

Optimalisasi Potensi Perkembangan Anak Usia Dini Melalui Metode *Baby Led Weaning* (BLW)

Optimization of Early Childhood Potential Development Through Baby Led Weaning (BLW)

EGA ASNATASIA MAHARANI¹
MAULIDA²

^{1, 2} PG-PAUD Universitas Ahmad Dahlan, Yogyakarta
Jl. Kapas No.9, Semaki, Umbulharjo, Yogyakarta 55166

¹Email: ega@pgpaud.uad.ac.id

²Email: maulida@gmail.com

Abstract

Baby-Led Weaning (BLW) is an alternative method to introduce complementary foods to infants in which the infant feeds themselves hand-held foods instead of being spoon-fed by an adult. This method has been used widely over the last few years especially in developing countries because the benefits are enormous. A baby whom given a chance to eat from their own hand shows independence, curiosity, and ability to have self-control in which they learn in a fun way. The use of BLW from early stage of life is expected to overcome various behaviour problems in children as well as instill a variety of positive character especially in three domain of human development: cognitive, affective, and psychomotor. However, further research is needed to evaluate the use of BLW method among Indonesian parents.

Keywords: *Baby-Led Weaning, Early Childhood, and Development*

Abstrak

Baby-Led Weaning (BLW) merupakan metode alternatif memperkenalkan bayi pada makanan padat dengan cara makan sendiri, alih-alih menggunakan metode tradisional dengan disuapi orang dewasa. Metode ini telah banyak digunakan selama beberapa tahun terakhir terutama di negara-negara berkembang karena memberi manfaat yang sangat luas. Bayi yang diberi kesempatan untuk makan dari tangannya sendiri memiliki pengalaman awal yang berbeda dibanding bayi yang diberi makan dengan cara konvensional. Kemandirian, keingintahuan, hingga kemampuan mengenali dan mengontrol dirinya sendiri adalah ketrampilan yang muncul karena orangtua memberi kebebasan pada bayi untuk mengeksplorasi makanannya sendiri dengan cara yang menyenangkan. Penggunaan BLW sejak dini diharapkan dapat menjadi salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk mengatasi berbagai problem perilaku pada anak, sekaligus menanamkan berbagai karakter positif terutama pada aspek kognitif, afektif, dan psikomotornya. Tulisan ini dimaksudkan memberikan pemahaman lebih komprehensif mengenai BLW, dan mengeksplorasi berbagai bukti ilmiah yang dapat memberikan pengetahuan logis bagi para praktisi, orangtua, maupun guru.

Kata Kunci: *Baby-Led Weaning, Anak Usia Dini, dan Perkembangan.*

Pendahuluan

Pemberian makanan pendamping ASI (MPASI) telah direkomendasikan oleh WHO sejak tahun 2002 agar dilaksanakan sejak bayi berusia 6 bulan. Batasan ini diberikan karena menunggu kesiapan bayi menerima makanan pertamanya, seperti mampu mengangkat kepala, mampu duduk dengan tegak, mampu meraih benda-benda, menunjukkan gerakan mengunyah dan memiliki pola tidur yang teratur. Sebelum WHO

mengeluarkan rekomendasi tersebut, aturan kapan bayi diperkenalkan pada makanan padat kerap berubah-ubah, namun umumnya praktik tersebut dilakukan pada usia 4-5 bulan (WHO, 2009). Adanya perbedaan batasan usia ini kemudian menimbulkan pertanyaan: apakah menyuapi bayi masih merupakan cara terbaik memperkenalkan MPASI? mengingat pada usia 6 bulan bayi telah memiliki banyak kecakapan yang lebih kompleks dibanding usia 4 bulan.

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 ini pun 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, GTM (gerakan tutup mulut), tidak mau mengunyah makanan, *picky eater* hingga obesitas. Tidak hanya masalah perilaku makan saja, akan tetapi masalah dalam hal perkembangan sosial emosional anak juga dapat terganggu dan mengalami hambatan. Seperti anak yang mendapatkan ancaman dan paksaan saat makan, dikemudian hari dapat menyebabkan anak mengalami rasa ketakutan terhadap makanan.

Penelitian oleh Sudjatmoko (2011) menemukan bahwa 25–40% bayi dan balita mengalami berbagai problem makan. Sedangkan di Jakarta saja, terdapat prevalensi kasus kesulitan makan sebesar 33,6% pada anak prasekolah. Data ini menunjukkan bahwa berbagai problem yang terkait perilaku makan dialami oleh banyak orangtua dengan jenis yang beragam. Orangtua ternyata memiliki kesulitan dalam membantu anak mengembangkan hubungan yang positif dengan makanan, yang menyebabkan anak cenderung ‘bermusuhan’ dengan apa pun yang dihidangkan untuk mereka. Hal ini tentu saja bukan pola yang boleh dianggap ‘normal’, sebab perilaku makan anak juga menunjukkan korelasi dengan aspek perkembangan lainnya seperti *toilet training*, konsep diri, kemandirian, dan *self-management* (Ramos & Stein, 2000).

Pengaturan pola makan sejak dini dapat diupayakan orangtua melalui *Baby-Led Weaning* (BLW), sebuah alternatif metode pemberian makan yang mengutamakan pentingnya bayi memberi makan dirinya sendiri sejak awal fase MPASI. Begitu

banyak aspek perkembangan yang dapat dikembangkan pada anak jika penerapan *Baby Led Weaning* pada anak sejak awal fase MPASI. Kepercayaan bahwa bayi memiliki kemampuan menyuapi dirinya sendiri ini sebenarnya sejalan dengan konsep Inisiasi Menyusu Dini (IMD), di mana bayi sejak awal kehidupannya di dunia juga telah dipercaya mampu mencari puting susu ibunya bahkan ketika ia belum sempurna dalam melihat.

ASI merupakan makanan yang paling sempurna bagi bayi. Pemberian ASI berarti memberikan zat-zat gizi yang bernilai gizi tinggi yang dibutuhkan untuk pertumbuhan dan perkembangan saraf dan otak, memberikan zat-zat kekebalan terhadap beberapa penyakit dan mewujudkan ikatan emosional antara ibu dan bayinya (Wulandari, 2015). Selama 6 bulan awal orangtua memberikan ASI untuk bayi, setelah 6 bulan berlangsung orangtua dapat melanjutkan proses ini dengan memberikan makanan pendamping menggunakan metode *Baby-Lead Weaning*.

Melalui konsep IMD itulah dapat diketahui bahwa anak sudah mampu dan memiliki rasa percaya diri dalam memilih makanan, serta anak mampu memiliki interaksi mandiri dengan makanan tersebut.

Konsep Inisiasi Menyusu Dini (IMD) juga memiliki tujuan yakni dapat membantu ibu dalam menyusui yang merupakan alternatif terbaik untuk mencegah pemberian makanan atau minuman preklarat. (Mohammad dan Ratu, dkk, 2015)

Berangkat dengan pemahaman bahwa setiap bayi memiliki potensi untuk mandiri dalam perilaku makannya, maka penulis membangun asumsi: (1) BLW dapat diterapkan secara aktif oleh orangtua sebagai bagian dari stimulasi dini, dan (2) BLW tidak hanya metode untuk mengatasi problem perilaku makan tetapi juga mampu mengoptimalkan berbagai aspek perkembangan anak lainnya.

Pembahasan

Penelitian awal mengenai metode *Baby-Led Weaning* (BLW) berasal dari pengamatan mendalam terhadap 5 (lima) bayi tentang bagaimana respons mereka terhadap makanan seukuran jari (*fingers food*) yang disajikan di hadapan mereka ketika makan bersama anggota keluarga lain. Hasil penelitian tersebut menunjukkan, bayi usia 6 (enam) bulan telah memiliki ketrampilan

motorik yang diperlukan untuk makan dari tangannya sendiri dan menghabiskan potongan-potongan makanan yang disajikan (Rapley, 2003).

Ketika anak mampu makan dengan mandiri yakni menyuap dengan tangannya sendiri, maka sejak usia dini anak dapat melatih perkembangan motorik halus. Aktivitas ini sangat baik dan penting jika dikembangkan sejak anak usia dini bertujuan untuk keseimbangan dan kelenturan jari-jari tangan anak. Menurut Harlock (2013) perkembangan motorik berarti perkembangan pengendalian gerakan jasmaniah melalui kegiatan pusat syaraf, urat syaraf, dan otot yang terkoordinasi, pengendalian tersebut berasal dari pengendalian refleksi.

Selanjutnya, BLW dideskripsikan sebagai metode alternatif pemberian makan pada bayi di mana bayi diberi kebebasan untuk makan sendiri dengan jenis makanan padat yang ukurannya disesuaikan kemampuan mereka dalam menggenggam dan mengunyah (Cameron, Heath, Taylor, 2012). 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. Bayi 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 orangtua atau saudara-saudaranya. Jika diberi kesempatan, bayi tidak membutuhkan orangtua untuk memutuskan kapan saat menyapah 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 orangtua, tetapi anak juga diberi kebebasan untuk memilih mana diantara menu yang disajikan tersebut yang ingin ia eksplorasi lebih dulu.

Beberapa hal yang terjadi dalam BLW sebagaimana dikutip dari Rapley & Murkett (2008) 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.

Poin-poin pelaksanaan BLW tersebut menunjukkan keistimewaan BLW karena mempercayai anak untuk mengontrol dirinya sendiri sejak awal masa kehidupannya. Sebaliknya, prinsip ini jugalah yang kerap kali menjadi halangan bagi orangtua menerapkan BLW. Tidak sedikit orangtua yang meragukan kemampuan anak untuk makan sendiri karena takut anak tidak mendapat semua nutrisi yang diperlukan, takut anak tersedak, hingga takut pada segala kerepotan yang menyertai pelaksanaan BLW. Padahal, beberapa penelitian telah membuktikan kekhawatiran-kekhawatiran itu tidak terjadi selama bayi tidak memiliki kelainan fisik.

Kelainan fisik merupakan kelainan yang terjadi pada satu atau lebih organ tubuh tertentu. Akibat kelainan tersebut timbul suatu keadaan pada fungsi tubuhnya tidak dapat menjalankan tugasnya secara normal. Seperti kelainan fungsi fisik pada alat panca indera. (Abdullah, 2013). Selama bayi tidak mengalami kelainan fisik atau gangguan fungsi pada tubuh, maka metode BLW dapat diterapkan oleh para orangtua.

Manfaat dan Tantangan Metode BLW

Berbagai penelitian tentang penggunaan metode BLW menunjukkan adanya manfaat yang luas ketika bayi diberi kesempatan

menjelajahi makanannya, tidak hanya bagi dirinya sendiri tapi juga bagi Ibu dan anggota keluarga lainnya. Beberapa manfaat yang dirangkum dari berbagai sumber ini antara lain:

Pertama, Biaya MPASI lebih murah dan waktu persiapan makan lebih singkat karena tidak memerlukan berbagai peralatan *food processor*; anak dapat makan dengan menu yang sama dengan anggota keluarga lain sehingga waktu makan terasa lebih menyenangkan (Brown & Lee, 2011);

Kedua, Penerimaan yang lebih luas pada berbagai jenis makanan baik dalam hal tekstur dan rasa sehingga memperbesar kesempatan anak mendapat asupan yang lebih sehat; adanya peningkatan kemampuan regulasi diri dan kepercayaan diri; belajar mengunyah dan mengendalikan rasa lapar (Rapley & Murkett, 2008); dan

Ketiga, BLW merupakan prediktor terkuat bagi kemampuan bayi menyapah dirinya sendiri pada usia yang tepat (Moore, Milligan, & Goff, 2012).

Selain luasnya manfaat BLW tersebut, pada pelaksanaannya beberapa penelitian juga menemukan hal-hal yang harus diperhatikan orangtua, antara lain:

Pertama, Berantakan dan kotor (Rapley & Murkett, 2008). Keadaan ini terjadi karena bayi tidak dapat langsung sempurna dalam meraih makanan dan memasukkannya ke mulut. Namun periode berantakan ini bagi kebanyakan bayi berjalan cukup singkat, seiring kemampuan mereka belajar makan dengan baik; dan

Kedua, Resiko tersedak dan bayi kekurangan energi (Cameron, Heath, & Taylor, 2012). Kasus ini dapat terjadi apabila potongan makanan yang disajikan terlalu besar atau teksturnya yang masih asing di lidah bayi. Sementara kekhawatiran akan kekurangan energi disebabkan bayi kemungkinan besar lebih banyak hanya bermain-main dengan makanannya alih-alih menelannya dengan benar.

BLW dalam berbagai Perspektif Perkembangan.

Perkembangan psikomotor anak usia dini sebagaimana dikutip dari Maxim dalam Rohman (2014) meliputi 3 tahapan utama: (1) tahap kognitif, (2) tahap asosiatif, dan (3) tahap *autonomous*. Pada tahap kognitif anak

berusaha memahami ketrampilan motorik apa saja yang diperlukan untuk melakukan suatu gerakan. Di tahap asosiatif anak belajar melakukan gerakan tersebut dan berusaha meralat kesalahan yang masih dilakukannya. Sementara pada tahap *autonomous* gerakan yang ditampilkan menjadi lebih efisien.

Dalam metode BLW, bayi melalui fase kognitifnya ketika ia duduk bersama anggota keluarga lain dan memperhatikan bagaimana mereka mengambil makanan, meletakkannya di mulut, hingga mengunyah makanan tersebut. Selanjutnya di tahap asosiatif bayi dapat merasakan langsung proses mengambil-menjatuhkan, memasukkan makanan ke mulut dengan kurang akurat, dan menelan-melepeh. Proses belajar semacam ini melibatkan unsur *trial and error*, serta *modelling* dengan cara yang menyenangkan sehingga efeknya bayi lebih mudah memahami bagaimana tata cara makan dan memperlakukan makanan dengan baik. Hal ini penting dipelajari sebab tidak sedikit anak prasekolah yang kesulitan mengontrol perilakunya sendiri di meja makan baik ketika di rumah maupun di ruang publik. Keberlanjutan antara fase kognitif dan asosiatif dengan cara yang menyenangkan semacam ini merupakan langkah yang efektif dalam mengajari anak tentang gerakan psikomotor tertentu.

Pengalaman awal yang bahagia dan bebas stress cenderung memberikan anak sikap yang sehat terhadap makanan sepanjang kehidupannya. Salah satu bentuk hubungan yang buruk antara anak dan makanannya adalah obesitas dan *picky eater*. Pada kasus obesitas, anak secara berlebihan mempersepsi makanan sebagai sumber pemuas kebutuhan, sementara kasus *picky eater* anak justru menunjukkan sikap negatif pada jenis makanan tertentu. Berbagai penelitian mengenai obesitas yang dirangkum oleh Jansen, dkk (2012) menemukan bahwa prevalensi terjadinya kasus kelebihan berat badan pada anak sebesar 17-25% di berbagai negara.

BLW memberikan pengalaman pada bayi 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 (Rapley & Murkett, 2008). Persepsi positif pada makanan ini akan mengajarkan anak untuk menerima berbagai jenis rasa sehingga anak tidak memiliki kecenderungan untuk

menjadi pemilih dalam menu kesehariannya. Brown and Lee (2011) menemukan bahwa BLW berkorelasi dengan pola makan yang lebih sehat, kenyamanan anak menghabiskan makanannya, dan bayi yang lebih menikmati waktu makannya dibanding bayi yang makan dengan cara konvensional.

Pola makan yang sehat ini pada akhirnya juga memberi konsekuensi logis pada berat badan anak yang lebih ideal karena anak tidak terpacu 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 orangtua tentu akan sulit belajar berapa porsi yang sesuai untuk dirinya sendiri.

Kesempatan mengeksplorasi berbagai tekstur makanan juga menjadi pengalaman yang menyehatkan bagi tumbuh kembang anak. Perkembangan motorik sangat erat kaitannya dengan kematangan syaraf dan otot (Hurlock, 2013), oleh sebab itu untuk merangsang kematangan tersebut anak perlu diberi rangsang sensoris melalui panca inderanya.

Saat ini sebenarnya sudah banyak permainan yang bersifat *sensory play*, artinya lebih menekankan pada kemampuan anak dalam mempersepsi benda-benda di sekitarnya. Dengan pemahaman ini, BLW dapat juga dimanfaatkan sebagai sarana berlatih anak dalam mengenali berbagai tekstur, aroma, dan rasa. Proses ini akan berjalan secara alami sebab pengalaman awal dengan BLW biasanya akan didominasi perilaku menggenggam, melempar, mengendus, menjilat, dan mengecap berbagai makanan yang disediakan di hadapannya. Meskipun proses ini terlihat kotor dan merepotkan, namun sebenarnya menawarkan pengalaman belajar yang tidak memberatkan bagi anak.

Hal ini juga sejalan dengan apa yang dikemukakan Jean Piaget dalam teori perkembangan kognitifnya (Hurlock, 2013). Menurut Piaget, anak usia 0-2 tahun berada pada tahap sensor-motorik, artinya anak belajar mengenai lingkungan dan membentuk gambaran mental mengenai lingkungan tersebut melalui aktivitas fisiknya. Salah satu

implikasi konsep ini adalah, orangtua harus mau memberikan kesempatan pada anak menjelajahi lingkungannya melalui persepsi sensorisnya. Kepercayaan yang orangtua berikan akan memberikan ruang bagi anak untuk merangsang potensi intelektualnya dengan bebas. Metode BLW mendorong rasa ingin tahu anak ketika ia diberi kesempatan meraih sendiri makanannya dan menemukan berbagai rasa yang mungkin disukai atau tidak disukainya (Cameron, Heath, & Taylor 2012).

Tahap sensor motorik ini selanjutnya juga terbagi lagi dalam beberapa pola perkembangan. Pada usia 4-8 bulan anak sedang mengembangkan reaksi sirkular sekunder, di mana pada masa ini mereka akan sangat berorientasi pada objek dan memiliki kemampuan meniru yang sangat ahli. Apabila anak memegang benda yang disukai, mereka akan mampu mempertahankan fokus pada benda tersebut dalam jangka waktu lama. Pada metode BLW, proses ini akan berjalan dengan menyenangkan karena anak tidak hanya dibiarkan mengeksplorasi objek melalui tangannya tetapi juga melalui indera pengecapnya. Dengan kata lain, BLW mampu mengakomodasi kebutuhan anak untuk mengembangkan fokus pada benda-benda di sekitarnya.

Aspek perkembangan lain yang juga dapat dikembangkan melalui BLW adalah kemandirian dan kepercayaan diri. Wiyani (2014) menyebutkan bahwa salah satu tahapan perkembangan kemandirian anak di masa paling awal kehidupannya adalah kemampuan mengatur kehidupannya sendiri seperti makan dan membersihkan diri. Pada pola makan konvensional, kemandirian ini tentu akan sulit dicapai sebab tanggung jawab dalam pemilihan porsi, jenis, dan tekstur makanan ada pada orangtua. Kebanyakan orangtua justru takut memberi anak kendali akan kemandiriannya karena merasa anak belum memiliki kecakapan melakukan berbagai hal.

Di dalam metode BLW, kemandirian justru didorong muncul sejak dini namun tetap dalam pengawasan orangtua. Kemandirian ini dilatih tidak hanya ketika anak dibiarkan memilih makanannya sendiri tapi juga bagaimana anak memperlakukan makanan tersebut. Alih-alih memarahi anak karena menyemburkan atau memotong-motong makanannya, BLW melihat proses tersebut sebagai bentuk kepercayaan pada insting reflektif yang sedang berkembang pada anak

usia dini. Kemandirian dan kepercayaan diri ini di tahap perkembangan selanjutnya dapat membantu anak dalam bersosialisasi dan membuat keputusan, sehingga anak tidak memiliki kecenderungan manja dan sulit beradaptasi di lingkungan baru.

Kesimpulan

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 makanannya sendiri. BLW sangat baik diterapkan karena dapat mengurangi biaya berlebih untuk MPASI, efisien dalam hal waktu, serta memberi pengalaman awal yang menyenangkan bagi anak.

Banyak orangtua 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.

Orangtua yang memiliki anak dengan tumbuh kembang normal disarankan untuk dapat mengaplikasikan metode BLW sejak awal masa pengenalan bayi terhadap makanan. Terlebih jika sebelumnya orangtua telah mengawalinya dengan proses Inisiasi Menyusu Dini.

Minimnya data tentang metode BLW dilihat dari sudut pandang psikologi merupakan wilayah yang dapat dieksplorasi lebih lanjut oleh peneliti. Diharapkan peneliti juga dapat menggali lebih jauh pemahaman tentang BLW melalui perspektif budaya di Indonesia.

Dukungan data yang komprehensif tersebut akan mendorong para orangtua lebih aktif mengaplikasikan metode alternatif ini dalam proses tumbuh kembang putra putrinya.

Daftar Pustaka

- Abdullah, Nandiyah. 2013. Mengenal Anak Berkebutuhan Khusus. *Journal Psikologi Unwhidha Klaten*. Diakses pada 388-729-1-SM-pdf. Magistra No.86. ISSN 021-9511.
- Brown, A., Lee, M. 2011. *Maternal Control of Child Feeding During the Weaning Period: Differences Between Mothers following A Baby-Led Or Standard Weaning Approach*. *Matern. Child Nutr.* 15, 1265-1271
- Cameron, S,L., Heath, A, L., Taylor, R, W. 2012. *How Feasible is Baby-Led Weaning as an Approach to Infant Feeding? A Review of The Evidence*. *Nutrients*, 4, 1575-1609.
- Harlock, Elizabeth. 2013. *Perkembangan Anak*. Jakarta: Erlangga.
- Moore, A.P., Milligan P., Goff, L.M. 2012. *An Online Survey Of Knowledge Of The Weaning Guidelines, Advice From Health Visitor And Other Factors That Influence Weaning Timing In UK Mothers*. *Matern. Child Nutr.* Doi: 10.1111/j.1740-8709.2012.00424.x.
- Mohammad & Rattu., dkk. 2015. *Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Pelaksanaan Inisiasi Dini*. *E-Jurnal Kebidanan*. Diakses pada <http://Ejournal.unsrat.ac.id> 7462-14671-1-SM.pdf Vol.5 No.2A.
- Ramos, M., Stein, L,M. 2000. *Development Children's Eating Behavior*. *Journal de Pediatria*. Vol.76, 229-237
- Rapley, Gill & Murkett, T. 2008. *Baby Led Weaning Membantu Bayi Anda Menyukai Makanan yang Tepat*. Terjemahan oleh: Yanuarita Fitriani. 2015. Jakarta: Elex Media Komputindo.
- Rapley, G. *Canterbury Christ Church University College, Canterbury Kent, UK*. Unpublished work. 2003
- Rohman, U. 2014. *Dasar-Dasar Perkembangan Motorik dan Kognitif Dalam Proses Pendidikan Anak Usia Dini di Sekolah. Implementasi Kurikulum 2013 Terhadap Pembelajaran Dikjason*. 15-26.
- Sudjatmoko. 2011. *Masalah Makan Pada Anak*. *Damianus Journal of Medicine*; Diakses pada 283-485-1SM.pdf.html. Vol.10 No.1 hlm. 36-41.
- World Health Organization. *Infant and Young Child Feeding: Model Chapter for Textbooks for Medical Students and Allied Health Professionals*; WHO: Geneva, Switzerland, 2009
- Wiyani, N, A., 2014. *Psikologi Perkembangan Anak Usia Dini*. Yogyakarta: Gava M