Maternity And Neonatal : Jurnal Kebidanan
https://journal.upp.ac.id/index.php/jmn
E-ISSN : 2809 - 5731
Volume 14 (2) Tahun 2026

EFEKTIVITAS TEKNIK PIJAT I LOVE U TERHADAP KOLIK DAN POLA DEFEKASI PADA BAYI DENGAN RIWAYAT KONSUMSI SUSU FORMULA

Chyntia Widya Anggraeni Gea[1], Asti Arnoviyanti Barus[2], Icha Jumauli Gultom[3], Dina Olivia[4], Debora Paninsari*

[1,2,3,4] PUI-Gentle Baby Care ,Program Studi Sarjana Kebidanan, Fakultas Keperawatan dan Kebidanan, Universitas Prima Indonesia, Sumatera Utara, Indonesia.
*Corresponding author : deborapaninsari@unprimdn.ac.id

ABSTRAK

Kolik infantil merupakan masalah kesehatan yang masih sering terjadi pada bayi, dengan prevalensi mencapai 30–60% di dunia, sekitar 40% di Indonesia, dan 69,4% di Sumatera Utara pada bayi di bawah usia satu tahun yang mendapatkan asupan nutrisi tambahan selain ASI. Bayi dengan riwayat konsumsi susu formula juga memiliki risiko lebih tinggi mengalami gangguan pola defekasi. Salah satu intervensi nonfarmakologis yang dapat digunakan untuk mengatasi kondisi tersebut adalah teknik pijat I Love You (ILU). Tujuan peneoitian ini untuk mengetahui efektivitas pijat *I Love You* (ILU) terhadap penurunan kolik dan perbaikan pola defekasi pada bayi dengan riwayat konsumsi susu formula. Penelitian ini menggunakan desain *Quasi Experimental* dengan kelompok perlakuan dan kelompok kontrol tanpa randomisasi. Sampel berjumlah 70 bayi yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling, terdiri dari 35 bayi kelompok perlakuan dan 35 bayi kelompok kontrol. Data dikumpulkan melalui observasi dan pengukuran kondisi kolik serta pola defekasi sebelum dan sesudah intervensi. Analisis data menggunakan uji *Mann–Whitney* dengan tingkat signifikansi 0,05**.** Hasil penelitian menunjukkan bahwa pijat *I Love You* (ILU) efektif menurunkan kolik pada bayi dengan nilai *p-value* 0,000 (<0,05), *mean rank* 24,81, dan *sum of rank* 868,50. Pijat *I Love You* (ILU) juga efektif memperbaiki pola defekasi pada bayi dengan nilai *p-value* 0,000 (<0,05), *mean rank* 44,53, dan *sum of rank* 1558,50. Setelah intervensi, mayoritas bayi pada kelompok perlakuan tidak mengalami kolik dan memiliki pola defekasi normal. Simpulan dari penelitian ini adalah pijat *I Love You* (ILU) efektif dalam menurunkan kolik dan memperbaiki pola defekasi pada bayi dengan riwayat konsumsi susu formula.

Kata Kunci: Pijat *I Love You*, kolik, pola defekasi, susu formula, bayi.

ABSTRACT

Infantile colic remains a common health problem, with a global prevalence of 30–60%, approximately 40% in Indonesia, and 69.4% among infants under one year of age receiving complementary feeding in North Sumatra. Infants with a history of formula feeding are also at greater risk of developing defecation pattern disorders. One non-pharmacological intervention that may help overcome these conditions is the I Love You (ILU) massage technique. To determine the effectiveness of the I Love You (ILU) massage technique in reducing colic and improving defecation patterns in infants with a history of formula feeding. Methods This study employed a

quasi-experimental design with intervention and control groups without randomization. A total of 70 infants were selected using purposive sampling, consisting of 35 infants in the intervention group and 35 infants in the control group. Data were collected through observation and assessment of colic conditions and defecation patterns before and after the intervention. Data were analyzed using the Mann–Whitney test with a significance level of 0.05. Results: The findings showed that the I Love You (ILU) massage was effective in reducing colic in infants, with a p-value of 0.000 (<0.05), a mean rank of 24.81, and a sum of ranks of 868.50. The I Love You (ILU) massage was also effective in improving defecation patterns, with a p-value of 0.000 (<0.05), a mean rank of 44.53, and a sum of ranks of 1558.50. After the intervention, most infants in the treatment group no longer experienced colic and demonstrated normal defecation patterns. Conclusion: The I Love You (ILU) massage technique is effective in reducing colic and improving defecation patterns in infants with a history of formula feeding.

Keywords: *I Love You massage, colic, defecation pattern, formula feeding, infants.*

Pendahuluan

Kolik adalah kondisi saat bayi menangis terus-menerus tanpa alasan yang pasti. Biasanya, hal ini ditandai dengan tangisan yang berlangsung lebih dari 3 jam dalam sehari, terjadi minimal 3 hari dalam seminggu, dan berlangsung selama 3 minggu atau lebih. Kondisi ini memengaruhi sekitar 10% hingga 40% bayi di seluruh dunia dan mencapai puncaknya sekitar usia enam minggu,dengan gejala mereda pada usia tiga hingga enam bulan (Rachman & Putri, 2021). Kolik pada bayi juga merupakan penyebab umum dalam penghentian periode menyusui lebih awal sehingga dapat berujung dengan malnutrisi dan gangguan tumbuh kembang bayi. Jika kolik tidak segera ditangani dan bayi menangis melebihi durasi kolik rata-rata, tidak menutup kemungkinan terjadinya komplikasi jangka panjang seperti gangguan tidur, alergi, disfungsi keluarga, serta gangguan perilaku (Ain & Sulasdi, 2025).

Secara global, kolik dialami oleh sekitar 30–60% bayi. Angka ini cenderung lebih tinggi di negara-negara maju seperti Singapura, Amerika Serikat, dan Australia, yaitu mencapai 50–60% Berbagai penelitian juga menunjukkan adanya perbedaan prevalensi kolik dibeberapa wilayah, seperti 43,8% diTiongkok untuk bayi usia 1–2 bulan, 24,7% diEropa, dan 57,6% di Afrika, yang menegaskan adanya perbedaan kolik antar populasi (L. A. Lestari et al., 2023) Prevalensi bayi yang mengalami kolik di Eropa mencapai 24,7%, Tiongkok 43,8%, Turki 19,2%, dan data dari Malaysia 1,9%. Bayi yang mengalami keluhan kolik dengan adanya functional gastrointestinal disorders (FGIDs) sekitar 2,4 %. Selain itu, penelitian pada bayi yang memiliki gejala nyeri perut sekitar 3% bayi disebabkan karena kolik, alergi makanan mempengaruhi 10% dengan gejala gastrointestinal pada bayi kolik (Huang et al., 2021).

Di Indonesia, prevalensi kolik menggambarkan bahwa ini merupakan masalah yang cukup wajar bagi bayi. Dalam sebuah studi yang melibatkan 100 ibu dengan bayi berusia 0–12 bulan, sekitar 40% bayi dilaporkan mengalami kolik infantil menurut laporan orang tua (Hegar, 2024). Studi lain di Indonesia juga melaporkan bahwa 16,8% bayi menunjukkan tanda-tanda menangis berlebihan, yang merupakan gejala umum kolik

sebagai bentuk gangguan fungsi gastrointestinal, sehingga kolik tetap menjadi isu kesehatan yang signifikan bagi bayi (L. A. Lestari et al., 2023)

Di Sumatera Utara, angka kejadian kolik infantil tercatat sangat tinggi, di mana 69,4% bayi di bawah usia satu tahun yang mendapatkan asupan nutrisi tambahan selainASI mengalami gejala kembung dan tangisan berlebih (Paninsari et al., 2025). Fenomena klinis ini sering kali menjadi keluhan utama orang tua karena manifestasinya yang menyebabkan bayi tampak sangat gelisah akibat akumulasi gas yang terjebak dalam saluran pencernaan yang belum berkembang sempurna. Kondisi tersebut ditemukan menjadi semakin kompleks apabila bayi memiliki riwayat konsumsi susu formula, yang secara fisiologis sering kali memperberat beban kerja sistem metabolik dan ekskresi pada usus bayi. Hal ini diperparah dengan tingginya prevalensi konstipasi pada kelompok bayi yang mendapatkan susu formula, di mana angka kejadiannya mencapai rentang 45,5% hingga 50% di wilayah Medan Sunggal (Barus & Puspitasari, 2025).

Sistem pencernaan bayi sangat terbantu oleh pemberian ASI eksklusif, mengingat kandungan nutrisinya yang gampang diserap serta komponen bioaktif yang mampu menjaga keseimbangan mikrobiota usus. Dengan demikian, laporan WHO (2024) menunjukkan bahwa cakupan ASI eksklusif tingkat global untuk bayi 0–6 bulan baru mencapai 44–48%, yang menyebabkan maraknya pemberian makanan pendamping atau susu formula lebih awal dari seharusnya.Bayiyang tidak mendapatkan ASI eksklusif dan memiliki riwayat konsumsi susu formula diketahui memiliki risiko lebih besar mengalami gangguan pencernaan, karena jenis susu yang dikonsumsi dapat memengaruhi fungsi usus dan pola buang air besar. Kondisi tersebut berkontribusi terhadap munculnya keluhan kolik serta perubahan frekuensi defekasi pada bayi (Dewi, 2021).

Kolik pada bayi yang tidak ditangani dapat menyebabkan gangguan pola tidur, ditandai dengan sering terbangun dan durasi tidur yang pendek akibat rasa tidak nyaman pada saluran cerna, gangguan tidur yang berlangsung terus-menerus berpotensi mengganggu proses pemulihan tubuh dan pertumbuhan bayi (Rheinheimer & Weerth, 2025). Salah satu metode non-farmakologis yang bisa dipakai untuk menangani masalah pencernaan pada bayi adalah pijat, khususnya teknik I Love U (ILU). Berdasarkan pemahaman tentang fisiologi sistem pencernaan, pijat ILU yang dilakukan dengan mengikuti jalur anatomi usus besar dapat merangsang pergerakan usus, membantu mengeluarkan gas, serta meningkatkan kenyamanan wilayah perut bayi. Stimulasi yang diberikan oleh pijatan dapat mengaktifkan sistem saraf parasimpatis, yang memiliki peranan penting dalam meningkatkan aktivitas saluran pencernaan (Aotari et al., 2025). Cara pemberian makan yang tidak tepat, seperti teknik menyusui atau pemberian botol yang tidak sesuai, serta stres atau kecemasan pada orang tua, dapat memperparah gejala kolik dan berdampak pada pola defekasi bayi, termasuk timbulnya sembelit ringan atau perubahan frekuensi buang air besar yang tidak sesuai dengan usia bayi (Vandenplas, 2022).

Penelitian yang dilakukan sebelumnya mengungkapkan bahwa bayi yang mendapatkan pijatan ILU secara rutin menunjukkan ketenangan yang lebih baik dibandingkan sebelum diberikan intervensi. Pijatan ini efektif dalam mengurangi ketegangan otot perut yang sering kali membuat bayi merasa nyeri dan tidak nyaman (Paninsari et al., 2025). Penelitian lain juga menunjukkan bahwa teknik pijat I Love U

(ILU) dapat mengurangi frekuensi kolik pada bayi yang mengalami kembung, serta memperbaiki pola buang air besar (BAB) pada bayi yang mengalami sembelit (D. Lestari et al., 2024). Selanjutnya penelitian tentang pijat ILU pada pola defekasi yg dilakukan oleh (Aotari et al., 2025) mencatat keberhasilan pijat ILU dalam mengubah konsistensi feses bayi, bayi yang mendapatkan intervensi rutin menunjukkan perubahan tekstur feses dari yang tadinya padat dan sulit dikeluarkan menjadi lebih lunak dan mudah dikeluarkan tanpa menimbulkan rasa sakit pada anus. Keberhasilan ini sangat krusial bagi bayi pengguna susu formula, karena protein dan lemak kompleks dalam sufor seringkali memperlambat proses pencernaan.

Berdasarkan uraian permasalahan yang telah, bayi dengan Riwayat konsumsi susu formula sering mengalami kolik dan gangguan pola defekasi akibat imaturitas system pencernaan. Penelitian di Klinik Bidan Wanti ini digagas untuk menguji sejauh mana terapi pijat I Love U berkhasiat menurunkan kolik dan memperbaiki kebiasaan BAB pada bayi bersusu formula. Langkah ini diambil guna menghadirkan acuan ilmiah bagi layanan kebidanan yang tepat sasaran. Pasalnya, tingkat keberhasilan terapi fisik non-obat ini masih cukup beragam pada tiap anak, meski teknik stimulasi I Love U tersebut secara umum dipercaya mampu melancarkan pergerakan usus serta meredakan rasa tidak nyaman pada bayi.

Metode

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif yang menerapkan desain Quasi Experimental dengan tujuan menganalisis Efektivitas Teknik Pijat I Love U terhadap Kolik dan Pola Defekasi dengan Riwayat Konsumsi Susu Formula. Penelitian ini melibatkan kelompok perlakuan dan kelompok pembanding tanpa proses randomisasi. Data diperoleh melalui pengukuran kondisi kolik dan pola defekasi bayi pada periode sebelum pelaksanaan intervensi serta setelah teknik pijat I Love U diterapkan. Penelitian ini dilaksanakan di Klinik Bidan Wanti, dengan beberapa pertimbangan, antara lain :

1. Klinik Bidan Wanti memiliki jumlah bayi kolik yang mencukupi untuk dijadikan responden penelitian.
2. Bidan Wanti merupakan fasilitas pelayanan kesehatan ibu dan anak yang aktif memberikan pelayanan kebidanan, sehingga mendukung penelitian secara optimal.

Populasi dalam penelitian ini adalah bayi yang mengalami kolik dengan riwayat konsumsi susu formula dengan populasi 171 orang. Sebanyak 70 partisipan ditetapkan sebagai sampel melalui kalkulasi yang telah dilakukan sebelumnya. Dengan mengusung metode eksperimen semu (*quasi-experiment)* berpendekatan kuantitatif, responden dibagi rata menjadi dua sub kelompok 35 orang mendapatkan manipulasi pijat I Love U kelompok intervensi dan 35 orang sisanya dijadikan kelompok kontrol. Digunakan untuk menentukan partisipan, riset ini mengaplikasikan strategi *purposive sampling* sebuah metode non probability yang menyeleksi subjek berdasarkan kriteria spesifik yang selaras dengan sasaran penelitian (Sugiyono, 2022). Analisis bivariat digunakan untuk mengevaluasi pengaruh intervensi pijat I Love U pada kejadian kolik dan kelancaran buang air besar (BAB) bayi, penelitian ini mengoperasikan pengujian bivariat. Komparasi kondisi pra dan pasca-perlakuan dievaluasi melalui Paired *t*-test bilamana sebaran data

terbukti berdistribusi normal; jika syarat tersebut gugur, analisis dialihkan ke uji Wilcoxon. Adapun perbedaan antar kelompok eksperimen dan kelompok pembanding diukur menggunakan teknik Mann-Whitney. Seluruh kalkulasi statistik didasarkan pada ambang batas $\alpha = 0{,}05$ di mana perolehan *p-value* $\leq 0{,}05$ mengonfirmasi bahwa hipotesis kerja H_0 ditolak (ada pengaruh yang signifikan).

Hasil

Peneliti akan menguraikan hasil penelitian yang telah dilakukan dalam bentuk tabel terbuka untuk memperlihatkan efektivitas terapi pijat I Love You terhadap kolik bayi dan pola defekasi pada bayi.

Tabel 1. Distribusi frekuensi kategori kolik kelompok perlakuan sebelum dan sesudah tindakan

Kelompok perlakuan	Jumlah (n) Pretest	(%)	Posttest	(%)
Tidak ada kolik (8-12)	0	0%	24	68,6%
Kolik ringan (13-18)	22	62,9%	9	25,7%
Kolik berat(19-24)	13	37,1%	2	5,7%
Total	35	100%	35	

Hasil tabel menunjukkan kelompok perlakuan sebelum tindakan, mayoritas bayi mengalami kolik ringan dengan jumlah 22 bayi (62,9%). Setelah tindakan, mayoritas bayi mengalami perbaikan kolik dimana terdapat 24 bayi (68,6%) menjadi tidak ada kolik.

Tabel 2. Distribusi frekuensi pola defekasi kelompok perlakuan sebelum dan sesudah tindakan

Kelompok perlakuan	Jumlah (n) Pretest	(%)	Posttest	(%)
Tidak normal (5-8)	16	45,7%	3	8,6%
Kurang baik (9-11)	29	54,3%	8	22,9%
Normal (12-15)	0	0%	24	68,6%
Total	35	100%	35	100%

Hasil tabel menunjukkan pola defekasi sebelum dan sesudah tindakan pada kelompok perlakuan ada perbedaan yang signifikan. Sebelum tindakan mayoritas berada dikategori pola defekasi kurang baik dengan jumlah 29 bayi (54,3%). Setelah Tindakan mayoritas berada dikategori normal dengan jumlah 24 bayi (68,6%).

Tabel 3. Distribusi frekuensi kategori kolik kelompok kontrol sebelum dan sesudah tindakan

Kelompok kontrol	Jumlah (n)			
	Pretest	(%)	Posttest	(%)
Tidak ada kolik (8-12)	0	0%	5	14,3%
Kolik ringan (13-18)	22	62,9%	17	48,6%
Kolik berat (19-24)	13	37,1%	13	37,1%
Total	35	100%	35	100%

Kategori kolik sebelum dan sesudah pada kelompok kontrol tidak menunjukkan perbedaan yang signifikan dimana kategori kolik sebelum mayoritas mengalami kolik ringan dengan jumlah 22 bayi (62,9%) dan kategori kolik setelah juga, mayoritas mengalami kolik ringan dengan jumlah 17 bayi (48,6%).

Tabel 4. Distribusi frekuensi pola defekasi kelompok kontrol sebelum dan sesudah tindakan

Kelompok kontrol	Jumlah (n)			
	Pretest	(%)	Posttest	(%)
Tidak normal (5-8)	13	37,1%	11	31,4%
Kurang baik (9-11)	22	62,9%	17	48,6%
Normal (12-15)	0	0%	7	20%
Total	35	100%	35	100%

Pola defekasi sebelum dan sesudah pada kelompok kontrol menunjukkan perbedaan yang tidak begitu signifikan. Sebelum tindakan, mayoritas berada di kategori kurang baik dengan jumlah 22 orang (62,9%) dan setelah tindakan mayoritas masih tetap di kategori kurang baik namun, terdapat penurunan jumlah yaitu 17 bayi (48,6%).

Tabel. 5. Efektivitas terapi pijat I Love You (ILU) terhadap kolik bayi

Pijat I Love You (ILU)	n	Kategori kolik posttest		*P-value*
		Mean Rank	Sum of Rank	
Ya	35	24,81	868,50	0,000
Tidak	35	46,19	1616,50	
Total	70			

Berdasarkan hasil uji Mann–Whitney diperoleh nilai p-value = 0,000 (p < 0,05), sehingga terdapat perbedaan yang signifikan pada kategori kolik posttest antara kelompok yang diberikan pijat I Love U (ILU) dan kelompok kontrol. dengan demikian,pijat I Love U (ILU) efektif dalam menurunkan kolik pada bayi.

Tabel 6. Efektivitas terapi pijat I Love You (ILU) terhadap pola defekasi bayi

Pijat I Love You (ILU)	n	Pola defekasi posttest		*P-value*
		Mean Rank	Sum of Rank	
Ya	35	44,53	1558,50	0,000
Tidak	35	26,47	926,50	
Total	70			

Berdasarkan hasil uji Mann–Whitney diperoleh nilai p-value = 0,000 (p < 0,05), sehingga terdapat perbedaan yang signifikan pada pola defekasi posttest antara kelompok yang diberikan pijat I Love U (ILU) dan kelompok kontrol. Dengan demikian, pijat I Love U (ILU) efektif dalam memperbaiki pola defekasi pada bayi.

Pembahasan

Hasil studi yang telah dilakukan peneliti selanjutnya akan dibahas berdasarkan teori dan penelitian terdahulu yang berkaitan dengan tujuan untuk menjelaskan dan mengintepretasikan temuan penelitian mengenai efektivitas terapi pijat I Love You terhadap kolik bayi dan pola defekasi pada bayi sehingga dapat diketahui antara kesesuaian hasil penelitian dengan konsep teoritis maupun hasil penelitian sebelumnya.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti, kategori kolik pada bayi mayoritas mengalami kolik ringan dengan jumlah 22 bayi (62,9%), kemudian disusul kolik berat dengan jumlah 13 bayi (37,1%), sedangkan yang kategori tidak kolik tidak ada responden, baik pada kelompok perlakuan maupun kelompok kontrol. Setelah dilakukan tindakan, kategori kolik pada kelompok perlakuan terdapat perbedaan yang signifikan dimana mayoritas bayi berada dikategori tidak ada kolik dengan jumlah 24 orang (68,6%). Namun, pada kelompok kontrol tidak ada perbedaan yang begitu signifikan yaitu mayoritas bayi masih mengalami kolik ringan dengan jumlah 17 orang (48,6%).

Hasil temuan pada kelompok intervensi masih terdapat 2 bayi (5,7%) yang tetap berada pada kategori kolik berat setelah diberikan intervensi. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa terapi pijat I Love You belum tentu memberikan respons yang sama pada setiap bayi. Efektivitas terapi dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti tingkat kematangan sistem pencernaan bayi, sensitivitas individu terhadap protein susu formula, teknik dan konsistensi pelaksanaan pijat, serta faktor lain yang dapat memicu kolik, misalnya aerofagia (udara yang tertelan saat menyusu), cara pemberian susu yang kurang tepat, refleks gastroesofageal ringan, maupun ketidakseimbangan mikrobiota usus.

Riset ini mencatat hasil yang konsisten dengan publikasi (Aotari et al., 2025) Pemijatan I Love You terbukti manjur mengatasi masalah buang air besar pada anak, berkat kemampuannya memicu aktivitas usus dan merilis udara yang terjebak di dalam perut.

Menurut (Rachman & Putri, 2021) Studi oleh (Putri et al., 2025) menunjukkan bahwa tindakan memijat bayi secara lembut memegang peranan penting dalam meredakan indikasi kolik.

Mekanisme ini bekerja dengan merelaksasi area perut, memperlancar gerak peristaltik usus, dan membuang jebakan gas di saluran cerna. Kombinasi dari efek ini dan lancarnya sirkulasi darah membuat bayi merasa tenang dan tidak mudah menangis. Asumsi peneliti, penurunan tingkat kolik pada kelompok perlakuan terjadi karena terapi pijat I Love You memberikan stimulasi pada area abdomen yang membantu meningkatkan kelancaran saluran penceranaan, memperlancar pengeluaran gas, serta mengurangi ketegangan pada otot perut bayi. Terapi pijat I Love You juga berperan sebagai pemberi efek relaksasi pada bayi sehingga bayi merasa nyaman dan tenang.

Pada pola defekasi, kelompok perlakuan juga mengalami perubahan yang signifikan. Sebelum tindakan, mayoritas bayi berada di kategori pola defekasi kurang baik dengan jumlah 29 orang (54,3%), kemudian disusul pola defekasi tidak normal dengan jumlah 16 orang (45,7%). Setelah dilakukan pijat I Love You, pola defekasi kelompok perlakuan mengalami peningkatan yaitu mayoritas bayi berada pada kategori pola defekasi normal dengan jumlah 24 orang (68,6%). Pada kelompok kontrol, sebelum penelitian Sebagian besar bayi mengalami pola defekasi kurang baik, yaitu sebanyak 22 bayi (62,9%). Pada posttest, sebagian besar bayi masih berada pada kategori pola defekasi kurang baik, yaitu sebanyak 17 bayi (48,6%). Hasil tersebut menunjukkan bahwa tanpa pemberian terapi pijat I Love You (ILU), perubahan pola defekasi pada kelompok kontrol tidak terlalu berarti. Sebaliknya, pada kelompok perlakuan terjadi perbaikan pola defekasi setelah diberikan terapi pijat I Love You (ILU), sehingga terapi tersebut dinilai efektif dalam memperbaiki pola defekasi pada bayi.

Merujuk pada penelitian yang dilakukan oleh (Suryaningsih et al., 2023) kondisi awal pola defekasi seluruh responden (17 orang) pada kelompok eksperimen dan kontrol secara keseluruhan dikategorikan tidak normal (100%) sebelum dilakukannya tindakan. Setelah intervensi, pola defekasi pada kedua kelompok mengalami perubahan dimana kelompok intervensi, kategori pola defekasi normal berjumlah 10 orang (58,82%) dan pada kelompok kontrol kategori pola defekasi normal berjumlah 9 orang (52,94%).

Perbedaan hasil antara studi terdahulu dengan studi yang dilakukan oleh peneliti dapat dipengaruhi oleh karakteristik responden, jumlah sampel, frekuensi pelaksanaan pijat, maupun kondisi fisiologis bayi yang berbeda pada masingmasing penelitian. Peneliti berasumsi bahwa terapi pijat I Love You dapat meningkatkan pola defekasi bayi karena gerakan pijatan yang dilakukan mengikuti arah anatomis usus besar sehingga membantu meransang peristaltik usus, mempercepat pergerakan feses di dalam saluran penceranaan, dan mempermudah proses pengeluaran feses.

Hasil uji menggunakan uji statistik Mann-Whitney, kategori kolik *posttest* pada kelompok bayi perlakuan dan kontrol diperoleh nilai *p-value* 0,000(<0,05) dengan *mean rank* (24,81) dan *sum of rank* (868,50) sehingga dapat dilihat bahwa terdapat efektivitas pijat I Love You terhadap penurunan kolik pada kelompok bayi yang diberikan perlakuan. Pada kategori pola defekasi posttest, diperoleh nilai *p-value* 0,000(<0,05) dengan *mean rank* (44,53) dan *sum of rank* (1558,50) sehingga dapat dilihat bahwa pijat I Love You efektif dalam meningkatkan pola defekasi pada kelompok bayi yang diberikan perlakuan.

Konsistensi efek positif terapi pijat diperkuat oleh temuan (Putri et al., 2025) yang mencatat adanya perbedaan bermakna pada kondisi bayi sebelum dan sesudah intervensi (p = 0,001). Hasil yang sejalan juga dikemukakan oleh (Aotari et al., 2025) melalui analisis uji Mann-Whitney, di mana pemberian pemijatan I Love You menghasilkan perubahan bermakna (p = 0,000). Kedua publikasi ilmiah tersebut mengonfirmasi pola yang seragam: tindakan stimulasi pijat terbukti memberikan perbaikan kondisi klinis ke arah positif, khususnya dalam meredakan gangguan kolik maupun melancarkan pola buang air besar pada bayi. Peneliti berasumsi bahwa hasil uji statistic menunjukkan baik pada kategori kolik maupun pola defekasi secara keseluruhan, terapi pijat I Love You (ILU) efektif terhadap frekuensi kolik dan pola defekasi pada bayi dengan riwayat konsumsi susu formula. Hal ini dibuktikan dengan nilai *p-value* sebesar 0,000 (p<0,05) pada kedua variabel, yang menunjukkan adanya perbedaan signifikan antara kelompok perlakuan dan kelompok kontrol. Terapi pijat I Love You terbukti mampu menurunkan frekuensi kolik sekaligus memperbaiki pola defekasi pada bayi, sehingga tujuan penelitian mengenai efektivitas pijat I Love You terhadap kedua variable telah tercapai, memperkuat bahwa perubahan yang signifikan terjadi pada kelompok perlakuan bukan terjadi secara kebetulan, melainkan dipengaruhi oleh pemberian terapi pijat I Love You.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa intervensi pijat I Love You (ILU) menunjukkan efektivitas dalam menurunkan frekuensi kejadian kolik pada bayi dengan riwayat konsumsi susu formula. Setelah diberikan intervensi, sebagian besar bayi tidak mengalami kolik, yang menunjukkan adanya perubahan kondisi gastrointestinal ke arah yang lebih baik. Pemberian pijat I Love You (ILU) juga menunjukkan pengaruh terhadap perbaikan pola defekasi bayi, yang ditinjau berdasarkan konsistensi feses dan frekuensi buang air besar (BAB). Setelah intervensi, mayoritas bayi menunjukkan pola defekasi dalam kategori normal. Dengan demikian, pijat I Love You (ILU) berpotensi menjadi salah satu intervensi nonfarmakologis yang dapat mendukung kenyamanan gastrointestinal, mengurangi kejadian kolik, serta membantu optimalisasi pola defekasi pada bayi dengan riwayat konsumsi susu formula.

Penelitian selanjutnya disarankan melibatkan jumlah sampel yang lebih besar, periode intervensi yang lebih panjang, serta desain penelitian yang mampu mengendalikan faktor perancu yang berpotensi memengaruhi kejadian kolik dan pola defekasi bayi. Penelitian juga dapat dikembangkan dengan mengeksplorasi efek pijat bayi terhadap luaran kesehatan lainnya, seperti kualitas tidur, pertumbuhan, perkembangan, kenyamanan bayi, serta fungsi sistem imun, sehingga diperoleh bukti yang lebih komprehensif mengenai manfaat pijat bayi sebagai intervensi pendukung dalam pemeliharaan kesehatan bayi..

DAFTAR PUSTAKA

Ain, N., & Sulasdi, D. (2025). *Upaya Peningkatan Pendidikan Kesehatan Kolik Infantil Pada Ibu Postpartum*. *4*(2), 174–180.

Aotari, W., Masita, S., Hidayah, N., & Ahmad, A. (2025). *Ju rn a l Ke p e r a w a t a n Mu h a m m a d i y a h Efektivitas Pijat I Love You (ILU) Dalam Mengatasi Gangguan Konstipasi Pada Bayi Usia 6-12 Bulan*. *10*(2), 190– 193.

Barus, E. B., & Puspitasari, A. J. (2025). *STIMULATION OF CHILDREN ' S GROWTH AND DEVELOPMENT WITH BABY MASSAGE AT UPT PUSKESMAS MEDAN SUNGGAL KOTA MEDAN TAHUN 2025*. *6*(3), 4716–4720.

Dewi, R. (2021). *Hubungan Promosi Susu Formula dan ASI Eksklusif*. *14*(1), 10–18.

Hegar, B. (2024). Evaluation of the Knowledge and behavior of Indonesian Mothers About Infantile Colic. *The Indonesian Journal of Gastroenterology, Hepatology, and Digestive Endoscopy*, *25*(1), 34–39. https://doi.org/10.24871/251202434-39

Huang, Y., Tan, S. Y., Parikh, P., Buthmanaban, V., Rajindrajith, S., & Benninga, M. A. (2021). *Prevalence of functional gastrointestinal disorders in infants and young children in China*. 1–7.

Lestari, D., Ekasari, T., & Ermawati, I. (2024). *Pengaruh pijat i love you terhadap konstipasi pada bayi usia 0-12 bulan*. *5*(01), 35–40. https://doi.org/10.34305/jmc.v5i1.1282

Lestari, L. A., Rizal, A. N., Damayanti, W., Wibowo, Y., Ming, C., & Vandenplas, Y. (2023). Prevalence and Risk Factors of Functional Gastrointestinal Disorders in Infants in Indonesia. *Pediatric Gastroenterology, Hepatology and Nutrition*, *26*(1), 58–69. https://doi.org/10.5223/pghn.2023.26.1.58

Paninsari et al. (2025). *Indonesian Journal of Global Health Research*. *7*(3), 101– 106.

Putri et al. (2025). Efektivitas Pijat Bayi Dan Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Gejala Kolik Bayi. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, *6*(3), 13505–13512. https://doi.org/10.31004/jkt.v6i3.50105

Rachman & Putri. (2020). Jurnal Kesehatan Pertiwi. *Jurnal Kesehatan Pertiwi*, *2*(1), 125–128.

Rheinheimer, N., & Weerth, C. De. (2025). Infant colic and sleeping problems from early childhood through adolescence. *Sleep Medicine*, *126* (August 2024), 267–274. https://doi.org/10.1016/j.sleep.2024.12.024

Suryaningsih, C., Inggit, waluya risma, & Nurjanah, N. (2023). *HONEY INTERVENTION ON DEFECATION PATTERN IN TODDLER WITH*. *9*(1), 36–47.

Vandenplas, Y. (2022). *A Narrative Review on the Update in the Prevalence of Infantile Colic , Regurgitation , and Constipation in Young Children : Implications of the ROME IV Criteria*. *9*(January), 1–9. https://doi.org/10.3389/fped.2021.778747