

Pengaruh Pijat Medic Pediatric Sebagai Terapi Konstipasi Pada Bayi Usia 6-12 Bulan

Mayga Aningtia Saputri
Institut Kesehatan Mitra Bunda

Catur Yulinawati
Institut Kesehatan Mitra Bunda

Andi Wilda Arianggara
Institut Kesehatan Mitra Bunda

Address: Jl.Seraya No.1, Kota Batam
Corresponding author: andiwildaarianggara@gmail.com

Abstract. Constipation is a health problem that often occurs in infants. Based on an initial survey at the Sei Langkai health center, data was obtained that out of 10 babies, 7 of them had experienced constipation and most mothers did not know how to deal with constipation in infants. The purpose of the study was to determine the effect of Pediatric Medical Massage as a Constipation Therapy. The subjects in this study were infants aged 6-12 months. This research was carried out in the Working Area of the Sei Langkai Health Center in Batam City using Quasi Experiments with pre and posttest control design. This research was conducted in. The results showed that in the intervention group obtained a value of $p = 0.000 < 0.05$ which showed that there was an effect of Pediatric Medical Massage as a Constipation Therapy in infants aged 6-12 months, while in the control group the test results showed that the value of $p = 0.083 > 0.05$ so that it could be stated that There is no effect on the treatment of control groups against constipation in infants aged 6-12 months. The conclusion of the study is that pediatric medical massage can be a method in overcoming constipation in infants so that mothers can overcome the incidence of constipation in infants at home

Keywords: Baby; Constipation; Paediatric Medic Massage

Abstrak. Konstipasi merupakan masalah kesehatan yang sering terjadi pada bayi. Berdasarkan survey awal di puskesmas Sei Langkai diperoleh data bahwa dari 10 bayi, 7 bayi diantaranya pernah mengalami konstipasi dan sebagian besar ibu tidak mengetahui cara mengatasi konstipasi pada bayi. Tujuan penelitian untuk mengetahui Pengaruh Pijat Medik Pediatric sebagai Terapi Konstipasi. Subyek pada penelitian ini adalah Bayi Usia 6-12 Bulan. Penelitian ini dilakukan di Wilayah Kerja Puskesmas Sei Langkai Kota Batam menggunakan *Quasi Eksperimen* dengan desain *pre and posttest control design*. Penelitian ini dilakukan di. Hasil penelitian menunjukkan pada kelompok intervensi didapatkan nilai $p = 0,000 < 0,05$ yang menunjukkan bahwa terdapat Pengaruh Pijat Medik Pediatric sebagai Terapi Konstipasi pada Bayi Usia 6-12 Bulan, sedangkan pada kelompok kontrol hasil uji menunjukkan bahwa nilai $p = 0.083 > 0,05$ sehingga dapat dinyatakan bahwa tidak ada pengaruh perlakuan pada kelompok kontrol terhadap Konstipasi pada Bayi Usia 6-12 Bulan. Kesimpulan dari penelitian adalah pijat medik pediatrik dapat menjadi metode dalam mengatasi konstipasi pada bayi sehingga ibu bisa mengatasi kejadian konstipasi pada bayi di rumah

Kata kunci: Bayi; Pijat Medic Pediatric; Konstipasi

LATAR BELAKANG

Tahun pertama merupakan usia penting dalam tumbuh kembang anak. Perkembangan tahun pertama dibedakan menjadi 2, yaitu bayi baru lahir berumur 0 sampai 28 hari dan anak yang berumur 29 hari sampai 12 bulan. Pada masa 1000 hari pertama kehidupan (*window of opportunities*) atau masa emas (*golden period*), yaitu sejak janin

Received Desember 31, 2023; Accepted Januari 30, 2024; Published Januari 31, 2024

* Andi Wilda Arianggara, andiwildaarianggara@gmail.com

berada dalam kandungan ibu hingga anak berusia dua tahun (Kemenkes, 2019, 2020; Profil Kesehatan Indonesia 2021, 2022).

Usia 6 bulan merupakan usia yang memerlukan zat gizi yang maksimal dikarenakan meningkatnya proses pertumbuhan dan perkembangan bayi. Tetapi pada masa ini produksi ASI mulai menurun, sehingga diperlukan makanan tambahan sebagai pendamping ASI (MP ASI). Terjadinya peralihan zat gizi yang dicerna oleh lambung membuat berbagai masalah pencernaan (Purnamasari, 2018; Setiyaningrum & tumbuh kembangindd, 2017)

Berbagai Masalah Kesehatan Bayi yang Sering Terjadi pada bayi diantaranya adalah ISPA, observasi febris, dermatitis atopik, konjungtivitis, common cold, serumen, diare atau gangguan pencernaan, Influenza, OMA (otitis media akut), scabies, stomatitis, kolik dan konstipasi (Heryani, 2018; Pusdiknakes, 2016; Rahmasari, 2021).

Data bayi sakit enam bulan terakhir (Juni-Desember) Tahun 2022 menunjukkan bahwa kejadian Infeksi Saluran Pernapasan Akut (ISPA) sebanyak 55 kasus, Konstipasi 32 kasus, Observasi febris 17 kasus, Dermatitis Atopik 5 kasus, Konjungtivitis 4 kasus, *Common Cold* 2 kasus, Serumen 2 kasus, dan GE (gastroenteritis) (Dinkes, 2020, 2021; Puskesmas Sei Langkai, 2022)

Berdasarkan wawancara yang dilakukan di Puskesmas Sei Langkai diperoleh data bahwa sebagian besar ibu tidak mengetahui cara mengatasi konstipasi pada bayi selain memeriksakan ke Puskesmas atau fasilitas kesehatan lainnya kemudian diberikan obat-obatan. Tujuh ibu mengatakan bahwa bayinya pernah mengalami konstipasi, dan tiga ibu mengatakan bahwa bayinya belum pernah konstipasi. Ibu baru menyadari setelah bayinya rewel, BAB ≤ 3 dalam satu minggu, frekuensi tinja keras, saat BAB mengeluarkan darah. Kemudian ibu mengatakan bahwa sebelumnya belum pernah ada penyuluhan tentang konstipasi pada bayi dan penyuluhan yang pernah diberikan adalah mengenai diare pada bayi dan balita. Sehingga penulis teraik memberikan edukasi pijat medik pediatrik sebagai terapi komplementer konstipasi di daerah tersebut (Dinkes, 2020, 2021; Profil Kesehatan Kota Batam Tahun 2018, 2019; Puskesmas Sei Langkai, 2022).

Konstipasi pada bayi adalah kondisi umum yang bisa disebabkan oleh berbagai faktor, termasuk pola makan, kurangnya asupan cairan, dan pengenalan makanan padat yang terlalu dini. Ketidakseimbangan ini dapat mengganggu saluran pencernaan bayi, menyebabkan ketidaknyamanan, dan pada kasus yang lebih parah, berpotensi menjadi obstipasi, kondisi yang lebih serius yang dapat memiliki dampak jangka panjang terhadap kesehatan usus, bahkan pada usia dini (SSGI, 2022; Wulandari, 2016).

Penanganan konstipasi pada bayi memiliki pendekatan yang beragam. Ada pendekatan farmakologi, yang melibatkan penggunaan obat pencahar, namun, ada preferensi untuk pendekatan non-farmakologi karena keamanan yang lebih baik. Pendekatan non-farmakologi termasuk peningkatan asupan serat dan cairan dalam makanan, serta pijatan lembut pada bayi. Selain itu, edukasi kepada orang tua tentang pola buang air besar yang sehat dan pengenalan makanan dengan kandungan serat tinggi juga penting dalam penanganan konstipasi (Yulia & Siska, 2023).

Pijatan pada bayi, yang dikenal sebagai stimulasi pijat pediatrik, telah terbukti memiliki dampak yang signifikan pada sistem saraf, hormon, dan saluran pencernaan. Pijatan ini dapat meningkatkan penyerapan nutrisi, meningkatkan berat badan bayi, serta memicu pelepasan hormon pertumbuhan yang memengaruhi perkembangan otak.

Dalam hal manajemen konstipasi, pendekatan holistik yang mencakup perubahan pola makan, pijatan, dan edukasi kepada orang tua dapat memberikan solusi yang lebih komprehensif dan berkelanjutan. Dengan demikian, penanganan konstipasi pada bayi memerlukan pendekatan yang tidak hanya fokus pada penanganan medis tetapi juga pada perubahan gaya hidup yang sehat untuk memastikan kesehatan saluran pencernaan dan pertumbuhan bayi yang optimal (Ramadani, n.d.)

Pijat medik pediatrik merupakan teknik pemijatan khusus untuk mengatasi masalah kesehatan bayi yang lazim terjadi, diantaranya penyakit Infeksi Saluran Pernafasan Akut (ISPA), batuk pilek, demam, sesak nafas, diare, konstipasi, gangguan pencernaan lainnya seperti tidak nafsu makan, gangguan tumbuh kembang, ADHD (Attention Deficit Hyperactivity Disorder), enuresis (ngompol), torticollis (leher terpuntir) dan lain-lain (Ramadani, n.d.; Wulandari, 2016)

Hasil studi Parasita (2021) membuktikan dengan pemberian terapi komplementer pijat bayi sebanyak 3x pertemuan dalam satu minggu selama 2 minggu dengan durasi 30 menit setiap pertemuan. Selama dua minggu mendapatkan hasil sebelum diberikan intervensi terdapat 10 bayi mengalami konstipasi dengan frekuensi BAB $\leq 3x$ dalam satu minggu dan setelah diberikan intervensi didapatkan 12 bayi dengan frekuensi $>3x$ dalam satu minggu. Hasil analisis data mendapatkan hasil p value = 0,002 yang menunjukkan bahwa terdapat pengaruh bermakna dari pijat bayi terhadap konstipasi pada bayi usia 6- 12 bulan di Puskesmas Mojolangu, Kota Malang (Niluh & Ika, 2021)

Uraian diatas melatarbelakangi penulis untuk melakukan penelitian tentang Pengaruh Pijat Medik Pediatric Sebagai Terapi Konstipasi pada Bayi Usia 6-12 Bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Sei Langkai Kota Batam Tahun 2023.

KAJIAN TEORITIS

Bagian ini menguraikan teori-teori relevan yang mendasari topik penelitian dan memberikan ulasan tentang beberapa penelitian sebelumnya yang relevan dan memberikan acuan serta landasan bagi penelitian ini dilakukan. Jika ada hipotesis, bisa dinyatakan tidak tersurat dan tidak harus dalam kalimat tanya.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini mengadopsi pendekatan Quasi Eksperimen dengan desain pre and posttest control design. Pendekatan ini memungkinkan peneliti untuk melakukan evaluasi efek intervensi atau perlakuan tertentu terhadap kelompok yang berbeda dengan mengumpulkan data sebelum dan setelah intervensi dilakukan. Dalam kasus ini, penelitian ini bertujuan untuk menilai dampak intervensi atau perlakuan tertentu terhadap kejadian konstipasi pada bayi usia 6-12 bulan di Puskesmas Sei Langkai.

Pengumpulan data dilakukan secara independen oleh peneliti. Data tersebut terkait dengan kejadian konstipasi pada bayi usia 6-12 bulan di Puskesmas Sei Langkai. Metode pengumpulan data menggunakan data primer, yang diperoleh langsung dari observasi atau wawancara, serta data sekunder, yang diperoleh dari sumber yang sudah ada sebelumnya, seperti catatan medis atau data historis.

Setelah pengumpulan data, langkah selanjutnya adalah pengolahan data. Proses ini melibatkan tahapan Editing, Coding, dan Processing. Editing berkaitan dengan pemeriksaan keakuratan dan kelengkapan data, Coding mengacu pada proses penyeragaman data ke dalam kategori atau kode tertentu, sedangkan Processing melibatkan analisis dan penyusunan data agar dapat diinterpretasikan dengan lebih baik.

Analisis data dilakukan dengan menggunakan dua jenis analisis, yaitu Analisis Univariat dan Bivariat. Analisis univariat fokus pada penafsiran data tunggal atau satu variabel, sementara analisis bivariat melibatkan hubungan antara dua variabel atau lebih. Dengan menggunakan kedua jenis analisis ini, penelitian ini dapat menggali informasi tentang kejadian konstipasi pada bayi, serta memahami potensi hubungan antara variabel yang diteliti dalam penelitian tersebut.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

1. Karakteristik Responden

Tabel 1. Karakteristik Bayi menurut Jenis Kelamin

Karakteristik Bayi	Kelompok	Jenis Kelamin	Jumlah (f)	Persentase (%)
Jenis Kelamin Bayi	Pijat Medik Pediatrik	Laki-laki	7	46,7
		Perempuan	8	53,3
	Kontrol	Laki-laki	8	53,3
		Perempuan	7	46,7

Dari data dalam Tabel 1, terdapat informasi terkait pembagian responden berdasarkan jenis kelamin dalam dua kelompok yang diteliti. Kelompok pertama, yang menerima pijat medik pediatrik, terdiri dari 15 responden. Dari kelompok ini, 7 bayi (46,7%) adalah laki-laki, sementara 8 bayi (53,3%) sisanya adalah perempuan. Sementara itu, kelompok kedua, yang merupakan kelompok kontrol, juga terdiri dari 15 responden. Dalam kelompok kontrol ini, terdapat 8 bayi laki-laki (53,3%) dan 7 bayi perempuan (46,7%). Ini menggambarkan pembagian persentase antara bayi laki-laki dan perempuan dalam setiap kelompok, menunjukkan bahwa proporsi antara bayi laki-laki dan perempuan cenderung seimbang dalam kedua kelompok penelitian tersebut.

Tabel 2. Karakteristik Bayi Berdasarkan Usia Bayi di Wilayah Kerja Puskesmas Sei Langkai

Karakteristik Bayi	Kelompok	Usia Bayi	Jumlah (f)	Persentase (%)	
Usia Bayi	Pijat Medik Pediatrik	6 Bulan	2	13,3	
		7 Bulan	2	13,3	
		8 Bulan	3	20,2	
		9 Bulan	2	13,3	
		10 Bulan	2	13,3	
		11 Bulan	2	13,3	
		12 Bulan	2	13,3	
	Total				100,0
	Kontrol	6 Bulan	2	13,3	
		7 Bulan	2	13,3	
		8 Bulan	2	13,3	
		9 Bulan	4	26,8	
		10 Bulan	1	6,7	
		11 Bulan	2	13,3	
12 Bulan		2	13,3		
Total				100,0	

Tabel 2 menggambarkan karakteristik responden berdasarkan usia bayi dalam kedua kelompok penelitian. Untuk kelompok yang mendapatkan pijat medik pediatrik, dari total 15 responden, mayoritas bayi memiliki usia 8 bulan, dengan jumlah sebanyak 3 bayi (20,2%). Sedangkan, dalam kelompok kontrol, mayoritas bayi memiliki usia 9 bulan, dengan jumlah sebanyak 4 bayi (26,8%). Hal ini mengindikasikan distribusi usia bayi yang berbeda di antara dua kelompok. Meskipun mayoritas responden memiliki usia yang berbeda di setiap kelompok, perlu dicatat bahwa distribusi usia dalam kelompok tersebut tidak merata, yang berarti usia bayi dalam setiap kelompok bervariasi. Hal ini dapat menjadi pertimbangan penting dalam menganalisis efek atau perbandingan hasil antara kedua kelompok penelitian.

Tabel 3. Pengaruh Pijat Medik Pediatric Sebagai Terapi Konstipasi pada Bayi 6-12 bulan pada Kelompok Pijat Medik Pediatric di Wilayah Kerja Puskesmas Sei Langkai Kota Batam

Kejadian Konstipasi Kelompok Pijat	n	Mean	p
Sebelum Pijat Medik Pediatric	15	11.50	0.000
Setelah Pijat Medik Pediatric	15		

Tabel 3 menyajikan hasil analisis statistik yang mengindikasikan nilai p sebesar 0,000. Ketika nilai p tersebut dibandingkan dengan tingkat signifikansi yang telah ditetapkan sebelumnya (dalam hal ini 0,05), kita melihat bahwa nilai p (0,000) jauh lebih kecil daripada tingkat signifikansi yang telah ditentukan.

Ketika nilai p lebih kecil dari tingkat signifikansi yang ditetapkan ($0,000 < 0,05$), dalam konteks ini, hipotesis nol (H_0) yang menyatakan bahwa tidak ada pengaruh pijat medik pediatric sebagai terapi konstipasi pada bayi usia 6-12 bulan di wilayah kerja Puskesmas Sei Langkai Kota Batam Tahun 2023, harus ditolak. Sebagai hasilnya, hipotesis alternatif (H_a) yang menyatakan adanya pengaruh pijat medik pediatric sebagai terapi konstipasi pada bayi usia 6-12 bulan di wilayah kerja Puskesmas Sei Langkai Kota Batam Tahun 2023, diterima.

Dengan kata lain, hasil ini menunjukkan bukti yang signifikan secara statistik bahwa pijat medik pediatric memiliki pengaruh yang berarti sebagai terapi konstipasi pada bayi usia 6-12 bulan di wilayah kerja Puskesmas Sei Langkai Kota Batam pada tahun 2023.

Pembahasan

Penelitian ini mengungkapkan hasil dari analisis statistik pada tabel 3, yang menunjukkan nilai Signifikansi (Sig.) sebesar 0,000, lebih kecil dari standar yang ditetapkan, yaitu 0,05. Hasil ini mengakibatkan penolakan terhadap Hipotesis Nol (H_0) dan penerimaan Hipotesis Alternatif (H_a), yang menunjukkan bahwa pijat medik pediatrik berperan efektif sebagai terapi untuk konstipasi pada bayi usia 6-12 bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Sei Langkai Kota Batam pada tahun 2023. Temuan ini sejalan dengan berbagai studi sebelumnya yang menyoroiti efektivitas pijat bayi pada masalah yang terkait dengan sistem pencernaan.

Penelitian Walker dkk (2017) menemukan bahwa pijat bayi efektif dalam meningkatkan rata-rata frekuensi BAB pada bayi usia 3-6 bulan di puskesmas Punggur, Lampung Tengah. Hasil dari Niluh dkk (2021) menunjukkan pengaruh yang signifikan dari pijat bayi terhadap kondisi konstipasi pada bayi usia 6-12 bulan di Puskesmas Mojolangu dengan nilai signifikansi sebesar 0,002 ($<0,005$). Studi Rahmasari (2020) juga menegaskan adanya hubungan yang signifikan antara pijat bayi dan penurunan tingkat konstipasi di Polindes Gebang Gupot, Bangkalan Madura, dengan nilai $\rho = (0.000) < (0.05)$. Sementara penelitian Chania dkk (2022) menemukan perbedaan yang signifikan dalam kejadian konstipasi pada bayi usia 0-6 bulan pada kelompok yang mendapatkan pijat bayi (Chania & Widiani, 2022; Niluh & Ika, 2021; Rahmasari, 2021; Walker, 2017)

Pijat medik pediatrik, khususnya dengan fokus pada bagian perut bayi, terbukti efektif dalam mengatasi beberapa masalah kesehatan, termasuk konstipasi, ISPA, gangguan pencernaan, dan masalah pertumbuhan dan perkembangan pada bayi.

Namun, analisis statistik dengan uji Wilcoxon pada tabel 3.4 menunjukkan nilai Signifikansi (Sig.) sebesar 0,083, yang lebih besar dari standar yang ditetapkan (0,05). Hal ini menunjukkan bahwa tidak ada pengaruh yang signifikan dari Kelompok Kontrol terhadap kejadian konstipasi pada bayi usia 6-12 bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Sei Langkai Kota Batam pada tahun 2023. Kelompok kontrol menerima edukasi mengenai konstipasi pada bayi, termasuk perubahan pola makan, pemberian makanan berserat, dan memenuhi kebutuhan cairan.

Dalam penelitian ini, semua bayi sebelumnya mengalami konstipasi sebelum menjalani pijat medik pediatrik. Namun, setelah dilakukan terapi, semua bayi dalam kelompok pijat medik pediatrik berhasil BAB dalam beberapa jam. Sementara pada kelompok kontrol, 6 hari setelah kejadian konstipasi, 12 bayi (80%) masih mengalami konstipasi dan 3 bayi (20%) tidak. Sebagai rekomendasi, diperlukan edukasi kepada ibu mengenai manajemen konstipasi di rumah untuk mengurangi kepanikan saat bayi mengalami kondisi tersebut.

KESIMPULAN DAN SARAN

Dari Hasil dari uji statistik Wilcoxon menunjukkan sebuah temuan penting. Nilai signifikansi (Sig.) sebesar 0,000 yang diperoleh dari pengujian ini menunjukkan bahwa angka ini jauh lebih kecil daripada tingkat signifikansi yang telah ditetapkan sebelumnya, yakni 0,05. Karena nilai Sig. yang diperoleh jauh lebih kecil dari tingkat signifikansi yang diharapkan, maka kita memiliki bukti yang cukup kuat untuk menolak Hipotesis Nol (H_0).

Dengan menolak H₀, kita menerima Hipotesis Alternatif (H_a) yang menyatakan bahwa ada pengaruh yang signifikan dari penggunaan pijat medik pediatrik sebagai terapi untuk mengatasi konstipasi pada bayi berusia 6-12 bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Sei Langkai Kota Batam pada tahun 2023.

Artinya, terapi menggunakan pijat medik pediatrik memberikan efek yang berarti dalam mengurangi atau mengatasi kondisi konstipasi pada bayi usia 6-12 bulan. Hal ini menegaskan bahwa metode pijat ini memiliki implikasi yang signifikan sebagai solusi atau intervensi yang efektif untuk mengatasi masalah konstipasi pada bayi di wilayah tersebut pada rentang usia tersebut. Dengan demikian, pijat medik pediatrik dapat dipertimbangkan sebagai salah satu metode terapi yang efektif dan relevan untuk diterapkan dalam penanganan kasus konstipasi pada bayi pada rentang usia yang sama di berbagai fasilitas kesehatan.

DAFTAR REFERENSI

- Chania, M., & Widiani, N. N. (2022). Pengaruh Baby Massage terhadap Kejadian Konstipasi dan Dermatitis Bayi Usia 0-6 Bulan. *Jurnal Kebidanan: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 12(2).
- Dinkes. (2020). *Profil Kesehatan Kota Batam*. Dinas Kesehatan Kota Batam.
- Dinkes. (2021). *Profil Kesehatan Kota Batam*. Dinas Kesehatan Kota Batam.
- Profil Kesehatan Kota Batam Tahun 2018, (2019).
- Heryani, R. (2018). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Neonatus, Bayi Balita dan Anak Prasekolah*. Trans Info Media.
- Kemkes. (2019). *Profil Kesehatan Indonesia 2018* (R. Kurniawan, Yudianto, B. Hardhana, & T. Siswanti, Eds.). Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kemkes. (2020). Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2019. In B. Hardhana, F. Sibuea, & W. Widiyanti (Eds.), *Kemntrian Kesehatan Republik Indonesia* (Vol. 42, Issue 4). Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. <https://doi.org/10.1017/CBO9781107415324.004>
- Profil Kesehatan Indonesia 2021, (2022).
- Niluh, P., & Ika, A. (2021). Pengaruh Pijat Bayi sebagai Terapi Komplementer terhadap Konstipasi pada Bayi 6-12 bulan. *Media Husada Journal of Nursing Science*, 2(1).
- Purnamasari. (2018). Tanda Bahaya, Evaluasi, dan Tatalaksana Sembelit pada Anak. *Indonesia*.
- Pusdiknakes. (2016). *Buku Ajar Kesehatan Ibu dan Anak* (2nd ed.). Kemkes RI.
- Puskesmas Sei Langkai. (2022). *Data Jumlah Bayi Usia 6-12 bulan dan Data Kejadian Konstipasi pada Bayi Usia 6-12 Bulan*.
- Rahmasari, I. (2021). Hubungan Pijat Bayi dengan Penurunan Konstipasi pada Bayi Usia 6-12 Bulan (di Polindes Gebang Gupot Kecamatan Bangkalan). *Jurnal STIKes Ngudia Husada Madura*.

- Ramadani, R. (n.d.). Asuhan Kebidanan pada Bayi M Usia 3 Bulan dengan Seborrhea di PMB Bidan R Kota Bogor. *Poltekkes Bandung*.
- Setyaningrum, E., & tumbuh kembangindd, Mp. (2017). *TUMBUH KEMBANG ANAK USIA 0-12 TAHUN BUKU AJAR*. <https://doi.org/10.44.11>
- SSGI. (2022). *BUKU SAKU Hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2022*.
- Walker. (2017). *Enjoy Baby Massage*.
- Wulandari, M. (2016). *Hubungan anatar Asupan Serat dengan Kejadian Konstipasi pada Pekerja do PT. Tiga Serangkai Surakarta*.
- Yulia, R., & Siska, D. (2023). Asuhan Keperawatan pada An.J dengan Penerapan Teknik Effleurage tehadap Penanganan Konstipasi . *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 5(1)