

## Pengaruh pijat i love you terhadap konstipasi pada bayi usia 0-12 bulan

Dewi Lestari, Tutik Ekasari, Iit Ermawati

Program Studi Sarjana Kebidanan, Universitas Hafshawaty

### How to cite (APA)

Lestari,D., Ekasari,T., Ermawati, I. (2024). Pengaruh Pijat I Love You Terhadap Konstipasi Pada Bayi Usia 0-12 Bulan di Klinik Yazara. *Journal of Midwifery Care*, 5(1), 35-40.

<https://doi.org/10.34305/jmc.v5i1.1282>

### History

Received: 06 September 2024

Accepted: 19 November 2024

Published: 30 November 2024

### Corresponding Author

Dewi Lestari, Sarjana Kebidanan,  
Fakultas Ilmu Kesehatan,  
Universitas Hafshawaty;  
[dewiunhasa@gmail.com](mailto:dewiunhasa@gmail.com)



This work is licensed under a  
[Creative Commons Attribution 4.0  
International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/) / CC BY 4.0

### ABSTRAK

**Latar Belakang:** Penyakit pencernaan yang dikenal sebagai konstipasi ditandai dengan kesulitan atau penurunan frekuensi buang air besar, terjadi kurang dari tiga kali per minggu. Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 3 Maret 2023 dari 11 bayi terdapat 3 bayi yang mengalami konstipasi di klinik Yazara. Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis adanya Pengaruh Pijat I Love You Terhadap Konstipasi Pada bayi usia 0 - 12 Bulan Di Klinik Yazara.

**Metode:** Penelitian ini menggunakan metodologi One Group Pre Test Post Test menggunakan desain pree Experimental. Tes Wilcoxon adalah metode statistik yang digunakan. Dengan menggunakan teknik Accidental Sampling, 23 responden membuat sampel penelitian. SOP untuk I Love You Massage, bagan Bristol, dan lembar observasi adalah instrument yang digunakan dalam penelitian ini.

**Hasil:** Analisis bivariat menunjukkan bahwa ada efek sebelum dan sesudah pijat I Love You terhadap konstipasi pada bayi usia 0-12 bulan.dengan nilai P value 0,000  $\alpha < 0,05$ .

**Kesimpulan:** Ada pengaruh pijat I Love You Terhadap Konstipasi pada bayi usia 0 hingga 12 bulan.

**Kata Kunci :** Konstipasi, pijat, i love you, bayi, penyakit pencernaan

### ABSTRACT

**Background:** Less than three times per week, constipation is a digestive condition marked by difficulty or decreased frequency of bowel movements. Consectetur purusutfaucibus pulvinar eget velitaliquetsagittis id. Based on a preliminary study conducted on March 3 2023, of 11 babies, 3 babies experienced constipation at the Yazara clinic. The aim of this study was to analyze the effect of I Love You massage on constipation in babies aged 0 - 12 months at the Yazara Clinic.

**Method:** Pre-experiment design with one group pre-test-post-test methodology is used in this study. The Wilcoxon test is the statistical test that is applied. The research sample had 23 participants that were selected by the Accidental Sampling technique. The I Love You Massage SOP, Bristol charts, and observation sheets were the devices used in this study.

**Result :** Of the bivariate study indicate that babies between the ages of 0 and 12 months have constipation before and after receiving the I Love You massage. With  $\alpha < 0.05$ , the P value is 0.000.

**Conclusion:** The Yazara Clinic's study on the impact of I Love You massage on constipation in infants ages 0 to 12 months.

**Keyword :** Constipation, massage, i love you, baby, digestive disease

## Pendahuluan

Konstipasi adalah gangguan pencernaan yang ditandai dengan sulit atau menurunnya frekuensi buang air besar, frekuensi kurang dari 3 kali dalam seminggu (Andriyani & Agustina, 2023). Konstipasi pada anak biasanya dimulai dengan rasa nyeri ketika buang air besar, sehingga anak mulai menahan-nahan buang air besar untuk menghindari rasa nyeri tersebut (Chania & Widiani, 2022). Keinginan untuk buang air besar akan mulai memudar jika menahan buang air besar terus dilakukan. Menurut data WHO dari 2018 dalam Winalda (2022). bayi di bawah usia satu tahun mengalami sembelit sebanyak 25%. Menurut data prevalensi dari Indonesia anak yang memiliki masalah pencernaan, khususnya sembelit dan diare sebanyak 73,2%. sembelit persisten sebanyak 48% bayi baru lahir. Di Jawa Timur pada tahun 2021, 31% bayi yang minum ASI secara eksklusif melaporkan sembelit, dibandingkan dengan 27% bayi yang hanya minum susu formula (Noviana & Puspitasari, 2024).

Menurut informasi dari Dinas Kesehatan Probolinggo pada tahun 2022, bayi yang mengalami konstipasi sebanyak 25%. Menurut penelitian awal yang dilakukan pada bulan Maret, 3 dari 11 bayi baru lahir di klinik Yazara mengalami konstipasi. Konstipasi pada anak dapat disebabkan oleh faktor psikologis seperti kecemasan atau rasa malu tentang menggunakan toilet, dehidrasi, dan kekurangan makanan tinggi serat (Rosnidawati, 2023). akan menumpuk hingga lebih dari biasanya dalam proses usus yang tidak lancar, dan ini dapat menyebabkan pengerasan tinja, yang dapat menyebabkan kejang anus, distensi rektum kronis yang mengurangi sensitivitas, dan keinginan untuk buang air besar yang dapat mempengaruhi inkontinensia afektif (Bahtiar et al., 2024).

Menurut Pilihan pengobatan untuk konstipasi fungsional meliputi pendekatan farmasi dan non-farmakologis. Pengobatan farmakologis menggunakan obat pencahar dan pengobatan non farmakologis

menggunakan modifikasi diet dan perilaku. Salah satu jenis pengobatan non-farmakologis adalah terapi pijat. Kelancaran buang air besar bayi adalah manfaat lain dari terapi pijat. Bayi yang menerima terapi pijat dapat memperoleh manfaat dari peningkatan perkembangan pencernaan dan fisik (Chania & Widiani, 2022). Memfasilitasi buang air besar adalah salah satu manfaat memijat perut bayi dengan lembut, yang akan mendorong otot dan organ bayi untuk berfungsi dengan baik (Safitri et al., 2021).

Penelitian ini akan serupa dengan penelitian sebelumnya karena keduanya melakukan penelitian tentang penyembuhan konstipasi. Yang berbeda dari penelitian sebelumnya adalah peneliti memijat perut bayi usia 0 hingga 12 bulan menggunakan teknik ILU. Penelitian lebih lanjut mengenai "Pengaruh Pijat I Love You terhadap Konstipasi pada Bayi Usia 0 - 12 Bulan di Klinik Yazara" menjadi hal yang menarik untuk dilakukan oleh peneliti.

## Metode

Penelitian ini menggunakan desain pre-eksperimental dengan One group post-test pre-test. Populasi dalam penelitian ini adalah Semua bayi di Klinik Yazara antara usia 0- 12 bulan yang menderita konstipasi dengan jumlah sampel 23 bayi dengan teknik accidental sampling. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah Bristol Chart, SOP pijat I Love You, dan lembar observasi. Penelitian ini dilakukan 3 kali dalam seminggu dengan dua kali pengukuran yaitu sebelum diberikan pijat I Love You dan sesudah diberikan pijat I love You. Lama Penelitian yaitu 56 hari.

Pijat "I love you" digunakan untuk melakukan pelaksanaan pengumpulan data. Dua tahap analisis data dilakukan: tahap pertama univariat dan tahap kedua bivariat menggunakan uji statistik Wilcoxon. Penelitian telah memenuhi pedoman etika penelitian yang ditentukan dalam KEPK/066/STIKes-HPZH/III/2023.

**Hasil Univariat****Tabel 1. Distribusi frekuensi umur, jenis kelamin, tinja responden sebelum dilakukan pijat *i love you*, tinja responden setelah dilakukan pijat *i love you* di klinik yazara**

No	Variabel	Frekuensi	%
1	Umur		
	3-9 bulan	8	39,1
	9-12 bulan	14	60,9
2	Jenis Kelamin		
	Laki-Laki	12	52,2
	Perempuan	11	47,8
3	Sebelum pijat <i>I Love You</i>		
	Berat (tipe 1)	2	8,7
	Ringan (tipe 2)	21	91,3
	Normal (Tidak Konstipasi, tipe 3/4/5)	-	-
4	Setelah pijat <i>I Love You</i>		
	Berat(tipe 1)	-	-
	Ringan(tipe 2)	1	4,3
	Normal(Tidak Konstipasi, tipe 3/4/5)	22	95,7

**Hasil Bivariat****Tabel 2. Analisis pengaruh pijat *i love you* terhadap konstipasi pada bayi usia 0 - 12 bulan di klinik yazara**

Sebelum	Sesudah						Jumlah	
	Berat		Ringan		Normal (tidak konstipasi)		f	%
	F	%	F	%	F	%		
Berat (tipe 1)	0	0	1	4,3	1	4,3	2	8,7
Ringan(tipe 2)	0	0	0	0	21	91,3	21	42,9
Normal (tidak konstipasi,tipe 3/4/5)	0	0	0	0	0	0	0	0
Jumlah	0	0%	0	0	22	95,75	23	100

P value= 0,000  $\alpha$  = 0,05

Berdasarkan Data yang diperoleh pada table 1 dapat diinterpretasikan bahwa sebagian besar responden berusia antara 9-12 bulan yaitu 14 orang (60,9%). Sebagian besar responden memiliki jenis kelamin laki-laki yaitu 12 orang (52,2%). Responden hampir seluruhnya mengalami konstipasi ringan (tipe 2) yaitu sebanyak 21 orang (91,3%). Berdasarkan tabel Responden hampir seluruhnya mengalami buang air besar normal/tidak konstipasi (tipe 3/4/5) sebanyak 22 orang (95,7%).

Berdasarkan Tabel 2 menunjukkan bahwa dari 23 responden hampir seluruhnya memiliki konstipasi ringan (tipe 2) berubah menjadi normal/tidak konstipasi (tipe 3/4/5) setelah diberikan perlakuan Pijat *I Love You* yaitu sebanyak 21 orang dengan presentase

91,3%. Berdasarkan uji statistic *wilcoxon*, diketahui bahwa nilai *P Value* 0,000 dengan  $\alpha$  0,05. Karena nilai signifikansi  $< \alpha$  maka  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima yang berarti bahwa ada pengaruh Pijat *I Love You* terhadap konstipasi Pada bayi usia 0 - 12 Bulan Di Klinik Yazara.

**Pembahasan**

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum dilakukan pijat *I Love You* hampir seluruhnya mengalami konstipasi ringan (tipe 2) yaitu sebanyak 21 bayi ( 91,3%). Berdasarkan data yang diperoleh pada tabel 1 dapat diinterpretasikan bahwa umur responden sebagian besar berumur 9-12 bulan yaitu sebanyak 21 responden(60,9%). Data yang

diperoleh pada tabel 2 berdasarkan jenis kelaminnya dapat diinterpretasikan bahwa sebagian besar responden laki-laki yaitu 12 bayi (52,2%).

Pernyataan tersebut diperkuat dengan teori yang menyatakan bahwa tahun-tahun awal anak, dari 6-12 bulan, adalah puncak pertumbuhan dan perkembangan mereka (Karlina et al., 2024). Anak-anak antara usia 6 dan 12 bulan sangat penting untuk perkembangan mereka karena selama waktu ini, kebutuhan makanan mereka meningkat dan sistem pencernaan mereka beradaptasi (Dewi Satiti, 2021). Orang rata-rata memiliki lebih sedikit buang air besar seiring bertambahnya usia. Asupan makanan dan proses perkembangan saluran pencernaan mungkin harus disalahkan untuk ini. Sembelit merupakan salah satu masalah pencernaan yang disebabkan oleh penyakit ini pada bayi (Marliana et al., 2021). Peneliti juga menemukan bahwa semakin tinggi usia maka kebutuhan pencernaan juga semakin tinggi sehingga banyak terjadi di usia 9-12 bulan.

Terapi sentuhan yang memiliki banyak manfaat bagi tumbuh kembang bayi adalah pijat bayi. Ini juga dapat diberikan kepada bayi yang mengalami konstipasi sebagai pengobatan tambahan. Keuntungan pijat untuk bayi termasuk meringankan saluran pencernaan mereka dan meningkatkan relaksasi, yang membuat mereka merasa nyaman dan tidak terlalu gelisah (Sartika et al., 2023). Peneliti menemukan bahwa ketika memberikan perlakuan pada bayi yang mengalami konstipasi maka bayi tidak rewel dan nyaman ketika BAB.

Berdasarkan hasil penelitian setelah dilakukan pijat I Love You menunjukkan bahwa hampir seluruhnya dikategorikan normal atau tidak konstipasi (tipe 3/4/5) yaitu sebanyak 22 bayi (95,7%). Ada keyakinan bahwa pijatan pada tubuh dapat meningkatkan sirkulasi darah lokal. Suhu area yang dipijat sebelum dan sesudah pemijatan dapat digunakan untuk mengukur peningkatan aliran darah karena pembuluh

darah di daerah yang dipijat dilatasi dan aliran darah meningkat (Lestari & Nurwindasari, 2020).

Menurut Mohammad (2014) tekanan langsung yang diberikan pada dinding perut secara bergantian melepaskan sesi kompresi pada saluran pencernaan, mendistorsi ukuran lumen, dan mengaktifkan reseptor peregangan yang dapat memperkuat refleksi gastrokolik dan menyebabkan kontraksi usus. Dalam beberapa kondisi neurologis, pijat dapat menyebabkan gelombang rektum yang merangsang refleksi somato-otonom dan memberikan sensasi pada usus besar. Ada bukti bahwa besarnya nilai signifikansi adalah 0,000 dengan  $\alpha$  0,05 setelah melakukan uji statistik Wilcoxon. Di Klinik Yazara, pijat I Love You berdampak pada konstipasi pada bayi usia 0–12 bulan, karena nilai signifikansi  $\alpha < 0,05$ .

Sistem neurologis dan hormon dapat dirangsang dengan pijat. Pijat mengaktifkan saraf di sekitarnya dengan memberikan tekanan pada permukaan kulit. Otak akan menggunakan informasi yang dikirim oleh sel-sel saraf untuk memberi tahu enzim ODC (ornithin decarboxylase) untuk memproduksi lebih banyak dari dirinya sendiri (Nariswary et al., 2024). Enzim berfungsi sebagai penanda untuk perkembangan jaringan dan sel. Pertumbuhan sel dan jaringan membantu dalam memperbaiki sistem pencernaan yang rusak yang disebabkan oleh invasi mikroba, menurunkan kadar glukosa darah, dan meningkatkan metabolisme lainnya (Saputri et al., 2024).

Menurut peneliti pijat I Love You dapat membantu bayi mengurangi konstipasi. Pijat I Love You pada bayi biasanya membantu membuang air besar karena tekanan intra abdominal yang lebih tinggi dapat mendorong keluarnya feces. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terapi pijat I Love You memiliki efek pada penurunan konstipasi.

## Kesimpulan

Berdasarkan hasil dari penelitian tentang bagaimana pijatan I Love You memengaruhi konstipasi pada bayi baru lahir di bawah usia satu tahun. Sebagian besar responden mengalami konstipasi ringan sebelum menerima pijat I Love You, dan sebagian besar normal atau tidak mengalami sembelit setelah diberikan pijat I love You.

## Saran

Pijat I love you dapat digunakan sebagai alat untuk mengurangi konstipasi secara non farmakologi tanpa memerlukan obat-obatan. Dapat juga dijadikan tambahan informasi oleh bidan dan tenaga medis lainnya saat mendidik dan memberikan konseling kepada pasien tentang manfaat pijat I Love You untuk konstipasi pada bayi antara usia 0 hingga 12 bulan.

## Daftar Pustaka

- Andriyani, A., & Agustina, L. (2023). Gambaran Kejadian Konstipasi Pada Bayi Usia 6-12 Bulan. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Dan Lingkungan Hidup*, 8(2), 50–56. <https://doi.org/10.51544/jkmlh.v8i2.4644>
- Bahtiar, H., Nurmayani, W., Ariyanti, M., & Monalyssa, M. (2024). Hubungan Pemenuhan Kebutuhan Nutrisi terhadap Gejala Konstipasi pada Anak dengan Suspect Hirschsprung. *Jurnal Ilmiah STIKES Yarsi Mataram*, 14(2), 61–67. <https://doi.org/10.57267/jisym.v14i2.372>
- Chania, M. P., & Widiani, N. N. A. (2022). Pengaruh Baby Massage Terhadap Kejadian Konstipasi dan Dermatitis Bayi Usia 0 - 6 Bulan. *Jurnal Kebidanan : Jurnal Ilmu Kesehatan Budi Mulia*, 12(2), 207–214. <https://doi.org/10.35325/kebidanan.v12i2.327>
- Dewi Satiti, I. A. (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>
- Karlina, L., Desi Intarti, W., & Siregar, R. (2024). Manfaat Pijat Abdomen Bayi Usia 6-12 Bulan terhadap Konstipasi di Klinik Azzahra Nurfalalah Kecamatan Cikarang Utara Kabupaten Bekasi. *Jurnal Kebidanan Harapan Ibu Pekalongan*, 11(2), 89–101. <https://doi.org/10.37402/jurbidhip.vol11.iss2.266>
- Lestari, Y., & Nurwindasari, N. (2020). Pengaruh Pijat I Love You (ILU) terhadap Rehabilitasi Fungsi Pencernaan Anak Pascaoperasi Perut. *Jurnal Kesehatan*, 11(1), 86–92. <https://doi.org/10.26630/jk.v11i1.1684>
- Marliana, M. T., Kartikasari, A., & Solihah, A. A. (2021). Hubungan Pemberian Makanan Pendamping Asi (Mp-Asi) Dengan Status Gizi Bayi Usia 0-6 Bulan Di Desa Linggajaya Kecamatan Ciwaru Kabupaten Kuningan. *Journal of Midwifery Care*, 1(02), 149–156. <https://doi.org/10.34305/jmc.v1i02.303>
- Mohammad, J. (2014). Buku Ajar Gastroenterologi-Hepatologi Jilid 1. *UKK- Gastroenterologi-Hepatologi IDAI*, 126–141.
- Nariswary, P. A., Retnaningsih, R., & Ilmiah, W. S. (2024). Effect of Baby Massage on Constipation in Babies Aged 6-12 Months. *Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 7(1), 32–38. <https://doi.org/10.56013/JURNALMIDZ.V7>
- Noviana, S. R., & Puspitasari, A. I. (2024). Pengaruh Teknik Pijat I Love You terhadap Penurunan Konstipasi Pada Bayi Usia 06-12 Bulan di PMB Ani Bayu, S.Tr.Keb Karawang. *Malahayati Nursing Journal*, 6(4), 1555–1565. <https://doi.org/10.33024/mnj.v6i4.11211>
- Rosnidawati, R. (2023). Hubungan Pemberian Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) Dini dengan Kejadian

- Konstipasi pada Bayi Usia 2-6 Bulan. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 5(4), 1771–1778. <https://doi.org/https://doi.org/10.37287/jppp.v5i3.1972>
- Safitri, M., Lathifah, N. S., & Iqmy, L. O. (2021). Pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan berat badan neonatus. *Midwifery Journal*, 1(2), 94–100. <https://doi.org/https://doi.org/10.33024/mj.v1i2.3343>
- Saputri, M. A., Yulinawati, C., & Arianggara, A. W. (2024). Pengaruh Pijat Medic Pediatric sebagai Terapi Konstipasi pada Bayi Usia 6-12 Bulan. *Jurnal Riset Ilmu Kesehatan Umum Dan Farmasi (JRIKUF)*, 2(1), 144–152. <https://doi.org/10.57213/jrikuf.v2i1.160>
- Sartika, W., Herlina, S., & Qomariah, S. (2023). Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Pertumbuhan Bayi. *Jurnal Riset Kesehatan Poltekkes Depkes Bandung*, 15(1), 225–229. <https://doi.org/10.34011/juriskesbdg.v15i1.2213>
- Winalda, L., Muammar, & Adriani, L. (2022). Hubungan Pemberian Mp-Asi Secara Dini Dengan Kejadian Konstipasi Pada Bayi 0-6 Bulan. *Journal Of Nursing and Midwifery*, 4(2), 66–75.