

GAMBARAN KEJADIAN KONSTIPASI PADA BAYI USIA 6-12 BULAN

Asti Andriyani¹, Lusinta Agustina²

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

Email: usteabid@gmail.com,

ABSTRAK

Konstipasi merupakan suatu keadaan dimana seseorang mengalami defekasi yang tidak lebih sering dari tiga hari sekali. Konstipasi memiliki gejala seperti feses keras, ukuran besar dan terjadi penurunan frekuensi Buang Air Besar. Konstipasi dapat terjadi dari mulai bayi hingga usia dewasa. Beberapa faktor penyebab konstipasi pada bayi terjadi pada masa peralihan dari pemberian ASI eksklusif menjadi pemberian susu formula atau pengenalan makanan padat. Selain itu konsumsi makanan berserat yang rendah dan asupan cairan yang rendah atau kehilangan cairan secara berlebihan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kejadian konstipasi pada bayi usia 6-12 bulan. Jenis penelitian ini merupakan jenis penelitian deskriptif kuantitatif. Sampel dalam penelitian ini adalah ibu yang memiliki bayi yang berusia 6-12 bulan yang mengalami konstipasi dengan tehnik accidental sampling. Pengambilan data di Desa Puluhan Trucuk Klaten. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner dan Bristone Stool untuk mengetahui kriteria konstipasi pada bayi. Data diolah dengan SPSS untuk mengetahui distribusi frekuensi. Hasil dalam penelitian ini adalah umur responden paling banyak 7 bulan yaitu 14 responden (25,8%), responden mengkonsumsi ASI paling banyak 1-2x sehari yaitu 36 responden (66,7%), minum air putih yaitu 37 responden (68,5%), makan nasi tim yaitu 45 responden (83,3%), lama konstipasi 5 hari sebanyak 16 responden (29,6%) dengan tipe tinja 2 sebanyak 36 responden (66,7%). Kesimpulan Responden mengalami konstipasi tipe 2 dan lama konstipasi 5 hari untuk itu perlunya pengetahuan bagi orang tua untuk memberikan MPASI di atas usia 6 bulan, memberikan cairan yang cukup, makanan berserat, melanjutkan pemberian ASI sebagai upaya untuk meminimalkan kejadian konstipasi.

Kata kunci : Konstipasi, bayi usia 6-12 bulan

ABSTRACT

Constipation is a condition where a person experiences defecation no more often than once every three days. Constipation has symptoms such as hard, large stools and a decrease in the frequency of defecation. Constipation can occur from infancy to adulthood. Several factors that cause constipation in babies occur during the transition from exclusive breastfeeding to formula milk or the introduction of solid foods. Apart from that, consume low fiber foods and low fluid intake or excessive fluid loss. This study aims to determine the incidence of constipation in babies aged 6-12 months. This type of research is a type of quantitative descriptive research. The sample in this study were mothers who had babies aged 6-12 months who experienced constipation using accidental sampling technique. Data collection in tens of Trucuk Klaten Village. The instruments used were a questionnaire and a Bristone Stool to determine the criteria for constipation in babies. The data was processed using SPSS to determine the frequency distribution. The results in this study were that the age of the respondents was at most 7 months, namely 14 respondents (25.8%), respondents consumed breast milk at most 1-2x a day, namely 36 respondents (66.7%), drinking water, namely 37 respondents (68.5%). Conclusion: Respondents experienced type 2 constipation and constipation lasted 5 days, so parents need to know how to provide MPASI after the age of 6 months, provide sufficient fluids, fiber foods, and continue breastfeeding as an effort to minimize the incidence of constipation.

Keywords: Constipation, babies aged 6-12 months

PENDAHULUAN

Konstipasi merupakan defekasi yang tidak teratur serta terjadi pengerasan pada feses yang ditandai dengan kesulitan BAB, terasa nyeri saat BAB, frekuensi defekasi menjadi berkurang, dan terdapat retensi feses dalam rektum (Smeltzer & Bare, 2008).

Konstipasi pada anak sangat umum terjadi, dengan frekuensi mencapai 30%. Sebagian besar (96%) kasus disebabkan oleh penyebab fungsional. Penyebab konstipasi organik jarang terjadi pada anak. Penyebab konstipasi sebagai berikut: Penyakit Hirschsprung, hipotiroidisme, hiperkalsemia, spina bifida/spina bifida occulta dan konsumsi obat-obatan yang memperlambat motilitas usus (Ho & How, 2020).

Riwayat keluarga dengan konstipasi ditemukan pada 28-50% anak-anak yang mengalami konstipasi dan insiden yang lebih tinggi pada kembar monozigot dibandingkan kembar dizigotik. Sembelit cenderung terjadi pada jenis kelamin laki-laki dan perempuan di bawah 5 tahun, lebih sering terjadi pada anak perempuan di atas 13 tahun, dan puncak kejadiannya terjadi pada saat toilet training sekitar usia 2-3 tahun (Afzal et al., 2011).

Penelitian yang dilakukan oleh (Mulyani, 2019) dengan sampel dalam penelitian ini sebanyak 60 orang. Penelitian ini mengkaji tentang asupan serat, asupan cairan dan aktivitas fisik yang dikumpulkan dengan cara wawancara menggunakan *food recall* dan kuisisioner. Hasil penelitian menunjukkan bahwa prevalensi kejadian konstipasi di Puskesmas Batoh sebesar 66,7%. Hasil analisis bivariat menunjukkan ada hubungan yang bermakna antara asupan serat dengan kejadian konstipasi (p value = 0,002), ada hubungan yang bermakna antara asupan cairan dengan kejadian konstipasi (p value= 0,005), dan tidak ada hubungan yang bermakna antara aktivitas fisik dengan kejadian kontipasi (p value = 0,057). Konsumsi serat dan air sangat bermanfaat untuk meminimalkan kejadian konstipasi.

Berdasarkan studi pendahuluan terhadap 6 ibu yang memiliki balita dengan wawancara pada bulan Juli 2023 didapatkan 4 balita

mengalami konstipasi, mengkonsumsi susu formula dan air putih dengan lama konstipasi 4 hari, sedangkan 2 balita tidak mnegalami konstipasi. Berdasarkan uraian di atas, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul gambaran konstipasi pada bayi usia 6-12 bulan

METODE

Jenis penelitian ini merupakan jenis penelitian deskriptif kuantitatif. Penelitian dilaksanakan di Puluhan Trucuk Klaten pada bulan Juli sampai Desember 2023. Populasi dalam penelitian ini adalah ibu-ibu yang memiliki bayi berusia 6-12 bulan. Sampel dalam penelitian ini adalah ibu yang mempunyai bayi usia 6-12 bulan dengan konstipasi. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah teknik Accidental Sampling. Instrumen dalam penelitian ini adalah kuesioner dan untuk menentukan kriteria konstipasi menggunakan Bristone Stool. Analisis data dilakukan dengan menggunakan SPSS untuk menilai distribusi frekuensi

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Hasil

Responden dalam penelitian ini berjumlah 54 bayi berumus 6-12 bulan. Adapun data dalam penelitian ini berupa umur, konsumsi ASI, konsumsi jenis minuman, jenis MPASI, lama konstipasi dan tipe tinja yang akan disajikan dalam tabel sebagai berikut :

Tabel 1 Karakteristik Responden

Keterangan	Jumlah	Prosentase (%)
Umur		
6 bulan	9	16.7
7 bulan	14	25.8
8 bulan	10	18.5
9 bulan	5	9.3
10 bulan	8	14.8
11 bulan	5	9.3
12 bulan	3	5.6
ASI		
1-2x	36	66.7

>3x	18	33.3
Minum		
Air putih	37	68.5
Susu formula	17	31.5
MPASI		
Bubur saring	7	13
Nasi tim	45	83.3
Makanan keluarga	2	3.7
Lama konstipasi		
2 hari	11	20.4
3 hari	10	18.5
4 hari	4	7.4
5 hari	16	29.6
6 hari	10	18.5
7 hari	3	5.6
Tipe tinja		
Tipe 1	18	33.3
Tipe 2	36	66.7
Jumlah	54	100

Sumber : Data Primer (2023)

Berdasarkan tabel 1 umur responden paling banyak 7 bulan yaitu 14 responden (25,8%), responden mengkonsumsi ASI paling banyak 1-2x sehari yaitu 36 responden (66,7%), minum air putih yaitu 37 responden (68,5%), makan nasi tim yaitu 45 responden (83,3%), lama konstipasi 5 hari sebanyak 16 responden (29,6%) dengan tipe tinja 2 sebanyak 36 responden (66,7%).

2. PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian, usia responden paling banyak adalah 7 bulan, pada usia tersebut bayi sudah mengonsumsi MPASI dan ASI masih diberikan kepada bayi. Hal ini sesuai dengan (IDAI, 2015), sejak usia 6 bulan ASI saja sudah tidak dapat mencukupi kebutuhan energi, protein, zat besi, vitamin D, seng, vitamin A sehingga diperlukan Makanan Pendamping ASI yang dapat melengkapi kekurangan zat gizi makro dan mikro tersebut. Meskipun sudah tidak dapat memenuhi kebutuhan zat gizi secara lengkap, pemberian ASI tetap dianjurkan karena dibandingkan dengan susu formula bayi, ASI mengandung zat fungsional seperti imunoglobulin, hormon, oligosakarida, dan lain-lain yang tidak ada pada susu formula bayi. Usia 6-9 bulan adalah masa kritis untuk

mengenalkan makanan padat secara bertahap sebagai stimulasi keterampilan oromotor. konsistensi makanan yang diberikan sebaiknya ditingkatkan seiring bertambahnya usia. Mula-mula diberikan makanan padat berupa bubur halus pada usia 6 bulan. Makanan keluarga dengan tekstur yang lebih lunak (*modified family food*) dapat diperkenalkan sebelum usia 12 bulan. Pada usia 12 bulan anak dapat diberikan makanan yang sama dengan makanan yang dimakan anggota keluarga lain (*family food*).

Salah satu penyebab konstipasi adalah pembebraian MPASI dini. Penelitian yang dilakukan oleh (Setiawan, 2017) adanya perbedaan kejadian konstipasi pada bayi yang diberi ASI Eksklusif dan non ASI Eksklusif. Masih banyaknya kejadian konstipasi pada bayi usia 1 bulan dikarenakan bayi sudah diberi makanan selain ASI seperti (pisang, pepaya dan biskuit) sebelum usia 6 bulan atau lebih, sehingga banyak bayi yang mengalami gangguan pencernaan, kejadian ini terjadi karena kurangnya pengetahuan ibu tentang manfaat memberikan ASI.

Keberlanjutan menyusui sangat dipengaruhi oleh pengetahuan ibu. Hal ini selaras dengan penelitian yang dilakukan (Aritonang et al., 2023) didapatkan hasil uji *paired t-test* dengan nilai $p=0,000$ yang artinya ada pengaruh yang signifikan terhadap perubahan sikap ibu dalam pemberian ASI Eksklusif antara sebelum dan sesudah diberikan intervensi. Hal ini berarti Vidio Animasi tentang ASI Eksklusif di Puskesmas Limbong terbukti efektif dan memberikan sikap positif ibu tentang ASI Eksklusif. Penelitian serupa yang dilakukan oleh (Sensasi, et all, 2018) Ada hubungan pengetahuan ibu dengan tindakan pemberian ASI eksklusif. Sehingga keberhasilan pemberian ASI dilatarbelakangi oleh pengetahuan seorang ibu dan menurut (Komariah & Azizah, 2023) dukungan keluarga sangat bermanfaat dalam keberhasilan pemberian ASI.

Berdasarkan studi kohort kelahiran nasional di Jepang untuk menganalisis dampak pemberian ASI pada bayi terhadap

adanya konstipasi fungsional pada usia 3 tahun. Durasi periode menyusui yang lebih lama dan pemberian ASI eksklusif lebih awal diidentifikasi kemungkinan menurunkan risiko sembelit fungsional. Periode menyusui di awal kehidupan berkaitan dengan mikrobiota usus bahkan pada anak usia sekolah. Gangguan mikrobioma usus dini yang dipengaruhi oleh durasi periode menyusui yang lebih pendek dapat meningkatkan risiko terjadinya konstipasi fungsional di kemudian hari (Motoki et al., 2023).

Konstipasi merupakan salah satu efek samping pemberian MPASI sejak dini. Sembelit kemungkinan terjadi bila seorang ibu menyusui bayinya bukan ASI sehingga menyebabkan bayi yang baru lahir mengalami masalah sistem pencernaan dan dehidrasi. Konstipasi bisa menjadi parah atau sangat serius jika tidak ditangani dengan benar. Waktu ideal untuk mulai memberikan tambahan makanan adalah usia 6 bulan (Mona, 2018).

Gejala jenis konstipasi yang paling umum pada anak-anak (konstipasi fungsional) berupa tinja yang keras, jarang buang air besar, biasanya dikaitkan dengan gejala kembung dan sakit perut, serta inkontinensia tinja yaitu buang air besar tanpa disengaja di dalam celana dalam karena meluapnya cairan lunak tinja di sekitar kotoran padat di rektum. Konstipasi fungsional disebabkan oleh banyak faktor antara lain melibatkan faktor genetik, faktor gaya hidup seperti pola makan selama masa bayi, perubahan pola makan, seperti peralihan dari menyusui ke susu formula atau memulai makanan padat, biasanya memicu konstipasi fungsional. Namun, hubungan alergi protein susu sapi dengan konstipasi fungsional masih menjadi perdebatan, dan konstipasi terkadang dianggap disebabkan oleh alergi makanan. Perubahan histologis mukosa kolon anak-anak dengan konstipasi kronis menunjukkan adanya peradangan. Asupan serat dan cairan yang rendah menyebabkan konstipasi terutama pada anak sekolah, remaja, dan dewasa (Alnaim, 2021).

Penelitian yang dilakukan konstipasi pada siswa TK di Jatinangor sebesar 8,7%, hal ini disebabkan rendahnya asupan serat pangan. sehingga pemberian makanan berserat dapat menurunkan kejadian konstipasi (Giovanni et al., 2018).

Penelitian yang dilakukan oleh (Sherina, 2023) didapatkan hasil 9 bayi berusia <6 bulan yang mengkonsumsi susu formula mengalami konstipasi. Kandungan protein dalam ASI lebih banyak protein whey (70%) yang mudah dicerna oleh bayi sedangkan susu formula lebih banyak mengandung protein kasein (80%) dimana protein kasein lebih sulit dicerna oleh bayi sehingga lebih banyak bayi yang mengonsumsi susu formula mengalami konstipasi.

Penelitian ini menunjukkan beberapa faktor risiko seperti diet rendah serat menjadi penyebab dari masalah ini. Selain itu, anak-anak yang tinggal di daerah perkotaan dan kekurangan berat badan untuk usia secara signifikan dan independen berkaitan dengan adanya konstipasi fungsional. Manajemen pada konstipasi ini bersifat multifaktorial, fase pertama yaitu disimpaksi dan pemulihan kebiasaan buang air besar teratur tanpa rasa tidak nyaman, dan fase kedua yaitu terapi pemeliharaan, ditujukan untuk pencegahan akumulasi kembali tinja (Permata, 2021).

Hasil penelitian ini menunjukkan sebagian besar responden mempunyai tinja tipe 2. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Lacy & Patel, 2017) bahwa tinja tipe 1 dan 2 berhubungan dengan konstipasi, sedangkan tinja tipe 6 berhubungan dengan sembelit dan 7 berhubungan dengan diare, tipe 5 menunjukkan kekurangan serat makanan. Sedangkan feses tipe 3 dan 4 merupakan feses normal.

Tes alergi tidak dianjurkan mendiagnosis dugaan alergi susu sapi anak-anak dengan konstipasi. Uji coba selama satu bulan menghindari susu sapi dan protein kedelai mungkin diindikasikan pada anak-anak dengan sembelit. Selama periode ini, asupan kalsium harus ditambah dengan produk almond atau beras, atau suplementasi kalsium. Intoleransi susu dapat membaik

seiring berjalannya waktu. Produk susu dicoba dalam makanan setiap 6-12 bulan sesuai kebutuhan. Rujukan seharusnya dilakukan ke dokter spesialis anak atau spesialis anak ahli gastroenterologi/alergi jika ada kecurigaan alergi makanan. Anak-anak dianjurkan untuk konsumsi asupan serat, cairan yang cukup dan olahraga direkomendasikan untuk anak-anak dengan sembelit. Pemberian suplemen serat tidak direkomendasikan untuk anak-anak dengan konstipasi (Singh & Connor, 2018).

KESIMPULAN

Kesimpulan pada penelitian ini adalah responden mengalami konstipasi tipe 2 dan konstipasi tersebut berlangsung selama 5 hari. Orang tua dapat memberikan MPASI di atas usia 6 bulan, memberikan cairan yang cukup dan tetap memberikan ASI, serat yang cukup sebagai upaya meminimalkan kejadian sembelit pada bayi.

SARAN

1. Ibu bayi usia 6-12 bulan
Memberikan pengetahuan untuk memberikan MPASI setelah 6 bulan dan tetap melanjutkan dalam pemberian ASI, konsumsi serat dan cairan yang cukup untuk mengurangi kejadian konstipasi.
2. Peneliti Selanjutnya
Peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian upaya penanganan konstipasi pada bayi usia 6-12 bulan

REFERENSI

- Afzal, N. A., Tighe, M. P., & Thomson, M. A. (2011). Constipation in children. *Italian Journal of Pediatrics*, 37(1), 1–10. <https://doi.org/10.1186/1824-7288-37-28>
- Alnaim, A. A. (2021). Management Approach of Pediatric Constipation. *Cureus*, 13(10), 1–7. <https://doi.org/10.7759/cureus.19157>
- Aritonang, J., Gurning, R., Br Brahmana, N. E., & Tarigan, Y. G. (2023). Pengaruh Edukasi Media Vidio Animasi Tentang Asi Eksklusif Terhadap Sikap Ibu Di Wilayah Puskesmas Limbong Tahun 2023. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Dan Lingkungan Hidup*, 8(1), 29–35. <https://doi.org/10.51544/jkmlh.v8i1.4360>
- Giovanni, L., Ermaya, Y. S., & Hafsa, T. (2018). Characteristics of Functional Constipation among Kindergarten Students in Kecamatan Jatinangor, West Java, Indonesia. *Althea Medical Journal*, 5(1), 1–5. <https://doi.org/10.15850/amj.v5n1.1128>
- 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>
- IDAI. (2015). Rekomendasi Praktik Pemberian Makan Berbasis Bukti pada Bayi dan Batita di Indonesia untuk Mencegah Malnutrisi. *UKK Nutrisi Dan Penyakit Metabolik, Ikatan Dokter Anak Indonesia*. <https://doi.org/10.1017/CBO9781107415324.004>
- Komariah, E., & Azizah, A. N. (2023). DUKUNGAN KELUARGA DALAM PEMBERIAN ASI EKSKLUSIF DENGAN. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Dan Lingkungan Hidup*, 8(1), 15–21.
- Lacy, B. E., & Patel, N. K. (2017). Rome criteria and a diagnostic approach to irritable bowel syndrome. *Journal of Clinical Medicine*, 6(11). <https://doi.org/10.3390/jcm6110099>
- Motoki, N., Inaba, Y., Toubou, H., Hasegawa, K., Shibasaki, T., Tsukahara, T., Nomiyama, T., Kamijima, M., Yamazaki, S., Ohya, Y., Kishi, R., Yaegashi, N., Hashimoto, K., Mori, C., Ito, S., Yamagata, Z., Inadera, H., Nakayama, T., Sobue, T., ... Katoh, T. (2023). Impact of breastfeeding during infancy on functional constipation at 3 years of age: the Japan Environment and Children's Study. *International Breastfeeding Journal*, 18(1), 1–9. <https://doi.org/10.1186/s13006-023->

Mulyani, N. S. (2019). Asupan Serat Dan Air Sebagai Faktor Risiko Konstipasi Di Kota Banda Aceh. *Majalah Kesehatan Masyarakat Aceh (MaKMA)*, 2(1), 75. <https://doi.org/10.32672/makma.v2i1.884>

Permata, A. Y. (2021). Konstipasi Fungsional Kronis Pada Anak. *Jurnal Medika Hutama*, 02(02), 377–381.

Sensasi, Rizki Yai; Wahab, Abdul; Sibagariang, E. E. (2018). Pengetahuan dan Sikap Ibu dengan Tindakan Pemberian ASI Eksklusif di Wilayah Kerja Puskesmas Medan Denai dan Puskesmas Titi Papan KOTA MEDAN. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Dan Lingkungan Hidup*, 3(2), 25–34.

Setiawan, J. (2017). Perbedaan Kejadian Konstipasi Pada Bayi Usia 0-6 Bulan Yang Asi Eksklusif Dan Non Eksklusif. *OKSITOSIN : Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 4(2), 78–84. <https://doi.org/10.35316/oksitosin.v4i2.363>

Sherina, N. E. F. D. (2023). 14873-Article Text-48100-1-10-20230611. *Gambaran Kejadian Konstipasi Pada Bayi 2 – 6 Bulan Yang Belum MPASI*, 4, 1017–1022.

Singh, H., & Connor, F. (2018). *Paediatric Constipation 274 Clinical*. 47(5), 273–277. www.continence.org.au

Smeltzer, S. C., & Bare, B, G. 2008. Buku ajar Keperawatan Medikal Bedah. (Vol 2). Jakarta : EGC

Mona,R.2018. Pintar ASI dan Menyusui. Jakarta: Noura Books