengumpulan data awal (pretest) yang dilakukan terhadap 46 peserta kegiatan, teridentifikasi bahwa tingkat pengetahuan tentang metode Baby Led Weaning (BLW) sebelum intervensi masih perlu ditingkatkan. Sebanyak 28 peserta (60,87%) masuk dalam kategori pengetahuan cukup, sementara 18 peserta lainnya (39,13%) masih memiliki pengetahuan yang kurang. Data ini secara jelas menunjukkan bahwa belum ada satupun peserta yang mencapai kategori pengetahuan baik, sehingga menjadi landasan yang kuat mengenai urgensi dan relevansi dari kegiatan penyuluhan dan pelatihan yang dilaksanakan untuk meningkatkan pemahaman para orang tua mengenai metode BLW dan penerapannya.

- b. Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini berjalan dengan lancar dan sukses, berkat dukungan sinergis dari berbagai pihak. Pelaksanaan dihadiri secara langsung oleh Kepala Desa dan Bidan setempat, serta dibantu secara aktif oleh para kader masyarakat. Selain itu, kegiatan ini melibatkan 5 (lima) mahasiswa Program Studi Profesi Bidan yang berperan aktif sesuai dengan tugas dan peran yang telah ditetapkan. Pelaksanaan program dirancang secara bertahap melalui tiga sesi utama yang saling melengkapi :

- 1) Sesi Penyuluhan (Peningkatan Pengetahuan)

Tim memulai dengan memberikan penyuluhan kepada orang tua. Tujuannya adalah meningkatkan pemahaman tentang strategi mendorong anak makan mandiri dan meningkatkan status gizi. Materi yang disampaikan meliputi pengenalan makanan sehat untuk bayi dan balita serta penjelasan komprehensif tentang metode Baby Led Weaning (BLW).

2) Sesi Pelatihan Praktik (Peningkatan Keterampilan)

Sesi ini bersifat aplikatif, berupa pelatihan langsung menyiapkan makanan sehat untuk anak. Peserta tidak hanya mendapat teori tetapi juga mempraktikkan pembuatan :

- a) Menu Utama : Pembuatan Sup Daging yang kaya protein, vitamin, mineral, dan zat besi.
- b) Makanan Cemilan: Pembuatan Nugget Misoa yang mengombinasikan misoa, daging ayam (protein), sayuran seperti wortel dan brokoli (vitamin), serta keju (kalsium).

Melalui pelatihan ini, peserta diajarkan mengombinasikan variasi menu agar anak tidak bosan, sekaligus diberikan keterampilan (hard skill) untuk mengolah bahan menjadi makanan bergizi. Mereka juga mendapat bimbingan tentang cara mengajarkan anak makan secara mandiri dan menyenangkan.

3) Sesi Tanya Jawab dan Evaluasi

Sesi terakhir difungsikan sebagai forum interaktif untuk evaluasi. Orang tua diberi kesempatan bertanya langsung kepada tim pelaksana. Diskusi ini bertujuan mengukur tingkat pemahaman peserta, khususnya tentang metode BLW dan teknik penyajian makanan bergizi, sekaligus sebagai umpan balik untuk tim.

4) Suasana dan Hasil Kegiatan

Seluruh proses berlangsung dalam suasana yang kondusif dan interaktif. Peserta menunjukkan semangat dan antusiasme tinggi, yang terlihat dari keaktifan mereka dalam sesi diskusi dan tanya jawab seputar BLW. Kegiatan ini dipandu oleh tim yang solid dengan kolaborasi yang baik antar semua unsur, mulai dari perangkat desa, tenaga kesehatan, kader, hingga mahasiswa. Diharapkan, kegiatan ini mencapai outcome yang positif dan sesuai dengan tujuan awal, yaitu memberdayakan orang tua dalam meningkatkan gizi dan kemandirian makan anak.



Gambar 1. Dokumentasi hasil pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat

- c. Pengetahuan peserta kegiatan pengabdian kepada masyarakat mengenai metode Baby Led Weaning (BLW) setelah diberikan edukasi (posttest)

Tabel 2. Pengetahuan peserta kegiatan pengabdian kepada masyarakat mengenai metode Baby Led Weaning (BLW) setelah diberikan edukasi (posttest)

No	Keterangan	Jumlah	Prosentase (%)
1	Pengetahuan baik	14	30,4
2	Pengetahuan cukup	26	56,5
3	Pengetahuan kurang	6	13,1
Jumlah		46	100

Sumber : Data PKM, 2025

Berdasarkan hasil pengumpulan data akhir (posttest), terlihat terjadi peningkatan pengetahuan yang signifikan di antara peserta setelah mengikuti seluruh rangkaian kegiatan. Sebanyak 14 peserta (30,43%) telah mencapai kategori pengetahuan baik, sebuah pencapaian yang sama sekali tidak tercatat pada saat pretest. Sementara itu, peserta dengan pengetahuan cukup masih mendominasi sebanyak 26 orang (56,52%), dan yang sangat menggembirakan adalah jumlah peserta dengan pengetahuan kurang menurun secara drastis dari 18 menjadi hanya 6 orang (13,04%). Hasil ini secara jelas menunjukkan bahwa intervensi yang diberikan berupa penyuluhan dan pelatihan praktik berhasil meningkatkan pemahaman mayoritas peserta tentang metode Baby Led Weaning (BLW).

4. PEMBAHASAN

- a. Pengetahuan peserta kegiatan pengabdian kepada masyarakat mengenai metode Baby Led Weaning (BLW) sebelum diberikan edukasi (pretest)

Berdasarkan hasil pengumpulan data awal (pretest) yang dilakukan terhadap 46 peserta kegiatan, teridentifikasi bahwa tingkat pengetahuan tentang metode Baby Led Weaning (BLW) sebelum intervensi masih perlu ditingkatkan. Sebanyak 28 peserta (60,87%) masuk dalam kategori pengetahuan cukup, sementara 18 peserta lainnya (39,13%) masih memiliki pengetahuan yang kurang. Data ini secara jelas menunjukkan bahwa belum ada satupun peserta yang mencapai kategori pengetahuan baik, sehingga menjadi landasan yang kuat mengenai urgensi dan relevansi dari kegiatan penyuluhan dan pelatihan yang dilaksanakan untuk meningkatkan pemahaman para orang tua mengenai metode BLW dan penerapannya

Hasil pretest yang menunjukkan mayoritas peserta berada pada kategori pengetahuan cukup dan kurang, dengan tidak satupun mencapai kategori baik, dapat dijelaskan melalui teori Behavior Change Models, khususnya tahap precontemplation dan contemplation dari Transtheoretical Model (TTM). Pada tahap ini, individu mungkin telah memiliki kesadaran atau informasi awal (pengetahuan cukup) tentang suatu perilaku baru seperti BLW, namun belum memiliki pemahaman mendalam, keyakinan yang kuat, atau keterampilan yang memadai untuk menerapkannya secara efektif. Tingkat pengetahuan yang belum optimal ini mencerminkan kesenjangan (gap) antara informasi yang tersedia di masyarakat dengan pemahaman yang komprehensif dan aplikatif. Teori ini menggarisbawahi bahwa informasi yang terfragmentasi atau tidak dipahami seutuhnya seringkali tidak cukup untuk memicu perubahan perilaku berkelanjutan, sehingga intervensi yang terstruktur seperti penyuluhan dan pelatihan yang direncanakan menjadi krusial untuk mengubah pengetahuan

(knowledge) menjadi kesiapan (readiness) dan akhirnya tindakan (action) (Lactona & Cahyono, 2024).

Hasil pengumpulan data awal (pretest) mengungkapkan profil pengetahuan peserta yang belum merata sebelum dilaksanakannya intervensi. Dari total 46 peserta, tidak satupun yang masuk dalam kategori pengetahuan baik, menunjukkan bahwa pemahaman komprehensif dan mendalam tentang prinsip, teknis, dan manfaat metode Baby Led Weaning (BLW) benar-benar belum dimiliki. Sebaliknya, sebagian besar peserta, yaitu 28 orang (60.87%), terkategori memiliki pengetahuan cukup. Kelompok ini kemungkinan besar telah terpapar informasi dasar tentang BLW melalui media sosial, percakapan dengan sesama orang tua, atau sumber informal lainnya, sehingga mereka memiliki gambaran umum namun belum detail. Sementara itu, proporsi yang signifikan, yakni 18 peserta (39.13%), masih berada pada tingkat pengetahuan kurang, yang mengindikasikan keterbatasan akses atau minat terhadap informasi tersebut sebelumnya.

Beberapa faktor kemungkinan menjadi penyebab distribusi hasil ini. Pertama, faktor akses dan sumber informasi. Peserta dengan pengetahuan cukup mungkin telah mengakses informasi dari platform digital seperti Instagram, YouTube, atau grup parenting, di mana informasi tentang BLW sering dibagikan namun cenderung terpotong-potong (snippets) dan tidak menyeluruh. Kedua, faktor latar belakang pendidikan dan pengalaman. Meskipun bidan setempat hadir, mungkin tidak semua ibu atau pengasuh memiliki kesempatan untuk konsultasi rutin atau mengikuti kelas parenting sebelumnya. Ketiga, faktor mitos dan tradisi pengasuhan lokal yang sudah mengakar kuat tentang pemberian makan berupa bubur susu atau makanan lumat, dapat menghambat penerimaan dan eksplorasi informasi mengenai BLW, sehingga membuat sebagian peserta tetap pada pengetahuan kurang. Hal ini menunjukkan adanya tantangan untuk menggeset paradigma yang telah lama dipegang.

Temuan pretest ini memiliki implikasi langsung dan sangat berharga bagi rancangan kegiatan pengabdian masyarakat. Fakta bahwa tidak ada peserta dengan pengetahuan baik menegaskan bahwa kegiatan tidak bisa bersifat penguatan (refresher) semata, tetapi harus dimulai dari pembangunan fondasi pemahaman yang kokoh. Sementara itu, keberadaan dua kelompok (cukup dan kurang) menuntut pendekatan yang diferensiatif dan bertahap. Materi penyuluhan perlu dirancang untuk menjembatani kesenjangan antara kedua kelompok tersebut; mulai dari pengenalan konsep yang sangat dasar untuk kelompok kurang, hingga pendalaman aspek keamanan, variasi menu, dan pemecahan masalah (troubleshooting) untuk kelompok cukup. Data ini menjadi penguatan kuat untuk metode pelaksanaan yang dipilih, yaitu kombinasi penyuluhan (membangun pengetahuan), pelatihan praktik (meningkatkan keterampilan dan kepercayaan diri), dan sesi tanya jawab (mengkustomisasi solusi).

Konfigurasi pengetahuan awal ini berfungsi sebagai baseline atau titik acuan yang kritis untuk mengukur keberhasilan dan dampak intervensi. Angka 39.13% pengetahuan kurang yang cukup tinggi menjadi target utama untuk ditekan, sementara kelompok pengetahuan cukup perlu didorong untuk naik ke tingkat baik. Dengan demikian, keberhasilan program dapat dievaluasi secara objektif dengan melihat pergeseran persentase ke arah kategori yang lebih tinggi pada hasil posttest. Hasil pretest ini pada akhirnya bukan sekadar gambaran

statis, melainkan sebuah diagnosis kebutuhan yang hidup. Hasil ini menunjukkan dengan jelas "celah" yang harus diisi oleh kegiatan pengabdian, sekaligus menjadi motivasi bagi tim pelaksana untuk menyampaikan materi dengan cara yang paling aplikatif dan mudah diadopsi, sehingga dapat mengubah pengetahuan pasif menjadi kompetensi aktif dalam menerapkan BLW di rumah tangga masing-masing

b. Pengetahuan peserta kegiatan pengabdian kepada masyarakat mengenai metode Baby Led Weaning (BLW) setelah diberikan edukasi (posttest)

Berdasarkan hasil pengumpulan data akhir (posttest), terlihat terjadi peningkatan pengetahuan yang signifikan di antara peserta setelah mengikuti seluruh rangkaian kegiatan. Sebanyak 14 peserta (30,43%) telah mencapai kategori pengetahuan baik, sebuah pencapaian yang sama sekali tidak tercatat pada saat pretest. Sementara itu, peserta dengan pengetahuan cukup masih mendominasi sebanyak 26 orang (56,52%), dan yang sangat menggembirakan adalah jumlah peserta dengan pengetahuan kurang menurun secara drastis dari 18 menjadi hanya 6 orang (13,04%). Hasil ini secara jelas menunjukkan bahwa intervensi yang diberikan berupa penyuluhan dan pelatihan praktik berhasil meningkatkan pemahaman mayoritas peserta tentang metode Baby Led Weaning (BLW).

Peningkatan pengetahuan yang signifikan pada posttest dapat dijelaskan secara komprehensif melalui integrasi dua teori utama: Social Cognitive Theory (SCT) oleh Bandura dan Adult Learning Theory (Andragogi) oleh Knowles. SCT menekankan pentingnya *observational learning* dan *mastery experience*. Dalam kegiatan ini, peserta tidak hanya menerima informasi pasif (penyuluhan), tetapi juga menyaksikan demonstrasi langsung dan melakukan praktik sendiri (pelatihan), yang memberikan pengalaman keberhasilan terpandu (*mastery experience*). Hal ini secara langsung meningkatkan *self-efficacy* atau keyakinan diri mereka untuk menerapkan BLW. Secara paralel, prinsip Andragogi terpenuhi karena kegiatan dirancang untuk orang dewasa yang berorientasi pada pemecahan masalah (*problem-centered*), relevan dengan kebutuhan langsung mereka sebagai orang tua (meningkatkan gizi anak), melibatkan pengalaman hidup mereka (berbagi praktik saat tanya jawab), dan menciptakan lingkungan belajar yang kondusif dan kolaboratif. Kombinasi penerimaan pengetahuan kognitif, penguatan melalui praktik psikomotorik, dan interaksi sosial inilah yang menghasilkan internalisasi pengetahuan yang lebih dalam dan bergesernya kategori pengetahuan dari cukup dan kurang menjadi baik (Darsini et al., 2019).

Hasil pengumpulan data akhir (posttest) menampilkan transformasi yang dramatis dalam profil pengetahuan 46 peserta tentang metode Baby Led Weaning (BLW). Pencapaian terbesar adalah terisinya kategori baik yang sebelumnya nihil, dengan 14 peserta (30,43%) sekarang menduduki level pengetahuan tertinggi ini. Peningkatan ini diiringi oleh redistribusi yang sehat pada kategori lain: mayoritas peserta tetap berada pada kategori cukup (56,52%), namun komposisinya kini berisi individu yang kemungkinan besar merupakan bagian dari kelompok kurang di awal. Yang paling menggembirakan, kategori kurang menyusut secara drastis hingga lebih dari setengahnya, dari 39,13% menjadi hanya 13,04% (6 orang). Perubahan persentase ini menunjukkan bahwa intervensi berhasil "mengangkat" pengetahuan sebagian besar peserta setidaknya satu tingkat lebih tinggi.

Peningkatan ini sangat dipengaruhi oleh efektivitas sesi pertama, yaitu penyuluhan. Penyampaian materi yang terstruktur tentang makanan sehat dan

prinsip dasar BLW berhasil membangun fondasi pengetahuan teoretis yang kokoh. Intervensi ini menjawab langsung kesenjangan informasi yang teridentifikasi di pretest. Dengan pemaparan yang sistematis, peserta yang sebelumnya hanya memiliki pengetahuan parsial dari media sosial (kelompok cukup) mendapatkan pemahaman yang utuh dan terkontekstualisasi. Sementara itu, peserta dari kelompok kurang memperoleh kerangka berpikir baru yang menggantikan atau melengkapi informasi yang minim. Proses tanya jawab yang antusias selama sesi ini juga menunjukkan terjadinya proses asimilasi dan akomodasi kognitif, di mana pengetahuan baru dihubungkan dan disesuaikan dengan skema pengetahuan yang sudah ada di benak peserta.

Jika penyuluhan membangun fondasi, maka sesi kedua (pelatihan praktik) berperan krusial dalam mengonsolidasi dan menginternalisasi pengetahuan tersebut menjadi kompetensi yang siap pakai. Teori pembelajaran menunjukkan bahwa pengetahuan yang dipraktikkan akan melekat lebih kuat. Dengan secara langsung mengolah bahan menjadi menu seperti Sup Daging dan Nugget Misoa, peserta mengalami pembelajaran kinestetik dan visual yang powerful. Mereka tidak hanya paham "apa itu BLW", tetapi juga "bagaimana cara mempersiapkannya dengan aman dan bergizi". Pelatihan ini secara efektif mentransformasikan pengetahuan abstrak (know-what) menjadi keterampilan aplikatif (know-how), yang merupakan lompatan kualitatif yang diperlukan untuk mencapai kategori pengetahuan baik. Keyakinan diri (self-efficacy) peserta meningkat karena mereka merasa mampu membuat makanan BLW sendiri.

Keberhasilan peningkatan pengetahuan juga tidak lepas dari sesi ketiga (tanya jawab evaluatif) dan lingkungan sosial yang tercipta. Sesi tanya jawab berfungsi sebagai ruang untuk clarification dan reinforcement, di mana peserta dapat mengonfirmasi hal-hal yang belum jelas dan mendapatkan penjelasan ulang yang personal. Lebih dari itu, kehadiran Kepala Desa, Bidan, dan kader menciptakan dukungan sosial (social support) dan legitimasi yang memperkuat pesan yang disampaikan. Interaksi dengan mahasiswa Profesi Bidan yang berperan sebagai fasilitator muda juga menciptakan dinamika belajar yang cair dan tidak menggurui. Suasana diskusi yang kondusif dan antusias, seperti yang dilaporkan, memfasilitasi sharing pengalaman antar peserta, yang merupakan bentuk pembelajaran sosial sangat efektif bagi orang dewasa, sehingga memperkaya dan memperdalam pemahaman mereka.

Hasil posttest ini membuktikan bahwa model intervensi tripartit (penyuluhan-pelatihan-evaluasi interaktif) yang diintegrasikan dengan dukungan stakeholder lokal sangat efektif dalam meningkatkan pengetahuan kesehatan masyarakat dalam konteks gizi anak. Namun, keberadaan sisa 13.04% peserta dengan pengetahuan kurang memberikan implikasi penting. Kelompok ini mungkin membutuhkan pendekatan yang lebih personal, pendampingan berulang, atau terhalang oleh faktor lain seperti tingkat pendidikan atau kepercayaan tradisional yang sangat kuat. Oleh karena itu, rekomendasi untuk kegiatan lanjutan adalah mengadakan pendampingan berkala atau kelas lanjutan khusus, mungkin dalam kelompok kecil, untuk mengatasi hambatan spesifik. Selain itu, peningkatan pengetahuan ini perlu diikuti dengan evaluasi lebih lanjut untuk mengukur perubahan perilaku nyata dalam penerapan BLW di rumah, karena pengetahuan yang baik merupakan prasyarat utama, namun belum menjadi jaminan, bagi perilaku sehat yang berkelanjutan.

5. KESIMPULAN

Berdasarkan seluruh rangkaian kegiatan, dapat disimpulkan bahwa program pengabdian masyarakat ini telah berhasil mencapai tujuannya dalam meningkatkan pengetahuan dan keterampilan orang tua mengenai metode Baby Led Weaning (BLW). Peningkatan yang signifikan dari hasil pretest ke posttest, ditandai dengan munculnya kategori pengetahuan baik sebesar 30,43% dan penurunan drastis kategori kurang dari 39,13% menjadi 13,04%, membuktikan efektivitas model intervensi terpadu yang meliputi penyuluhan, pelatihan praktik, dan sesi evaluasi interaktif. Kolaborasi yang solid antara tim pelaksana (mahasiswa Profesi Bidan), otoritas lokal (Kepala Desa dan Bidan), serta para kader, berhasil menciptakan lingkungan belajar yang kondusif dan mendorong partisipasi aktif peserta. Dengan demikian, kegiatan ini tidak hanya berhasil mentransfer ilmu, tetapi juga memberdayakan komunitas dengan bekal pengetahuan yang aplikatif untuk meningkatkan status gizi dan kemandirian makan anak, sekaligus menyisakan pembelajaran berharga untuk pendampingan lebih intensif guna mengatasi kesenjangan pengetahuan yang tersisa.

6. SARAN

Berdasarkan keberhasilan dan pembelajaran dari kegiatan ini, beberapa saran dapat diajukan untuk pengembangan program serupa di masa depan.

- a. Pertama, disarankan untuk melakukan pendampingan lanjutan dan pemantauan secara berkala, misalnya melalui kunjungan rumah atau grup WhatsApp khusus, untuk memastikan pengetahuan yang baik dapat diimplementasikan secara konsisten dalam praktik sehari-hari dan mengatasi kendala yang mungkin muncul.
- b. Kedua, perlunya penyusunan modul atau materi visual (seperti leaflet, poster, atau video tutorial singkat) yang dapat dibawa pulang peserta sebagai bahan pengingat dan panduan praktis di rumah.
- c. Ketiga, untuk menjangkau peserta yang masih berada dalam kategori pengetahuan kurang, dapat dirancang intervensi yang lebih personal dan intensif, seperti kelas kelompok kecil atau konseling individu dengan bidan setempat.
- d. Terakhir, saran ditujukan bagi pemangku kepentingan, seperti Pemerintah Desa, untuk dapat mengintegrasikan materi BLW dan gizi anak ke dalam program posyandu atau kegiatan kesehatan komunitas rutin, sehingga upaya peningkatan pengetahuan ini dapat berkelanjutan dan menjangkau lebih banyak orang tua. Dengan implementasi saran-saran tersebut, dampak positif dari pengabdian masyarakat ini diharapkan dapat diperkuat dan dilestarikan dalam jangka panjang.

7. DAFTAR PUSTAKA

- Atiasih, A., Hadianti, A. N., & Hamid, L. (2023). Pendidikan Anak Usia Dini dan Tumbuh Kembang Anak serta Tantangan Era Super Smart Society 5.0 Atiasih. *JSIM: Jurnal Ilmu Sosial Dan Pendidikan*, 4(5).
- Bela, W. O., Awalia, E. S., Melinda, M., Ananta, S., & Anjani, A. P. (2023). Analisis Peran Orang Tua Dan Guru Dalam Kemandirian Anak. *Hypothesis: Multidisciplinary Journal of Social Sciences*, 2(2), 303–315.
- Darsini, D., Fahrurrozi, F., & Cahyono, E. A. (2019). Pengetahuan; Artikel Review. *Jurnal Keperawatan*, 12(1), 13.
- Girsang, E., Bu, J., Sulfiasni, N. P., Fatika, D., Marbun, B., Febrina, Y., & Hutapea, U. (2021). PENYULUHAN METODE BABY LED WEANING (BLW)

- PADA BALITA BERUSIA 12-24 BULAN. *Jurnal Mitra Keperawatan Dan Kebidanan Prima*, 3(4), 16–20.
- Halimatussa'diah, Y., & Napitupulu, R. H. M. (2023). PENERAPAN METODE PEMBIASAAN UNTUK MENDORONG PERKEMBANGAN KEMANDIRIAN ANAK. *Jurnal Pelita PAUD*, 8(1), 90–96.
- Kemenkes RI, K. K. R. I. (2025a). Profil Kesehatan Indonesia 2024. In *Kementerian Kesehatan Republik Indonesia*.
- Kemenkes RI, K. K. R. I. (2025b). *Survey Status Gizi Indonesia 2024 Dalam Angka*. <https://drive.google.com/file/d/1FmhMtFsElv0l95YNGqsoKy5xJh-m-glM/view>
- Lactona, I. D., & Cahyono, E. A. (2024). Konsep Pengetahuan; Revisi Taksonomi Bloom. *Enfermeria Ciencia*, 2(4), 241–257.
- Nahira, N., & Sumarni, S. (2024). Edukasi Baby Led Weaning Sebagai Upaya Perbaikan Status Gizi Bayi Dan Balita Di Puskesmas Pattingalloang. *Transformasi Masyarakat: Jurnal Inovasi Dan Sosial Pengabdian*, 1(1).
- Nasitoh, S., & Handayani, Y. (2022). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Tumbuh Kembang Anak Usia 0-2 Tahun : Tinjauan Literatur. *Scientific Journal*, 3(4), 221–231.
- Septariana, F., Faron, B. A., Fathonah, S., Tasqiya, R. S., Nuraisyah, S. J., Lestari, D. T., Heryanda, M. F., Alamsyah, P. R., Novia, R., & Dalimunthe, N. K. (2024). *Gizi & Tumbuh Kembang Anak di Indonesia*. Sada Kurnia Pustaka.
- Sumarni, S., & Nahira, N. (2023). The Effect Of Giving MP-ASI Using The Baby Led Weaning Method On Baby's Weight Babies Aged 9-12 Months In The Patingalloang Community Health Center Working Area. *International Journal of Medicine and Health*, 2(4), 47–52.
- Suryani, I. S., Marlina, L., & Hilmawan, R. G. (2023). EFEKTIVITAS BABY LED WEANING TERHADAP KEJADIAN PICKY EATER PADA BAYI USIA 7-12 BULAN. *MAHESA: Malahayati Health Student Journal*, 3(12), 4179–4186.