

## PEMBERDAYAAN IBU NIFAS DALAM MELAKUKAN *BABY LED WEANING* (BLW) TERHADAP STATUS GIZI BALITA BERUSIA 12 – 24 BULAN

Ermi Girsang<sup>1</sup>, Andini Septiana Armansyah<sup>2</sup>, Dahlia Carnauba Hutapea<sup>3</sup>,  
Delia Permatasari<sup>4</sup>, Desmawati Zebua<sup>5</sup>

Program Studi Sarjana Kebidanan  
Universitas Prima Indonesia Medan  
Email: ermigirsang@unprimdn.ac.id

### ABSTRAK

Gizi yang baik adalah landasan kesehatan, dengan gizi yang baik akan mengoptimalkan pertumbuhan dan perkembangan. Selain itu gizi yang baik juga menurunkan kesakitan, kecacatan, dan kematian sehingga akan mempengaruhi kualitas sumber daya manusia. Kecepatan perkembangan teknologi mobile meningkat dan menembus semua aspek kehidupan sehingga teknologi ini memainkan peranan penting dalam mempelajari dimensi pengetahuan yang berbeda. Media pembelajaran berbasis Android merupakan salah satu media yang ekonomis dan efisien dibandingkan dengan media lainnya. Tujuan pengabdian masyarakat ini untuk membantu orang tua dan keluarga merawat balita pengecekan status gizi balita, seorang ibu dapat memantau status gizi balita guna mencegah terjadinya malnutrisi. Metode yang digunakan dalam kegiatan serangkaian tahap antara lain dengan penyuluhan/edukasi. Memberikan materi berupa pelatihan pemberdayaan ibu nifas dalam melakukan Baby Led Weaning (BLW) terhadap status gizi balita. Hasil yang dicapai setelah mengikuti pelatihan dan diskusi masyarakat Kelurahan Paluh Sibaji mengetahui status gizi yang bagus pada balita yang berusia 12-24 bulan.

Kata Kunci: ibu, balita, gizi

### ABSTRACT

*Good nutrition is the foundation of health, good nutrition will optimize growth and development. Apart from that, good nutrition also reduces morbidity, disability and death, which will affect the quality of human resources. The speed of development of mobile technology is increasing and penetrating all aspects of life so that this technology plays an important role in studying different dimensions of knowledge. Android-based learning media is a media that is economical and efficient compared to other media. The aim of this research is to help parents and families caring for toddlers to check the nutritional status of toddlers. A mother can monitor the nutritional status of toddlers to prevent malnutrition. The methods used in the series of activities include counseling/education. Providing material in the form of training to empower postpartum mothers in carrying out Baby Led Weaning (BLW) on the nutritional status of toddlers. The results achieved after participating in training and discussions in the Paluh Sibaji Village community identified good nutritional status in toddlers aged 12-24 months.*

*Keywords: mother, toddlers, nutrition*

### PENDAHULUAN

Stunting masih menjadi masalah gizi utama yang dihadapi Indonesia. Berdasarkan data hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, angka stunting di Indonesia sebesar 30,8%. Angka ini masih tergolong tinggi dibandingkan dengan target Rencana Pembangunan Jangka

Menengah Nasional (RPJMN) yaitu sebesar 19% di tahun 2024 (Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan, 2018).

Kejadian balita pendek atau biasa disebut dengan stunting merupakan salah satu masalah gizi yang dialami oleh balita di dunia dan merupakan masalah gizi utama yang dihadapi

Indonesia. Meskipun telah mengalami penurunan namun jumlah tersebut masih jauh dari target Rencana Pembangunan Jangka Panjang Nasional (RPJMN) tahun 2019 yaitu sebesar 28%. Sebagai bentuk keseriusan dalam pencegahan dan penanganan stunting, pemerintah membentuk dua intervensi gizi, yakni intervensi gizi spesifik dan intervensi gizi sensitif. Intervensi gizi spesifik ditunjukkan kepada ibu hamil, ibu menyusui dan anak usia 0-23 bulan. Masalah kekurangan gizi sering mendapatkan perhatian di sebagian negara yang berkembang meliputi *underweight*, *stunting*, *wasting* dan defisiensi mikronutrien. *Stunting* ini merupakan salah satu indikator gagal tumbuh pada Balita akibat kekurangan asupan gizi kronis pada periode 1.000 hari pertama kehidupan, yakni dari anak masih dalam bentuk janin hingga berusia 23 bulan (Kurniatin, et al, 2021)

Banyak faktor yang menyebabkan *stunting* yaitu masalah sosial ekonomi yang rendah, kerawanan pangan (*food insecurity*), status gizi ibu ketika hamil, bayi dengan berat lahir rendah (BBLR), pola asuh anak, status gizi, sanitasi dan ketersediaan air. Pemerintah sebenarnya telah berusaha mencegah dan menanggulangi masalah *stunting* pada balita melalui berbagai program gizi, baik yang bersifat spesifik maupun sensitif, seperti pemberian tablet tambah darah pada ibu hamil, promosi ASI eksklusif, pemberian suplemen gizi makro dan mikro sampai pemberian bantuan pangan non-tunai. Namun

hasilnya belum mampu menanggulangi masalah *stunting* (Ramadia, et al, 2021).

*Stunting* adalah masalah kurang gizi kronis yang disebabkan oleh asupan gizi yang kurang dalam waktu cukup lama akibat pemberian makanan yang tidak sesuai kebutuhan gizi. *Stunting* dapat terjadi sebagai akibat kekurangan gizi terutama pada saat 1000 hari pertama kehidupan (HPK), 270 hari selama kehamilan ditambah tahun pertama 365 hari dan tahun kedua 365 hari. 1000 hari itu merupakan kesempatan emas untuk membentuk anak yang sehat. Sebagai upaya mencegah *stunting* adalah pemenuhan gizi dan pelayanan kesehatan pada ibu hamil (Puspita, et al, 2021).

Berdasarkan hasil Studi Status Gizi Indonesia (SSGI) Kementerian Kesehatan, prevalensi Balita *stunting* sebesar 24,4% pada 2021, artinya, hampir seperempat Balita Indonesia mengalami *stunting* pada tahun lalu. Prevalensi *stunting* di Gorontalo masih sangat tinggi yaitu 38% dan 32,5% pada tahun 2010 dan 2018. Pada tahun 2018 dari 6 kabupaten dan kota di Provinsi Gorontalo, Kabupaten Gorontalo menempati urutan kedua terbanyak yaitu sebesar 34,59% dan menjadi salah satu dari 4 kasus *stunting*. Kecamatan Tilango memiliki angka kejadian *stunting* yang cukup tinggi yaitu 12,4% dari 1377 balita (Kementerian Kesehatan, 2021).

Kurangnya pengetahuan ibu mengenai pentingnya makanan bernutrisi yang harus disiapkan menjadi salah satu faktor penyebab ketidakcukupan nutrisi pada anak. Berdasarkan hal tersebut dilakukan Pengabdian Masyarakat

(Pengabmas) sebagai upaya pemberian pengetahuan kepada masyarakat khususnya ibu-ibu yang memiliki bayi dan balita tentang pentingnya pemberian ASI eksklusif, bagaimana cara menyiapkan MP-ASI, dan konsep Isi Piringku yang tepat sesuai usia dan tumbuh kembang anak (Ramadia, et al, 2021).

## **METODE**

Pengabdian masyarakat ini yaitu melakukan kegiatan tentang pentingnya Pemberdayaan Pada Ibu Nifas Dalam Melakukan Baby Led Weaning (BLW) Terhadap Status Gizi Balita 12-24 Bulan, pemeriksaan gizi. Metode yang digunakan dalam kegiatan serangkaian tahap antara lain dengan pemberdayaan/ edukasi. Sasaran utama dalam pemberdayaan ini adalah ibu nifas, bayi baru lahir di Kelurahan Paluh Sibaji.

Adapun kegiatan pada acara penyuluhan ini yaitu: Tahap tanya-jawab dalam pengabdian dilakukan dengan tanya jawab seputar materi yang akan diberikan, tahap ini bertujuan untuk mengetahui sejauh mana pengetahuan tentang melakukan Baby Led Weaning bagi ibu nifas di Kelurahan Paluh Sibaji.

Tahap pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan dengan pelayanan pelatihan melakukan BLW pada Balita yang baik dan tepat, pemeriksaan gizi, kebersihan diri/ personal hygiene, pendidikan kesehatan tentang melakukan BLW pada bayi baru lahir, pendidikan kesehatan tentang gizi dan kebersihan diri, pemberian reward bagi para ibu,

doorprize usai kegiatan penyuluhan, pemberian reward bagi para kader.

Tahapan evaluasi dalam pengabdian masyarakat ini adalah untuk mengetahui sejauh mana pengetahuan dan pemahaman tentang pemberdayaan ibu nifas dalam melakukan Baby Led Weaning (BLW) pada bayi yang baru lahir dengan memberikan 5 pertanyaan kepada peserta dan peserta menjelaskan kembali terkait materi yang telah disampaikan.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Gizi yang baik adalah landasan kesehatan, dengan gizi yang baik akan mengoptimalkan pertumbuhan dan perkembangan. Selain itu gizi yang baik juga menurunkan kesakitan, kecacatan, dan kematian sehingga akan mempengaruhi kualitas sumber daya manusia (Pusdatin, 2015).

Malnutrisi memiliki dampak yang buruk baik jangka pendek maupun jangka panjang. Anak dengan malnutrisi lebih rentan terhadap penyakit. Hal ini akan menyebabkan peningkatan biaya perawatan kesehatan meningkat sehingga kesenjangan ekonomi pun semakin meningkat. Anak dengan malnutrisi juga dapat mengalami penurunan kecerdasan yang menyebabkan produktifitasnya akan menurun di masa depan. Keadaan-keadaan tersebut akan menjadi penghambat pembangunan nasional (Kirana, 2019).

Data WHO menunjukkan malnutrisi masih menjadi masalah kesehatan didunia dimana pada tahun 2018 didapati 22.2% terdiagnosis stunting

yang merupakan manifestasi klinis dari malnutrisi kronis (WHO, 2018).

Upaya promotif dan preventif diperlukan untuk mengatasi kurangnya pengetahuan ibu balita tentang status gizi balita. Promosi kesehatan sebagai salah satu upaya untuk meningkatkan kualitas kesehatan masyarakat. Guna meningkatkan pengetahuan ibu yang memiliki balita, sangat penting seorang ibu mengetahui adanya suatu media promosi kesehatan yang mudah diakses, seperti aplikasi berbasis android. Dimana di zaman modern seperti saat ini hampir semua orang telah memiliki ponsel android, dapat mengakses berbagai informasi dengan mudah dan praktis (Aryastami, et al., 2017).

Pada zaman yang serba maju ini, teknologi telah berkembang sangat pesat, sehingga tidak dapat dipungkiri adanya perubahan selera, gaya hidup, dan pola pikir masyarakatnya. Perubahan tersebut dapat dilihat dari kehidupan masyarakat saat ini dengan lebih menyukai sesuatu yang praktis dan fleksibel (dapat digunakan kapan dan dimana saja). Salah satu teknologi yang sedang populer saat ini adalah android, android memicu munculnya gadget-gadget pintar (smartphone) yang digemari oleh berbagai kalangan baik orang tua, dewasa, remaja, bahkan anak usia dini (Aryastami, et al., 2017).

Kecepatan perkembangan teknologi mobile meningkat dan menembus semua aspek kehidupan sehingga teknologi ini memainkan peranan penting dalam mempelajari dimensi pengetahuan yang berbeda. Media pembelajaran berbasis Android merupakan salah satu media

yang ekonomis dan efisien dibandingkan dengan media lainnya (Kementerian Kesehatan RI, 2019). Diharapkan melalui aplikasi pengecekan status gizi balita, seorang ibu dapat memantau status gizi balita guna mencegah terjadinya malnutrisi (Uwiringiyimana, et al., 2019).

## **KESIMPULAN**

Pelaksanaan pemberdayaan kesehatan bagi ibu yang memiliki balita tentang aplikasi pengecekan status gizi balita di Kelurahan Paluh Sibaji dapat meningkatkan pengetahuan ibu terkait pemantauan status gizi balita. Ibu yang memiliki balita dapat lebih mudah memantau status gizi balita, ibu dapat menghitung status gizi anak sesuai dengan standar kemenkes dengan mudah melalui aplikasi, ibu dapat memantau perkembangan status gizi anak secara mandiri dan ibu dapat melakukan pencegahan terjadinya malnutrisi pada anak.

Berikut beberapa saran untuk pemberdayaan ibu nifas dalam pemenuhan status gizi balita: 1) Pendidikan gizi: memberikan pendidikan gizi yang komprehensif kepada ibu nifas, yang mencakup informasi tentang makanan bergizi, pentingnya ASI (Air Susu Ibu), dan praktik gizi seimbang bagi anak balita, 2) Konseling individu: melakukan konseling gizi individu dengan ibu nifas untuk membahas kebutuhan gizi khusus anak mereka, 3) Pelatihan masak sehat: memberikan pelatihan tentang cara memasak makanan yang sehat dan bergizi dengan bahan makanan yang terjangkau dan lokal, 4) Monitoring pertumbuhan anak:

mendorong ibu nifas untuk memantau pertumbuhan anak mereka secara rutin,

Selanjutnya 5) Praktik ASI yang baik: memberikan dukungan dan informasi tentang praktik ASI eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan bayi, diikuti oleh pemberian makanan pendamping ASI (MP-ASI) yang tepat setelahnya, 6) Akses ke Pelayanan Kesehatan: Membantu ibu nifas dalam mengakses pelayanan kesehatan yang terjangkau dan berkualitas, 7) Kelompok dukungan: mendorong ibu nifas untuk bergabung dalam kelompok dukungan atau komunitas yang sama, 8) Sumber Daya Ekonomi: Meningkatkan sumber daya ekonomi ibu nifas melalui pelatihan keterampilan, pendidikan, dan akses ke peluang pekerjaan, 9) Sumber daya lokal: membangun kerjasama dengan organisasi non-pemerintah, layanan kesehatan masyarakat, dan pemerintah lokal untuk memberikan dukungan dan sumber daya tambahan bagi ibu nifas, dan 10) Pemantauan dan Evaluasi: Melakukan pemantauan dan evaluasi terus-menerus terhadap program pemberdayaan ini untuk memastikan efektivitasnya dan membuat perbaikan jika diperlukan.

Pemberdayaan ibu nifas dalam pemenuhan status gizi balita memerlukan pendekatan yang holistik, yang melibatkan pendidikan, dukungan sosial, akses ke sumber daya, dan pemantauan yang cermat. Dengan dukungan yang tepat, ibu nifas dapat menjadi agen perubahan yang kuat dalam memastikan bahwa anak-anak mereka tumbuh sehat dan kuat.

## DAFTAR PUSTAKA

- Aryastami, N. K., & Tarigan, I. (2017). *Kajian Kebijakan dan Penanggulangan Masalah Gizi Stunting di Indonesia*, *Buletin Penelitian Kesehatan*, 45 (4), 233- 240.
- Kementerian Kesehatan RI. (2021). *Buku Saku Hasil Studi Status Gizi Indonesia (SSGI) Tingkat Nasional, Provinsi, dan Kabupaten/Kota Tahun 2021*. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- Kementerian Kesehatan RI. (2019). *Hasil Utama Riskesdas 2018*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kurniatin, L. F., Putri, R. R. C., & Pramuwidya, A. (2021). *Penyuluhan tentang 1000 hari pertama kehidupan dalam upaya pencegahan stunting di Wilayah Kerja Puskesmas Saigon dan Puskesmas Siantan Hulu Tahun 2021*. Prosiding Pengabdian Masyarakat Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.
- Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan. (2018). *Situasi balita pendek (stunting) di Indonesia*. Buletin Jendela Data dan Informasi Kesehatan.
- Puspita L, Umar MY, Wardani PK. Pencegahan stunting melalui 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK). *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Ungu*. 2021;3. <https://garuda.kemdikbud.go.id/documents/detail/2217035>.
- Ramadia, A., Sundari, W., Permanasari I., Pardede J, A. (2021). Pengetahuan orangtua tentang stimulasi perkembangan anak berhubungan dengan tahap tumbuh kembang anak usia toddler. *Jurnal Keperawatan Jiwa (JKJ): Persatuan Perawat Nasional Indonesia*. 2021;9. <https://garuda.kemdikbud.go.id/documents/detail/2322629>
- Uwiringiyimana, V., Ocké, M. C., Amer, S., Veldkamp, A. (2019). Predictors of stunting with particular focus on complementary feeding practices: A cross-sectional study in the northern province of Rwanda. *Nutrition*. 2019;60: 11–18.
- WHO. (2018). *Global Nutrition Report Shining a Light to Spur Action on Nutrition*. Geneva: World Health Organization.