

**Manfaat Pijat Abdomen Bayi Usia 6-12 Bulan terhadap Konstipasi
di Klinik Azzahra Nurfalalah Kecamatan Cikarang Utara
Kabupaten Bekasi**

Wiwit Desi Intarti*, Lina Karlina, Renince Siregar

Email: lk2045837@gmail.com

Prodi Sarjana Kebidanan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Medistra, Indonesia

Jln. Cut Mutia No 88 A Bekasi

Telp: (021) 82431375

Abstrak

Konstipasi merupakan keadaan yang sering ditemukan pada anak, konstipasi adalah suatu gejala sulit buang air besar yang ditandai dengan konsistensi feses keras, ukuran besar, dan penurunan frekuensi buang air besar. Berdasarkan patofisiologi, konstipasi diklasifikasikan atas konstipasi akibat kelainan organik dan konstipasi fungsional. Prevalensi konstipasi pada anak diperkirakan 0,3% - 8%. Tujuan mengetahui manfaat Pijat Abdomen Bayi usia 6–12 Bulan terhadap Konstipasi di Klinik Azzahra Nurfalalah Kec. Cikarang Utara Kabupaten Bekasi Tahun 2023. Menggunakan metode analitik dengan rancangan penelitian *Quasi Ekzperimen* dengan *pretest-posttest control group design*. Populasi dalam penelitian ini adalah bayi usia 6-12 bulan dengan konstipasi di wilayah di Klinik Azahra Nurfalalah dengan jumlah populasi sebanyak 30 responden, sampel dalam penelitian ini berjumlah 30 responden, 15 responden dilakukan pijat abdomen dan 15 responden tidak dilakukan pijat dengan menggunakan teknik pengambilan sampel secara *total sampling*. Teknik pengumpulan data menggunakan pembagian dan pengisian lembar *checklist* dan kuesioner dan dianalisis menggunakan uji *T-Test Independet*. Berdasarkan hasil uji *T-Test Independet* diperoleh nilai signifikan 0,000 yang berarti $p < 0,05$ sehingga dapat disimpulkan terdapat manfaat yang signifikan antara pijat abdomen bayi usia 6–12 bulan terhadap konstipasi di Klinik Azzahra Nurfalalah Kec. Cikarang Utara Kabupaten Bekasi Tahun 2023. Diharapkan penelitian ini dapat digunakan untuk menambah pengetahuan manfaat pijat bayi adalah membuat otot bayi lebih kuat, imunitasnya meningkat, mengurangi rasa sakit, dan melancarkan defekasi.

Kata kunci: pijat; abdomen; konstipasi; bayi.

DOI:

[10.37402/jurbidhip.vol11.iss2.266](https://doi.org/10.37402/jurbidhip.vol11.iss2.266)

Riwayat artikel:

Diterima
2023-07-27
Direvisi
2024-07-11
Diterbitkan
2024-08-16

Wiwit Desi Intarti*
Lina Karlina
Renince Siregar

Abstract

Constipation is a condition that is often found in children, constipation is a symptom of difficult bowel movements which is characterized by the consistency of hard stools, large size, and decreased frequency of bowel movements. Based on pathophysiology, constipation is classified into constipation due to organic disorders and functional constipation. The prevalence of constipation in children is estimated at 0.3% - 8%. The purpose of knowing the benefits of Abdomen Massage for Infants aged 6-12 Months Against Constipation at the Azzahra Nurfalalah Clinic, Kec. North Cikarang, Bekasi Regency in 2023. Using an analytical method with a Quasi-Experimental research design with a pretest-posttest control group design. The population in this study were infants aged 6-12 months with constipation in the Azahra Nurfalalah Clinic area with a total population of 30 respondents, the sample in this study was 30 respondents, 15 respondents had abdominal massage and 15 respondents did not have massage using a sampling technique. in total sampling. Data collection techniques used the division and filling out of checklists and questionnaires and were analyzed using the Independent T-Test test. Based on the results of the Independent T-Test test, a significant value of 0.000 was obtained, which means $p < 0.05$, so it can be concluded that there is a significant benefit between abdominal massage for babies aged 6-12 months for constipation at the Azzahra Nurfalalah Clinic, Kec. North Cikarang, Bekasi Regency in 2023. It is hoped that this research can be used to increase knowledge of the benefits of infant massage, namely making baby muscles stronger, increasing their immunity, reducing pain, and promoting defecation.

Keywords: abdominal; massage; constipation; infants.

1. Pendahuluan

Buang air besar adalah proses dikeluarkannya sisa pencernaan makanan yang tidak digunakan lagi dan harus dikeluarkan karena dapat menyebabkan penyakit. Frekuensi buang air besar setiap orang berbeda-beda. Penelitian Tunc, Weafer, Corazziari, dan Myo-khin ditemukan bahwa semakin bertambah usia, frekuensi buang air besar semakin berkurang. Hal ini dapat terjadi karena proses kematangan saluran cerna dan asupan makanan. Frekuensi buang air besar yang kurang dari normal merupakan salah satu gejala konstipasi.⁽¹⁾ Konstipasi merupakan keadaan yang sering ditemukan pada anak, konstipasi adalah suatu gejala sulit buang air besar yang ditandai dengan konsistensi feses keras, ukuran besar, dan penurunan frekuensi buang air besar. Berdasarkan patofisiologi, konstipasi diklasifikasikan atas konstipasi akibat kelainan organik dan konstipasi fungsional.⁽²⁾

Petunjuk praktis pada *World Gastroenterology Organization* (WGO) menjelaskan sebagian besar pasien menyebutkan konstipasi sebagai defekasi keras (52%), tinja seperti pil atau butir obat (44%), ketidakmampuan defekasi saat diinginkan (34%), atau defekasi yang jarang (33%). Prevalensi konstipasi pada anak diperkirakan 0,3%-8%. Hal ini sesuai dengan penelitian studi retrospektif oleh Leoning Baucke pada tahun 2005 didapatkan 2,9% prevalensi konstipasi pada usia anak sampai 1 tahun dan meningkat pada tahun kedua, yaitu sekitar 10,1%. Ilmu kesehatan modern telah membuktikan secara ilmiah bahwa terapi sentuhan dan pijat pada bayi mempunyai banyak manfaat terutama bila dilakukan berat badan

bayi memperoleh hasil bahwa pada kelompok kontrol kenaikan berat badan sebesar 6,16% sedangkan pada kelompok yang dipijat 9,44%. Prasetyono, D. S. (2009) dalam Suarsyaf et al., (2015).⁽¹⁾ Konstipasi merupakan masalah umum pada masa anak-anak, dengan prevalensi 3% di seluruh dunia. Sekitar 17% sampai 40% anak-anak yang mengalami konstipasi terjadi pada tahun pertama kelahiran.⁽³⁾

Konstipasi pada anak dimulai dari rasa nyeri saat buang air besar, karena nyeri saat buang air besar biasanya anak mulai menahan-nahan tinja agar tidak dikeluarkan untuk menghindari rasa tidak nyaman atau nyeri tersebut. Jika menahan-nahan buang air besar terus berlanjut, maka keinginan buang air besar akan berangsur hilang yang akan mengakibatkan penumpukan tinja. Proses buang air besar yang tidak lancar akan menyebabkan tinja menumpuk hingga menjadi lebih banyak dari biasanya dan dapat menyebabkan feses mengeras yang kemudian dapat berakibat pada spasme sfingter anus. Distensi rectal kronik menyebabkan kehilangan sensitifitas rektal, keinginan defekasi yang dapat berdampak pada inkontinensi afekal.⁽¹⁾

Keluhan konstipasi sering menjadi alasan orang tua mengajak anaknya berobat. Konstipasi tidak dipengaruhi oleh status sosial, ekonomi, dan jumlah anak. Penanganan konstipasi dilakukan dengan terapi farmakologi maupun non farmakologi. Terapi farmakologi dengan pemberian obat laksatif sedangkan terapi non farmakologi dengan diet dan perubahan perilaku. Salah satu terapi non farmakologi pada konstipasi adalah dengan terapi pijat.⁽⁴⁾

Pijat merupakan terapi sentuhan yang dikenal sejak berabad-abad silam. Bahkan terapi ini sudah dikenal sejak awal manusia ada di dunia. Laporan mengenai seni pijat untuk pengobatan tercatat di Papyrus Ebers, yaitu catatan kedokteran pada zaman Mesir Kuno. Di India juga ditemukan Ayur Veda, buku kedokteran tertua (sekitar tahun 1.800 sebelum masehi) menuliskan tentang terapi pijat, diet dan olahraga pada masa itu. Selain itu, sekitar 5.000 tahun yang lalu, para dokter di China dari dinasti Tang meyakini bahwa pijat adalah salah satu dari empat teknik pengobatan yang penting.⁽⁵⁾

Terapi pijat sudah dilakukan sejak jaman nenek moyang. Pijat bayi sendiri merupakan seni perawatan kesehatan bayi dengan terapi sentuh dengan teknik-teknik tertentu sehingga bermanfaat bagi kesehatan bayi. Beberapa penelitian tentang terapi pijat bayi banyak dilakukan dan memberikan dampak yang baik bila dihubungkan dengan kondisi dan penyakit pada anak. Salah satu manfaat dari terapi pijat antara lain melancarkan peredaran darah, pencernaan dan pertumbuhan.

Handajani menyatakan bahwa, "Terdapat manfaat yang nyata dari pijat bayi yang dilakukan terhadap anak usia 0-12 bulan". Serta didukung Penelitian medis yang telah membuktikan banyak manfaat dari pijat bayi dan balita.⁽⁵⁾

Pijat abdomen adalah pemijatan yang dilakukan lebih mendekati usapan-usapan halus atau rangsangan raba (taktil) yang dilakukan di permukaan kulit, manipulasi terhadap jaringan atau organ tubuh bertujuan untuk menghasilkan efek terhadap syaraf

otot, dan sistem pernafasan serta memperlancar sirkulasi darah.⁽⁶⁾

Dengan memberikan pijatan pada tubuh bayi membuat tubuh bayi mengalami penurunan hormon kortisol, yaitu hormon penyebab stres. Pijatan lembut pada abdomen dapat membantu pergerakan otot usus besar dan melegakan beberapa gejala terkait sembelit. Hal ini bisa meringankan nyeri dan rasa tak nyaman, merangsang kontraksi usus besar, serta mengurangi waktu pengeluaran feses. Beberapa penelitian tentang pijat telah dilakukan dan didapatkan terapi pijat memiliki dampak baik yang dihubungkan dengan kondisi dan penyakit pada anak. Diantara manfaat pijat bayi adalah melancarkan peredaran darah, pencernaan, dan pertumbuhan.⁽¹⁾

Keputusan Menteri Kesehatan Nomor 900/MENKES/SK/VII/2002 tentang Registrasi dan Praktek Bidan menyebutkan bahwa bidan berwenang memantau tumbuh kembang bayi melalui deteksi dini dan stimulasi tumbuh kembang. Salah satu bentuk stimulasi yang selama ini dilakukan oleh masyarakat adalah dengan pijat bayi.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Intan Rahmasari (2020) Hasil uji statistik chi square diperoleh hasil nilai $\rho=(0.000)<\alpha (0.05)$ sehingga H_0 ditolak. Hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan antara kejadian pijat bayi terhadap penurunan konstipasi di Polindes Gebang Gupot Bangkalan Madura. Upaya yang dapat dilakukan yaitu dengan memberikan terapi pijat untuk balita usia 6-12 bulan memberikan HE tentang manfaat stimulasi pijat bayi yang dapat

menurunkan konstipasi pada anak serta memperlancar sistem pencernaan dalam tubuh.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Parasita Ayu Niluh dkk (2021) Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan menggunakan Uji Wilcoxon didapatkan nilai $p=0.002$ sehingga H1 menunjukkan bahwa terdapat pengaruh bermakna dari terapi pijat bayi terhadap konstipasi pada bayi usia 6-12 bulan di Puskesmas Mojolangu - Kota Malang. Kesimpulan: Pijat bayi sebagai terapi komplementer efektif dalam mengatasi masalah konstipasi pada bayi usia 6-12 bulan di Puskesmas Mojolangu - Kota Malang.⁽²⁾

Berdasarkan latar belakang diketahui bahwa pentingnya pencegahan dan penanganan konstipasi pada bayi usia 6-12 bulan dengan *teraphy non farmakologi* yang meminimalkan resiko, maka peneliti tertarik untuk meneliti lebih lanjut “Manfaat Pijat Abdomen Bayi usia 6–12 Bulan terhadap Konstipasi di Klinik Azahra Nurfalah Kec. Cikarang Utara Kabupaten Bekasi.”

2. Metode Penelitian

Menggunakan metode analitik dengan rancangan penelitian Quasi Eksperimen dengan *pretest-posttest control group design*. Populasi dalam penelitian ini adalah bayi usia 6-12 bulan dengan konstipasi di wilayah di Klinik Azahra Nurfalah dengan jumlah populasi sebanyak 30 responden, sampel dalam penelitian ini berjumlah 30 responden, 15 responden dilakukan pijat abdomen dan 15 responden tidak dilakukan pijat dengan menggunakan teknik pengambilan sampel secara *total sampling*. Teknik pengumpulan data menggunakan pembagian dan pengisian lembar *checklist* dan kuesioner di Klinik Azzahra Nurfalah Kec. Cikarang Utara Kabupaten Bekasi dan dianalisis menggunakan uji *T-Test Independet*.

3. Hasil dan Pembahasan

Analisis univariat dalam penelitian ini dilakukan untuk mengetahui distribusi frekuensi dari konstipasi sebelum dan sesudah di Klinik Azzahra Nurfalah yang dapat dilihat dalam tabel distribusi frekuensi sebagai berikut:

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Konstipasi Pada Bayi Sebelum Pijat Abdomen

Sebelum Pijat Abdomen	Kejadian Konstipasi				Total	
	Pijat Abdomen		Tidak Pijat Abdomen		N	%
	N	%	N	%		
Konstipasi Ringan	2	6,7	15	50	17	56,7
Konstipasi Berat	13	43,3	0	0	13	43,3
Jumlah	15	50	15	50	30	100

Berdasarkan table 1 diketahui bahwa konstipasi pada bayi sebelum pijat abdomen kelompok yang dilakukan pijat abdomen memiliki proporsi lebih banyak bayi mengalami konstipasi berat sebanyak 13 orang (43,3%)

sedangkan bayi yang mengalami konstipasi ringan sebanyak 2 orang (6,7%) dan kelompok yang tidak dilakukan pijat abdomen sebagian besar konstipasi ringan sebanyak 15 orang (50%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Konstipasi Pada Bayi Setelah Pijat Abdomen

Setelah Pijat Abdomen	Kejadian Konstipasi				Total	
	Pijat Abdomen		Tidak Pijat Abdomen		N	%
	N	%	N	%		
Tidak Konstipasi	2	6,7	13	43,3	15	50
Konstipasi Ringan	13	43,3	2	6,7	15	50
Jumlah	15	50	15	50	30	100

Berdasarkan tabel 2 diketahui bahwa konstipasi pada bayi setelah pijat abdomen kelompok yang dilakukan pijat abdomen memiliki proporsi lebih banyak bayi mengalami konstipasi ringan sebanyak 13 orang (43,3%) sedangkan bayi yang mengalami tidak konstipasi sebanyak 2 orang (6,7%) dan kelompok yang tidak dilakukan pijat abdomen sebagian tidak konstipasi sebanyak 13 orang

(43,3%) sedangkan yang konstipasi ringan sebanyak 2 orang (6,7%).

Analisis bivariat merupakan analisis untuk melihat pengaruh variabel independen dengan variabel dependen, sejauh mana pengaruh tersebut bermakna secara statistik. Analisis bivariat dalam penelitian ini merupakan analisis variabel independen yaitu penggunaan pijat abdomen dalam kelancaran buang air besar (konstipasi).

Tabel 3. Manfaat Pijat Abdomen bayi usia 6-12 bulan terhadap Konstipasi di Klinik Azzahra Nurfalalah Kec. Cikarang Utara Kabupaten Bekasi

Test Statistik	N	Mean	Lower	Upper	Std Deviasi	t	A.Sig. (2-t)
Pijat Abdomen	15	1,87	0,470	0,997	0,352	5,708	0.000
Tidak dipijat Abdomen	15	1,13	0,470	0,997			

Berdasarkan tabel 3 hasil uji *T-Test Independet* diperoleh nilai signifikan 0,000 yang berarti $p < 0,05$ sehingga dapat disimpulkan terdapat manfaat yang signifikan antara pijat abdomen bayi usia 6–12 bulan terhadap konstipasi di Klinik Azzahra Nurfalalah Kec. Cikarang Utara Kabupaten Bekasi Tahun 2023.

Pembahasan

a. Konstipasi Sebelum Pijat Abdomen
 Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa

konstipasi pada bayi sebelum pijat abdomen kelompok yang dilakukan pijat abdomen memiliki proporsi lebih banyak bayi mengalami konstipasi berat sebanyak 13 orang (43,3%) sedangkan bayi yang mengalami konstipasi ringan sebanyak 2 orang (6,7%) dan kelompok yang tidak dilakukan pijat abdomen sebagian besar konstipasi ringan sebanyak 15 orang (50%).

Buang air besar adalah proses dikeluarkannya sisa pencernaan makanan yang tidak

digunakan lagi dan harus dikeluarkan karena dapat menyebabkan penyakit. Frekuensi buang air besar setiap orang berbeda-beda. Penelitian Tunc, Weafer, Corazziari, dan Myo-khin ditemukan bahwa semakin bertambah usia, frekuensi buang air besar semakin berkurang. Hal ini dapat terjadi karena proses kematangan saluran cerna dan asupan makanan. Frekuensi buang air besar yang kurang dari normal merupakan salah satu gejala konstipasi.⁽¹⁾

Konstipasi merupakan keadaan yang sering ditemukan pada anak, konstipasi adalah suatu gejala sulit buang air besar yang ditandai dengan konsistensi feses keras, ukuran besar, dan penurunan frekuensi buang air besar. Berdasarkan patofisiologi, konstipasi diklasifikasikan atas konstipasi akibat kelainan organik dan konstipasi fungsional.⁽²⁾

Beberapa faktor yang memengaruhi defekasi dan konsistensi feses pada bayi, misalnya jenis susu (ASI-PASI), MP-ASI (konsistensi, berserat atau tidak), *toilet training* sebelum waktunya. Penelitian yang dilakukan oleh Mayriza (2016) menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara asupan serat dengan kejadian konstipasi.⁽⁴⁾

Asumsi peneliti bayi mengalami konstipasi dikarenakan asupan makanan yang diberikan oleh ibu seperti serat dimana asupan serat dalam makanan yang sesuai dengan kecukupan asupan serat perhari dapat mengurangi resiko konstipasi. Dalam penelitian ini 30 responden mengalami

konstipasi dan 15 responden melakukan pijat abdomen dan 15 responden tidak melakukan pijat abdomen, akan tetapi pada penelitian ini responden yang tidak melakukan pijat tetap mendapatkan edukasi kebutuhan cairan dan nutrisi untuk bayi dirumah.

b. Konstipasi Setelah Pijat Abdomen

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa konstipasi pada bayi setelah pijat abdomen kelompok yang dilakukan pijat abdomen memiliki proporsi lebih banyak bayi mengalami konstipasi ringan sebanyak 13 orang (43,3%) sedangkan bayi yang mengalami tidak konstipasi sebanyak 2 orang (6,7%) dan kelompok yang tidak dilakukan pijat abdomen sebagian tidak konstipasi sebanyak 13 orang (43,3%) sedangkan yang konstipasi ringan sebanyak 2 orang (6,7%).

Konstipasi pada anak dimulai dari rasa nyeri saat buang air besar, karena nyeri saat buang air besar biasanya anak mulai menahan tinja agar tidak dikeluarkan untuk menghindari rasa tidak nyaman atau nyeri tersebut. Jika menahan buang air besar terus berlanjut, maka keinginan buang air besar akan berangsur hilang yang akan mengakibatkan penumpukan tinja. Proses buang air besar yang tidak lancar akan menyebabkan tinja menumpuk hingga menjadi lebih banyak dari biasanya dan dapat menyebabkan feses mengeras yang kemudian dapat berakibat pada spasme sfingter anus. Distensi rectal kronik

menyebabkan kehilangan sensitifitas rektal, keinginan defekasi yang dapat berdampak pada inkontinensi afekal.⁽¹⁾

Konstipasi merupakan keadaan yang sering ditemukan pada anak, dan dapat menimbulkan masalah sosial maupun psikologis. Sering ditandai dengan cemas ketika defekasi karena nyeri saat buang air besar. Berdasarkan kondisi patofisiologis konstipasi diklasifikasikan menjadi konstipasi fungsional dan konstipasi akibat kelainan struktural. Menurut *The North American Society for Pediatric Gastroenterology and Nutrition* (NASPHGAN), konstipasi adalah kesulitan atau keterlambatan melakukan defekasi selama dua minggu atau lebih dan mampu menyebabkan stress pada pasien. Konstipasi dapat terjadi karena ibu memberikan makanan padat dan tidak memberikan ASI sehingga bayi mengalami gangguan saluran pencernaan dan kekurangan cairan. Apabila tidak tertangani dengan baik, konstipasi yang berat atau cukup hebat dapat terjadi obstipasi. Obstipasi ini dapat menyebabkan kanker usus yang berakibat membahayakan bagi bayi dan balita.⁽⁴⁾

Berdasarkan penelitian Wang (2015) Analisis pengaruh pijat bayi sebagai terapi komplementer terhadap bayi usia 6-12 bulan di Puskesmas Mojolangu memiliki significancy 0.002 (<0,005) artinya terdapat pengaruh bermakna antara terapi komplementer pijat bayi dengan konstipasi. Konstipasi merupakan gangguan defekasi

atau berkurangnya frekuensi buang air besar disertai dengan perubahan konsistensi tinja. Menurut Paris Consensus on Childhood Constipation Terminology menjelaskan bahwa defekasi yang terganggu selama 8 minggu minimal 2 gejala sebagai berikut : defekasi kurang dari 3x perminggu, masa tinja yang keras, masa tinja teraba di abdomen, perilaku menahan defekasi, nyeri saat defekasi. Gejala dan tanda klinis konstipasi pada anak dimulai dari rasa nyeri saat defekasi, anak akan mulai menahan tinja agar tidak dikeluarkan untuk menghindari rasa tidak nyaman yang berasal dari defekasi dan terus menahan defekasi maka keinginan defekasi akan berangsur hilang oleh karena kerusakan sensorik di kolon dan rectum sehingga akan terjadi penumpukkan tinja.⁽⁸⁾ Penanganan konstipasi pada bayi dapat dilakukan dengan memberikan terapi komplementer yaitu pijat bayi.

Asumsi peneliti, pijat dapat merangsang sistem saraf dan hormon. Pijatan merupakan rangsangan taktil di permukaan kulit dan merangsang saraf disekitarnya. Sel-sel saraf akan bekerja memberikan informasi ke otak, sehingga otak dapat menginstruksikan enzim ODC (*ornithin decarboxylase*) untuk meningkatkan produksi. Enzim tersebut bekerja untuk menjadi petunjuk bagi pertumbuhan sel dan jaringan. Pertumbuhan sel dan jaringan bermanfaat untuk memperbaiki kondisi pencernaan yang rusak akibat invasi mikroorganisme. Berdasarkan penemuan peneliti di lapangan, 15 orang bayi yang

melakukan pijat abdomen bisa mengalami perubahan tingkat konstipasinya karena pijat dapat merangsang saraf-saraf perut. Sementara 15 orang bayi tidak dilakukan pijat dari konstipasi ringan menjadi tidak konstipasi atau berhasil meskipun tidak melakukan pijat karena faktor makanan yang baik. Makanan yang kaya serat bisa memperlancar konstipasi akan tetapi kecepatan prosesnya bisa menggunakan pijat abdomen, sehingga tidak menghawatirkan ibu dan bayi. 15 orang responden yang sebelumnya sudah diberikan edukasi kebutuhan cairan dan nutrisi sehingga tetap mengami perubahan pada konstipasinya dari konstipasi ringan menjadi tidak konstipasi. Oleh karena itu penting untuk bayi > 6 bulan MPASI dengan makanan yang kaya serat.

c. Analisis Bivariat

Berdasarkan hasil uji *T-Test Independet* diperoleh nilai signifikan 0,000 yang berarti $p < 0,05$ sehingga dapat disimpulkan terdapat manfaat yang signifikan antara pijat abdomen bayi usia 6–12 bulan terhadap konstipasi di Klinik Azzahra Nurfalih Kec. Cikarang Utara Kabupaten Bekasi Tahun 2023.

Konstipasi adalah persepsi gangguan buang air besar berupa berkurangnya frekuensi buang air besar kurang dari 3 kali seminggu atau 3 hari tidak buang air besar atau buang air besar diperlukan mengejan secara berlebihan.⁽⁹⁾

Konstipasi pada bayi terjadi karena feses yang tidak dikeluarkan sehingga terjadi

distensi feses, kemudian reflek atau keinginan defekasi tertekan, sehingga tidak ada keinginan defekasi, namun tetap terjadi absorpsi air dari feses, sehingga feses menjadi keras. Konstipasi berat atau cukup hebat disebut juga dengan obstipasi, apabila seseorang menganggap remeh obstipasi ini dapat menyebabkan kanker usus yang berakibat fatal.⁽¹⁰⁾

Sebab utama konstipasi fungsional sebenarnya adalah adanya riwayat trauma sebelumnya saat berhajat, bisa karena nyeri karena tinja yang keras, atau karena toilet fobia yaitu ketakutan ke toilet akibat toilet yang jorok, ada kecoa, bau, dan lain lain. Akibat trauma tersebut anak menahan tinjanya dan tidak mau berhajat. Karena ditahan tinja akan semakin keras karena air diserap oleh dinding usus, sehingga saat anak berusaha berhajat semakin terasa sakit, karena sakit semakin ditahan oleh si anak, sehingga keadaan tersebut menjadi seperti lingkaran setan. Lingkaran setan ini harus diputus dengan cara menghilangkan trauma pada anak tersebut, dan membuat kondisi supaya anak merasa nyaman saat berhajat, tidak sakit, tidak takut dan tidak menahan tinjanya. Penyumbatan di usus besar atau rektum dapat memperlambat atau menghentikan gerakan tinja.⁽¹⁾

Menurut SDKI, PPNI (2017), etiologi konstipasi adalah fisiologis yang terdiri dari penurunan motilitas gastrointestinal, ketidakadekuatan pertumbuhan, ketidakcukupan diet, ketidakcukupan asupan serat,

ketidakcukupan asupan cairan, hingga terjadinya pengeluaran feses sulit hingga mengakibatkan konstipasi. Dan dari psikologis yaitu konfusi atau sering disebut mengganggu orientasi disertai oleh gangguan kesadaran sampai depresi yang ditandai dengan gangguan emosional hingga memengaruhi perubahan kebiasaan makanan tidak baik dan tidak teratur, ketidakadekuatan toileting, aktifitas fisik menurun, penyalahgunaan laksatif berefek dalam farmakologis, ketidakteraturan defekasi dalam menahan dorongan defekasi dan juga dalam perubahan lingkungan seperti cemas, khawatir, takut, atau stress dapat memengaruhi pergerakan usus jadi lebih lambat, akibatnya, tektur feses jadi lebih padat dan kering sehingga sulit dikeluarkan hingga menimbulkan masalah konstipasi.⁽¹¹⁾

Penyebab seringkali konstipasi pada anak adalah menahan buang air besar akibat pengalaman nyeri pada saat buang air besar sebelumnya, biasanya disertai dengan fisura ani (robekan atau belahnya lapisan anus). Kebiasaan menahan tinja (retensi tinja) yang berulang akan meregangkan rektum dan kemudian kolon sigmoid yang akan menampung bolus tinja berikutnya. Tinja yang berada di kolon akan terus mengalami reabsorpsi air dan elektrolit dan membentuk skibala (pengerasan tinja). Seluruh proses akan berulang dengan sendirinya, yaitu tinja yang keras dan besar menjadi lebih sulit dikeluarkan melalui kanal anus, dan akan

menimbulkan rasa sakit pada saat buang air besar.⁽¹⁾

Keluhan konstipasi sering menjadi alasan orang tua mengajak anaknya berobat. Konstipasi tidak dipengaruhi oleh status sosial, ekonomi, dan jumlah anak. Penanganan konstipasi dilakukan dengan terapi farmakologi maupun non farmakologi. Terapi farmakologi dengan pemberian obat laksatif sedangkan terapi non farmakologi dengan diit dan perubahan perilaku. Salah satu terapi non farmakologi pada konstipasi adalah dengan terapi pijat.⁽⁴⁾

Pijat merupakan terapi sentuhan yang dikenal sejak berabad-abad silam. Bahkan terapi ini sudah dikenal sejak awal manusia ada di dunia. Laporan mengenai seni pijat untuk pengobatan tercatat di Papyrus Ebers, yaitu catatan kedokteran pada zaman Mesir Kuno. Di India juga ditemukan Ayur Veda, buku kedokteran tertua (sekitar tahun 1.800 sebelum masehi) menuliskan tentang terapi pijat, diet dan olahraga pada masa itu. Selain itu, sekitar 5.000 tahun yang lalu, para dokter di China dari dinasti Tang meyakini bahwa pijat adalah salah satu dari empat teknik pengobatan yang penting.⁽⁵⁾

Terapi pijat sudah dilakukan sejak jaman nenek moyang. Pijat bayi sendiri merupakan seni perawatan kesehatan bayi dengan terapi sentuh dengan teknik-teknik tertentu sehingga bermanfaat bagi kesehatan bayi. Beberapa penelitian tentang terapi pijat bayi banyak dilakukan dan memberikan dampak yang baik

bila dihubungkan dengan kondisi dan penyakit pada anak. Salah satu manfaat dari terapi pijat antara lain melancarkan peredaran darah, pencernaan dan pertumbuhan. Handajani menyatakan bahwa, “Terdapat manfaat yang nyata dari pijat bayi yang dilakukan terhadap anak usia 0-12 bulan”. Serta didukung Penelitian medis yang telah membuktikan banyak manfaat dari pijat bayi dan balita.⁽⁵⁾

Pijat abdomen adalah pemijatan yang dilakukan lebih mendekati usapan-usapan halus atau rangsangan raba (taktil) yang dilakukan dipermukaan kulit, manipulasi terhadap jaringan atau organ tubuh bertujuan untuk menghasilkan efek terhadap syaraf otot, dan sistem pernafasan serta memperlancar sirkulasi darah.⁽⁶⁾

Penelitian yang dilakukan oleh Intan Rahmasari (2020) Hasil uji statistik chi square diperoleh hasil nilai $\rho = (0.000) < \alpha (0.05)$ sehingga H_0 ditolak. Hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan antara kejadian pijat bayi terhadap penurunan konstipasi di Polindes Gebang Gupot Bangkalan Madura. Upaya yang dapat dilakukan yaitu dengan memberikan terapi pijat untuk balita usia 6-12 bulan memberikan HE tentang manfaat stimulasi pijat bayi yang dapat menurunkan konstipasi pada anak serta memperlancar sistem pencernaan dalam tubuh.⁽¹²⁾

Penelitian yang dilakukan oleh Parasita Ayu Niluh dkk (2021) Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan menggunakan Uji Wilcoxon

didapatkan nilai $p=0.002$ sehingga H_1 menunjukkan bahwa terdapat pengaruh bermakna dari terapi pijat bayi terhadap konstipasi pada bayi usia 6-12 bulan di Puskesmas Mojolangu - Kota Malang. Kesimpulan: Pijat bayi sebagai terapi komplementer efektif dalam mengatasi masalah konstipasi pada bayi usia 6-12 bulan di Puskesmas Mojolangu - Kota Malang.⁽²⁾

Penelitian yang sama dilakukan oleh Paramitha Ida Ayu Sinta (2017) Hasil penelitian dengan uji Wilcoxon signed ranks test didapatkan hasil signifikansi lebih kecil dari $\alpha 0.000 < 0.05$, hal ini berarti H_0 ditolak, H_1 diterima dapat dikatakan bahwa terdapat pengaruh pemberian pijat bayi terhadap tingkat konstipasi pada anak usia 1 bulan – 2 tahun di Desa Junrejo, Kecamatan Junrejo, Kota Batu. Kesimpulan: terdapat pengaruh pemberian pijat bayi terhadap tingkat konstipasipada daanakusia 1 bulan – 2 tahun di Desa Junrejo, Kecamatan Junrejo, Kota Batu.⁽¹³⁾

Asumsi peneliti 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. Hasil dari penelitian peneliti, bayi-bayi yang melakukan pijat cenderung tenang dan lahap ketika makan, bayi yang dipijat tidak gampang

menangis. Orangtua jadi lebih tenang dengan kondisi bayinya. 15 bayi yang melakukan pijat dari konstipasi berat menjadi konstipasi ringan, ada pengaruh pijat abdomen. Sementara 15 bayi yang tidak melakukan pijat tetap mendapatkan edukasi kebutuhan cairan dan nutrisi untuk dilakukan dirumah sehingga tetap mengalami perubahan dari konstipasi ringan menjadi tidak konstipasi. Akan tetapi pijat abdomen yang dilakukan secara rutin dapat mengatasi konstipasi pada bayi lebih cepat dan tetap diatur asupan makan yang diberikan ke bayi dengan memberikan makanan yang kaya serat, kebutuhan cairan yang cukup, dan nutrisi yang baik.

4. Kesimpulan

Distribusi frekuensi konstipasi pada bayi sebelum pijat abdomen di Klinik Azzahra Nurfalalah yang melakukan pijat abdomen memiliki proporsi lebih banyak bayi mengalami konstipasi berat sebanyak 13 orang (43,3%) dan yang tidak dipijat abdomen sebagian besar mengalami konstipasi ringan 15 (50%).

Distribusi frekuensi konstipasi pada bayi setelah pijat abdomen di Klinik Azzahra Nurfalalah yang melakukan pijat memiliki proporsi lebih banyak bayi mengalami konstipasi ringan sebanyak 13 orang (43,3%) dan yang tidak dipijat abdomen sebagian besar tidak konstipasi 13 orang (43,3%).

Berdasarkan hasil uji *T-Test Independent* diperoleh nilai signifikan 0,000 yang berarti $p < 0,05$ sehingga dapat disimpulkan terdapat manfaat yang signifikan antara pijat abdomen bayi usia 6–12 bulan terhadap konstipasi di Klinik

Azzahra Nurfalalah Kec. Cikarang Utara Kabupaten Bekasi Tahun 2023.

5. Daftar Pustaka

- [1] Hani Zahiyyah Suarsyaf DWSR. Pengaruh Terapi Pijat terhadap Konstipasi. 2015; Available from: <https://juke.kedokteran.unila.ac.id/Index.Php/Majority/Article/View/1417/1260>
- [2] Dkk PNA. Pengaruh Pijat Bayi sebagai Terapi Komplementer terhadap Konstipasi pada Bayi 6-12 Bulan. *Media Husada J Nurs Sci*. 2021;2(1):33–9.
- [3] M M Tabbers, C DiLorenzo, M Y Berger, C Faure, M W Langendam, S Nurko, A Staiano, Y Vandenplas MAB. Evaluation and treatment of functional constipation in infants and children: evidence-based recommendations from ESPGHAN and NASPGHAN. *J Pediatr Gastroenterol Nutr*. 2014;58(2):258–74.
- [4] Wulandari, Mayriza and SZ and ES. Hubungan Antara Asupan Serat Dengan Kejadian Konstipasi Pada Pekerja di PT. Tiga Serangkai Surakarta. Diploma thesis, Universitas Muhammadiyah Surakarta; 2016.
- [5] Benninga, Zeevenhooven, Judith, Ilan J.N. Koppen and MAB. The New Rome IV Criteria for Functional Gastrointestinal Disorders in Infants and Toddlers. *Pediatr Gastroenterol Hepatol Nutr*. 2017;20(1):1–13.
- [6] Roesli. Pedoman Pijat Bayi. Jakarta: Trubus Agriwidya; 2013.

- [7] Dewi Satiti IA. Pengaruh Pijat Bayi Sebagai Terapi Komplementer Terhadap Konstipasi Pada Bayi 6-12 Bulan. *Media Husada J Nurs Sci.* 2021;2(1):33-9.
- [8] Wang X YJ. Complementary and Alternative Therapies for Chronic Constipation. *Evid Based CAM.* 2015;2015(1):1-11.
- [9] Vita Rizky Pradani S, M.Zen Rahfiludin S. Hubungan Asupan Serat, Lemak, Dan Posisi Buang Air Besar Dengan Kejadian Konstipasi Pada Lansia. *J Kesehat Masy.* 2015;
- [10] Setiawan J. Perbedaan Kejadian Konstipasi pada Bayi Usia 0-6 Bulan yang ASI Eksklusif dan Non Eksklusif. 2017; Available from: <https://journal.ibrahimy.ac.id/Index.php/Oksitosin/Article/View/363/352>
- [11] PPNI TP. Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia. Jakarta: Dewan Pengurus Pusat PPNI; 2017.
- [12] INTAN R. HUBUNGAN PIJAT BAYI DENGAN PENURUNAN KONSTIPASI PADA BAYI USIA 6-12 BULAN Di Polindes Gebang Gupot Kecamatan Bangkalan. STIKes Ngudia Husada Madura; 2020.
- [13] Sinta PIA. Hubungan Antar Manusia. Convention Center di Kota Tegal; 6-37 p.