



Effect of Baby Massage on Constipation in Babies Aged 6-12 Months

Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Konstipasi Pada Bayi Usia 6-12 Bulan

Asti Andriyani ^{1*}, Lusinta Agustina ²

Poltekkes Surakarta, Surakarta, Indonesia^{1,2}

ARTICLE INFORMATION

Received: 28, September, 2023

Revised: 23, November, 2023

Accepted: 28, May, 2024

KEYWORD

Baby Massage, Constipation, Babies aged 6-12 months

Pijat bayi, Konstipasi, bayi usia 6-12 bulan

CORRESPONDING AUTHOR

Nama: Asti Andriyani

Address: Poltekkes Surakarta

E-mail: usteabid@gmail.com

lusinta.agusti@gmail.com.

No. Tlp : +6281227755994

DOI 10.56013/JURNALMIDZ.V7i1.2412

ABSTRACT

Constipation is a condition where feces (feces) are retained in the large intestine for a long time due to difficulty in expelling feces. One of the causes of constipation is the absence of peristaltic movements in the large intestine, which triggers irregular bowel movements and a feeling of discomfort in the stomach. Constipation can occur in babies who start receiving complementary foods from 6 months of age. The aim is to find out the effect of baby massage on the incidence of constipation in babies aged 6-12 months. Quasi experimental (pre experimental) research design with a pre test and post test design approach. The research was carried out in Tens Village, Trucuk Klaten District from February to October 2023. The population in this study were mothers who had babies aged 6-12 months. The sample in this study was 52 mothers who had babies aged 6-12 months with constipation. The treatment group consisted of 26 respondents and the control group consisted of 26 respondents. The sampling technique in this research is purposive sampling. The research results showed the effect of baby massage on the incidence of constipation in babies aged 6-12 months.

Konstipasi adalah suatu keadaan dimana feses (tinja) tertahan di usus besar dalam waktu yang lama yang disebabkan karena kesulitan mengeluarkan feses. Salah satu penyebab terjadinya konstipasi adalah tidak adanya gerakan peristaltik di usus besar sehingga memicu buang air besar tidak teratur dan perasaan tidak nyaman di perut. Konstipasi dapat terjadi pada bayi yang mulai mendapatkan Makanan Pendamping ASI (MPASI) sejak usia 6 bulan. Tujuan diketahuinya Mengetahui pengaruh Pengaruh pijat bayi terhadap kejadian konstipasi pada bayi usia 6-12 bulan. Desain penelitian *Quasi experimental (pre eksperiment)* dengan pendekatan *pre test and post test designt*. Penelitian dilaksanakan di Desa Puluhan Kecamatan Trucuk Klaten pada bulan Februari sampai dengan Oktober 2023. Populasi dalam penelitian ini adalah ibu yang memiliki bayi yang berusia 6-12 bulan. Sampel dalam penelitian ini adalah ibu yang memiliki bayi yang berusia 6-12 bulan dengan konstipasi berjumlah 52 orang. Kelompok perlakuan sebanyak 26 responden dan kelompok kontrol sebanyak 26 responden. Teknik sampling dalam penelitian ini adalah purposive sampling. Hasil penelitian terdapat pengaruh pijat bayi terhadap kejadian konstipasi pada bayi usia 6-12 bulan.

© 2024 Andriyani, Agustina

Pendahuluan

Konstipasi merupakan keadaan feses (tinja) yang tertahan dalam usus besar dalam jangka waktu lama, hal ini disebabkan oleh kesulitan pengeluaran feses. Faktor terjadinya konstipasi adalah di dalam usus besar tidak ada gerakan peristaltik sehingga memicu buang air besar tidak teratur dan terjadi ketidaknyamanan di dalam perut (Kadim dan Endyarni, 2011).

Makanan Pendamping ASI (MPASI) diberikan sejak usia 6 bulan menjadi salah satu penyebab terjadinya konstipasi dimana makanan yang diberikan adalah makanan dengan tekstur lebih padat. Pada saat makanan padat diperkenalkan sebagai Makanan Pendamping ASI, bayi akan mengalami tekstur feses bayi dan perubahan frekuensi. Feses dengan tekstur padat dapat disebabkan oleh konsumsi makanan padat (Sudarti, 2016).

Penelitian yang dilakukan oleh (Suarsyaf, 2015) konstipasi menjadi masalah yang banyak ditemui pada anak. Terapi yang dapat dilakukan untuk mengatasi konstipasi adalah membiasakan buang air besar secara teratur dengan cara modifikasi perilaku, pemberian diet serat, laksatif, dan pendekatan psikologis. Selain itu, penanganan konstipasi adalah dengan terapi pijat. Pijat memberikan manfaat pada konstipasi dengan cara menstimulasi gerak peristaltik dan menurunkan waktu transit kolon sehingga dapat meningkatkan frekuensi buang air besar. Kelebihan pijat diantaranya tidak memiliki efek samping, dapat dilakukan sendiri oleh pasien karena pijat mudah untuk dipelejeri, dan biayanya murah.

Penelitian yang dilakukan oleh (Parasita & , Dewi, I.A, Daramatasia, 2021) responden setelah diberikan terapi pijat bayi didapatkan 12 (100 %) bayi dengan frekuensi BAB>3x dalam seminggu, 1 (8,3 %0 bayi dengan perut teraba keras, 1 (8,3 %) bayi dengan feses tipe 1 dan 1 (8,3 %) bayi dengan feses tipe 2. Hasil significancy 0.002 (<0.005) sehingga terdapat pengaruh antara pijat bayi terhadap kejadian konstipasi pada bayi.

Penelitian serupa dilakukan oleh (Kadim & Endyarni, 2016) bahwa frekuensi buang air besar pasien konstipasi fungsional mengalami peningkatan setelah diberikan terapi pijat. Jumlah pasien yang mengalami kicipirit, tinja berkonsistensi keras, berkurang lebih banyak pada kelompok yang mendapat terapi pijat dibandingkan kelompok kontrol. Jarak terlama antara BAB, lama BAB kelompok yang diberikan terapi pijat mengalami penurunan yang lebih besar dibandingkan kelompok kontrol. Waktu yang dibutuhkan untuk terjadi perbaikan terhadap konstipasi kelompok terapi pijat lebih singkat dibandingkan kelompok kontrol. Terapi pijat dapat membantu mempercepat perbaikan konstipasi kronis fungsional.

Berdasarkan Studi pendahuluan yang dilakukan di Desa Puluhan Kecamatan Trucuk dengan wawancara terhadap 10 ibu yang memiliki bayi berusia 6-12 bulan didapatkan hasil bahwa 9 bayi mengkonsumsi ASI dan MPASI serta 1 bayi yang hanya mengkonsumsi MPASI. Kejadian konstipasi didapatkan bahwa 7 bayi mengalami konstipasi dan 3 bayi tidak mengalami konstipasi. Berdasarkan uraian di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang Pengaruh Pijat Bayi terhadap kejadian Konstipasi pada Bayi Usia 6-12 Bulan.

Metode

Desain penelitian Quasi experimental (pre eksperiment) dengan menggunakan pendekatan pre test and post test design. Kelompok perlakuan diberikan intervensi berupa pijat bayi dilakukan 3x seminggu dalam waktu 30 menit setiap sesi pemijatan dan dilaksanakan selama 2 minggu sedangkan kelompok kontrol diberikan pendidikan kesehatan. Penelitian dilaksanakan di Desa Puluhan Kecamatan

Trucuk Klaten pada bulan Februari sampai dengan Oktober 2023. Populasi dalam penelitian ini adalah ibu yang memiliki bayi yang berusia 6-12 bulan. Sampel dalam penelitian ini adalah ibu yang memiliki bayi yang berusia 6-12 bulan dengan konstipasi berjumlah 52 orang. Kelompok perlakuan sebanyak 26 responden dan kelompok kontrol sebanyak 26 responden. Tehnik sampling dalam penelitian ini adalah purposive sampling yang didasarkan pada suatu pertimbangan tertentu yang dibuat oleh peneliti. Instrumen penelitian ini menggunakan kuesioner yang terdiri dari identitas responden dan Bristol Stool Chart. Analisa pre dan post menggunakan Uji paired T Test.

Hasil dan Pembahasan

Karakteristik Responden

Tabel 1 Karakteristik Responden Kelompok Kontrol

NO	Variabel	Jumlah	Prosentase
1	Umur		
	6 bulan	6	23,1 %
	7 bulan	5	19,2 %
	8 bulan	6	23,1 %
	9 bulan	2	7,7 %
	10 bulan	4	15,4 %
	11 bulan	2	7,7 %
	12 bulan	1	3,8 %
2	Frekuensi Pemberian ASI		
	3x	2	7,7 %
	4x	3	11,5 %
	5x	8	30,8 %
	6x	12	46,2 %
3	Jenis Pemberian MPASI		
	Bubur saring	4	15,4 %
	Bubur tim	21	80,8 %
	Makanan Keluarga	1	3,8 %
4	Tinja Pre Test		
	Tipe 1	4	15,4 %
	Tipe 2	22	84,6 %
5	Tinja Post Test		
	Tipe 1	3	11,5 %
	Tipe 2	18	69,2 %
	Tipe 3	5	9,2 %
	Jumlah	26	100%

Sumber : Data Primer (2023)

Berdasarkan tabel di atas usia responden paling banyak pada kelompok kontrol yaitu 6 bulan dan 8 bulan sebanyak 6 responden (23,1 %). Frekuensi pemberian ASI paling banyak 6x sebanyak 12 responden (46,2 %). Responden paling banyak mengkonsumsi bubur saring sebanyak 21 responden (80,8 %). Tekstur tinja pre test paling banyak tipe 2 sebanyak 22 responden (84,6 %), sedangkan tekstur post test paling banyak tipe 2 sebanyak 18 responden (69,2 %).

Tabel 2 Karakteristik Responden Kelompok Perlakuan

NO	Variabel	Jumlah	Prosentase
1	Umur		
	6 bulan	2	7,7 %
	7 bulan	9	34,6 %
	8 bulan	4	15,44 %
	9 bulan	3	11,5 %
	10 bulan	3	11,5 %
	11 bulan	3	11,5 %
	12 bulan	2	7,7 %
2	Frekuensi Pemberian ASI		
	4x	2	7,7 %
	5x	2	7,7 %
	6x	6	23,1 %
	7x	6	23,1 %
	8x	6	23,1 %
	9x	2	7,7 %
10x	2	7,7 %	

NO	Variabel	Jumlah	Prosentase
3	Jenis Pemberian MPASI		
	Bubur saring	2	7,7 %
	Bubur tim	22	84,6 %
	Makanan Keluarga	2	7,7 %
4	Tinja Pre Test		
	Tipe 1	4	15,4 %
	Tipe 2	24	84,6 %
5	Tinja Post Test		
	Tipe 2	11	42,3 %
	Tipe 3	14	53,8 %
	Tipe 4	1	3,8 %
	Jumlah	26	100%

Sumber : Data Primer (2023)

Berdasarkan tabel di atas usia responden paling banyak pada kelompok control yaitu 7 bulan sebanyak 9 responden (34,6 %). Frekuensi pemberian ASI paling banyak 6-8x masing-masing sebanyak 6 responden (23,1 %). Responden paling banyak mengkonsumsi bubur tim sebanyak 22 responden (84,6 %). Tekstur tinja pre test paling banyak tipe 2 sebanyak 24 responden (84,6 %), sedangkan tekstur post test paling banyak tipe 3 sebanyak 14 responden (53,8 %).

Tabel 3 Kejadian Konstipasi Pada kelompok Kontrol

	Mean	St.Dev	St. Eror Mean	Lower	Upper	t	df	Sig(2-tailed)
Pre Test - Post Yest	-.231	.587	.115	-.468	.006	-2.004	25	.056

Berdasarkan tabel 3 didapatkan nilai sign (2-tailed) sebesar 0,056 ($0,056 > 0,05$) sehingga tidak terdapat perbedaan yang signifikan yang dapat disimpulkan tidak terdapat pengaruh pijat bayi terhadap kejadian konstipasi pada bayi usia 6-12 bulan

Tabel 4 Kejadian Konstipasi Pada kelompok Perlakuan

	Mean	St.Dev	St. Eror Mean	Lower	Upper	t	df	Sig(2-tailed)
Pre Test - Post Yest	-.769	.587	.115	-1.006	-.532	-6.682	25	.000

Berdasarkan tabel 4 nilai sign (2-tailed) sebesar 0,000 ($0,000 < 0,05$) sehingga terdapat perbedaan yang signifikan sehingga terdapat pengaruh pijat bayi terhadap kejadian konstipasi pada bayi usia 6-12 bulan

Pembahasan

Kejadian Konstipasi Pada Kelompok Kontrol

Tekstur tinja paling banyak tipe 2 sebanyak 22 responden (84,6 %), Menurut (Chumpitazi, et al, 2017) konstipasi tipe 2 berbentuk seperti sosis tetapi menggumpal. Menurut (Ho & How, 2020) bahwa riwayat masa kecil dan peristiwa yang terkait dengan peningkatan risiko konstipasi antara lain penyapihan terlalu dini (6-12 bulan) dengan pengenalan makanan padat atau pengenalan susu formula pada anak yang mendapat ASI secara penuh, pelatihan toilet (2–3 tahun) dimana terdapat anak mengalami rasa takut terhadap buang air besar saat toilet training, memulai prasekolah/TK atau SD (4–7 tahun) yang merasa takut atau tidak suka menggunakan toilet apa pun selain yang ada di rumah mereka sendiri.

Hasil analisa data didapatkan nilai sign (2-tailed) sebesar 0,056 ($0,056 > 0,05$) sehingga tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara pre test dan post test pada kelompok control yang dapat

disimpulkan tidak terdapat pengaruh pijat bayi terhadap kejadian konstipasi pada bayi usia 6-12 bulan.

Sembelit adalah buang air besar yang tidak memuaskan karena jarang buang air besar, sulit buang air besar, atau buang air besar yang tampaknya tidak lengkap. Kotoran sering kali kering dan keras, dan mungkin berukuran sangat besar atau tidak normal (HERPC, 2019). Sembelit adalah buang air besar lebih sedikit tiga kali seminggu, disertai mengejan hingga menghasilkan buang air besar yang keras (Urogynecologic Society, 2016).

Pedoman umum untuk mengobati sembelit meliputi makan secara teratur, minum banyak cairan setiap hari (idealnya air putih) dan olahraga teratur. Makanan tinggi serat sangat penting dalam memperbaiki dan mencegah sembelit. Serat diperlukan untuk mendorong kontraksi seperti gelombang yang menggerakkan makanan melalui usus besar. Makanan berserat tinggi memperluas dinding bagian dalam usus besar, sehingga memudahkan jalannya tinja. Saat serat melewati usus tanpa tercerna, usus akan menyerap sejumlah besar cairan, menghasilkan tinja yang lebih lembut dan besar (Senior Colorectal Nurse Specialist, 2022).

Kejadian Konstipasi Pada Kelompok Perlakuan

Tekstur tinja sebelum dilakukan pijat bayi paling banyak tipe 2 sebanyak 24 responden (84,6 %), sedangkan tekstur setelah diberikan pijat bayi paling banyak tipe 3 sebanyak 14 responden (53,8 %). Menurut (Chumpitazi, 2017), konstipasi tipe 3 adalah seperti sosis tetapi permukaannya retak dimana tipe 3 dan 4 adalah kondisi normal.

Hasil analisa data didapatkan nilai sign (2-tailed) sebesar 0,000 ($0,000 > 0,05$) sehingga terdapat perbedaan yang signifikan antara pre test dan post test yang dapat disimpulkan terdapat pengaruh pijat bayi terhadap kejadian konstipasi pada bayi usia 6-12 bulan.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Parasita & , Dewi, I.A, Daramatasia, 2021) bahwa hasil nilai signficancy 0,014 ($>0,005$) yang berarti tidak terdapat pengaruh yang bermakna pada bayi yang mengalami konstipasi tanpa diberikan pijat bayi sedangkan pada kelompok perlakuan didapatkan nilai 0,002 ($<0,005$) yang berarti terdapat pengaruh yang bermakna pada bayi yang mengalami konstipasi yang diberikan pijat bayi. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh (Suarsyaf, 2015) bahwa Pijat dapat menstimulasi peristaltik, menurunkan waktu transit kolon, meningkatkan frekuensi buang air besar pada pasien konstipasi, dan mengurangi rasa tidak nyaman saat buang air besar. Oleh karena itu, pijat dapat menjadi salah satu terapi alternatif untuk konstipasi.

Pijat bayi dapat meningkatkan frekuensi buang air besar dan mengurangi gejala sembelit pada anak yang menderita sembelit fungsional (Liu et al., 2021). Pijat bayi sebagai terapi sentuhan memiliki banyak manfaat positif yang dapat mendukung bayi dan perkembangannya serta dapat menjadi terapi komplementer pada bayi dengan konstipasi. Pijat bayi memiliki manfaat untuk melancarkan sistem pencernaan bayi dan membantu bayi untuk relaksasi sehingga bayi tersebut merasa nyaman dan tidak rewel (Bennett C, Underdown A, 2015).

Simpulan

Pemberian terapi pijat bayi 3x dalam seminggu selama 2 minggu dapat mengurangi keluhan konstipasi pada bayi usia 6-12 bulan.

Daftar Pustaka

- Bennett C, Underdown A, B. J. (2015). Cochrane Review Summary: Massage for promoting mental and physical health in typically developing infants under the age of six months. *Primary Health Care Research & Development*, 16(1), 3–4. <https://doi.org/10.1017/S1463423614000462>
- Bruno P. Chumpitazi, Mariella M. Self, Danita I. Czyzewski¹, Sydney Cejka, Paul R. Swank, and R. J. S. (2017). Bristol Stool Form Scale Reliability and Agreement Decreases When Determining Rome III Stool Form Designations. *HHS Public: Neurogastroenterol Motil*, 176(1), 1–10. <https://doi.org/10.1111/nmo.12738>.Bristol
- HERPC. (2019). *HERPC Guideline on Management of Constipation*. 1–8. <https://www.hey.nhs.uk/wp/wp-content/uploads/2019/08/GUIDELINE-Constipation-guidelines-updated-may-19.pdf>
- Ho, J. M. D., & How, C. H. (2020). Chronic constipation in infants and children. *Singapore Medical Journal*, 61(2), 63–68. <https://doi.org/10.11622/smedj.2020014>
- Kadim, M., & Endyarni, B. (2016). Manfaat Terapi Pijat pada Konstipasi Kronis Anak. *Sari Pediatri*, 12(5), 342. <https://doi.org/10.14238/sp12.5.2011.342-6>
- Liu, Z., Gang, L., Yunwei, M., & Lin, L. (2021). Clinical Efficacy of Infantile Massage in the Treatment of Infant Functional Constipation: A Meta-Analysis. *Frontiers in Public Health*, 9(June), 663581. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2021.663581>
- Parasita, N. A., & , Dewi, I.A, Daramatasia, W. (2021). Pengaruh Pijat Bayi Sebagai Terapi Komplementer Terhadap Konstipasi Pada Bayi 6-12 Bulan. *Media Husada Journal Of Nursing Science*, 2(1), 33–39. <https://doi.org/10.33475/mhjns.v1i2.32>
- Senior Colorectal Nurse Specialist. (2022). Constipation. *Colorectal & Stoma Care Services Reference No: 5146-4, April*, 1 of 4.
- Suarsyaf, H. Z. and D. W. S. (2015). *Pengaruh Terapi Pijat terhadap Konstipasi*. 4, 98–102.
- Urogynecologic Society, A. (2016). *Constipation.pdf*.