

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA DAN KERANGKA TEORI

A. Tinjauan Pustaka

1. Bayi

a. Pengertian

Bayi usia 0 – 1 tahun merupakan periode pertumbuhan emas (Kementrian Kesehatan RI, 2021). Masa 1000 hari pertama kehidupan (HPK), yang bermula sejak saat konsepsi hingga anak berusia dua tahun, merupakan masa paling kritis untuk memperbaiki perkembangan fisik dan kognitif anak. Periode emas yang terjadi selama 1000 HPK untuk memperbaiki tumbuh kembang anak secara optimal. 1000 HPK bermula 270 masa kehamilan sejak hari pertama konsepsi lalu terbentuk embrio hingga 730 hari di usia 2 tahun awal anak. Gangguan yang terjadi selama periode ini akan berdampak pada kelangsungan hidup tumbuh kembang anak yang bersifat permanen. Gangguan ini akan sulit untuk diperbaiki jika usia anak setelah 2 tahun (Suryani, 2019).

b. Kebutuhan dasar bayi

Kebutuhan dasar bayi untuk tumbuh kembang, secara umum dibagi menjadi 3 kebutuhan dasar menurut Soetjiningsih (dalam Yudiartana, 2022) yaitu:

- 1) Kebutuhan fisik-biomedis (ASUH), meliputi: a. pangan / gizi untuk tumbuh kembang bayi, diperlukan zat makanan yang

adekuat. b. perawatan kesehatan dasar perawatan kebutuhan dasar seperti imunisasi, pemberian ASI, penimbangan yang teratur, dan lain lain.

- 2) Kebutuhan emosi/kasih sayang (ASIH), kasih sayang dari orang tua akan menciptakan ikatan yang erat dan kepercayaan dasar untuk menjamin tumbuh kembang yang selaras baik fisik, mental, atau psikososial.
- 3) Kebutuhan akan stimulasi mental (ASAH), stimulasi mental mengembangkan perkembangan kecerdasan, kemandirian, kreativitas, agama, kepribadian, moral-etika, produktivitas dan sebagainya

c. Perkembangan bayi

Tahap tumbuh kembang bayi dari usia 0-12 bulan menurut Pratiwi (2019) adalah sebagai berikut:

1) Bayi baru lahir sampai 1 bulan

Pada tahap ini, bayi akan kehilangan sekitar 10% berat badan pada hari kedua setelah lahir. Bayi akan mendapatkan berat lahir kembali ketika memasuki minggu kedua. Berat bayi akan bertambah 30 gram setiap harinya. Dalam 1 bulan panjang badan bayi juga akan bertambah sekitar 3-4 cm dari panjang lahirnya. lingkaran kepala bertambah hingga 2,5 cm. Mata bayi pada tahap ini terlihat seperti belum fokus dan kadang terlihat seperti juling.

2) Bayi 1 bulan sampai 3 bulan

Berat bayi akan bertambah 680-910 gram setiap bulan. Panjang badan akan bertambah sekitar 2,5 cm setiap bulan.

Lingkar kepala bertambah sekitar 1,25 cm setiap bulan.

Perkembangan bayi 1 bulan sampai 3 bulan antara lain:

- a) Mengangkat kepala dan dada ketika berada dalam posisi tengkurap.
 - b) Mata sudah mulai merespons dengan mengikuti gerakan benda dan cahaya di sekitarnya.
 - c) Memainkan jari-jari dengan cara membuka dan menutup jari, menggenggam benda di tangan, memasukkan jari ke dalam mulut.
 - d) Sudah dapat memainkan kaki
 - e) Mampu membedakan suara yang dikenal dengan suara lain
 - f) Mencoba mengambil benda-benda yang menggantung
- 3) Bayi 4 bulan sampai 6 bulan

Pertumbuhan bayi pada usia ini, sudah memiliki berat badan sekitar 2 kali berat lahir. Panjang badan bertambah sekitar 1,25-2,5 cm per bulan. Lingkar kepala bertambah sekitar 1,25 cm per bulan. Perkembangan bayi 4 bulan sampai 6 bulan antara lain:

- a) Tersenyum kepada orang asing yang mengajak bermain atau berbicara.
- b) Kontak mata dengan orang sekitar.
- c) Mampu berguling dari posisi telungkup ke telentang.
- d) Mulai mengoceh satu atau dua patah kata walau masih belum jelas.
- e) Kakinya sudah mampu menjejak lantai jika diberdirikan.

f) Sudah mampu duduk dengan disangga

4) Bayi 7 bulan sampai 9 bulan

Pada tahap ini pertumbuhan bayi bertambah berat sekitar 450 gram setiap bulan. Setiap bulan bayi akan bertambah sekitar 1,25 cm dan lingkar kepala 0,6 cm. Perkembangan bayi 7 bulan sampai 9 bulan antara lain:

- a) Merangkak dan mendorong sedikit demi sedikit badannya menggunakan lengan atau kaki, merangkak menggunakan tangan dan lutut.
- b) Sudah mampu duduk sendiri dari posisi merangkak tanpa harus dipegangi atau disangga.
- c) Sudah mampu belajar berdiri dengan cara berpegangan.
- d) Sudah dapat berkata mama dengan jelas.
- e) Dapat mengangkat sesuatu dengan ibu jari dan telunjuk

5) Bayi 10 bulan sampai 12 bulan

Bayi akan meraih 3 kali berat badan lahir pada saat usia 1 tahun. Panjang badan dan lingkar kepala akan bertambah sekitar 0,6 cm per bulannya. Perkembangan bayi 9 bulan sampai 12 bulan antara lain:

- a) Memegang benda kecil seperti sereal yang berbentuk dengan menggunakan ibu jari dan telunjuk.
- b) Berdiri sendiri bahkan berjalan tanpa bantuan orang lain.
- c) Menunjuk benda yang diinginkan untuk mendapatkan perhatian.

- d) Dapat memberikan respons terhadap pertanyaan yang diberikan, seperti menolak hal-hal yang tidak disukai atau mengatakan iya untuk yang disukainya.
- e) Sudah mampu mengemut makanan dalam mulut.

2. Pijat Bayi

a. Pengertian pijat bayi

Pijat bayi merupakan salah satu teknik perawatan bayi yang sangat khusus, biasanya untuk merawat bayi yang sakit perut, sembelit, atau kembung karena banyak minum, yang membuat bayi menangis terus menerus karena merasa badannya tidak enak. Titik tekan pengobatan (*acupressure*) pada bayi berbeda dengan orang dewasa yang membuat pijatan itu begitu efektif, jalinan ikatan batin antara ibu dan bayi sangatlah penting mengingat semakin erat suatu jalinan terwujud semakin tinggi pula pemahaman para ibu akan kebutuhan bayinya, sehingga kesempatan bayi untuk tumbuh dengan lebih baik menjadi lebih besar pula (Hutasuhut, 2018).

Stimulasi pijat merupakan salah satu keterampilan teknik manual yang efektif memengaruhi sistem saraf, kekebalan, dan hormon. Pijat yang dilakukan dengan tujuan stimulasi akan memberikan rasa nyaman, mengurangi atau mengalihkan rasa nyeri, rasa cemas dan stress serta dapat memperbaiki respon kekebalan tubuh (Kementrian Kesehatan RI, 2021). Pijat bayi adalah pijatan 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 (Pemayun et al., 2021)

b. Tujuan Pijat Bayi

Pijat bayi mempunyai beberapa tujuan dalam pelaksanaannya yaitu untuk mencegah posisi yang salah, mencegah terjadinya kontraktur (suatu keadaan tidak ada atau kurangnya pergerakan dari persendian), memperbaiki kekuatan otot dan persendian bayi, meningkatkan kemampuan reaksi penglihatan dan pendengaran, dan memberikan pendidikan kepada orangtua dalam cara menggendong dan memandikan bayi (Susanti, 2019).

c. Manfaat pijat bayi

Mandrofa (2019) menjelaskan bahwa manfaat pijat bayi adalah sebagai berikut:

1) Meningkatkan berat badan

Penelitian yang dilakukan oleh Prof T. Field dan Scafidi menunjukkan bahwa pada bayi premature (berat badan 1.280 dan 1.176 gram), yang dipijat 3 x 15 menit selama 10 hari, mengalami kenaikan berat badan per hari 20%-47% lebih banyak dari pada yang di pijat. Penelitian pada cukup bulan yang berusia 1-3 bulan yang dipijat 15 menit 2 kali seminggu selama 6 minggu didapatkan kenaikan berat badan yang lebih dari kelompok kontrol.

2) Meningkatkan daya tahan tubuh

Penelitian para ahli di Fakultas Kedokteran Universitas Miami yang di pimpin oleh Tiffany M. Field, Ph.D. menyatakan

bahwa bayi-bayi yang dipijat selama 5 hari saja, akan mampu meningkatkan daya tahan tubuhnya sebesar 40% dibandingkan dengan bayi-bayi yang tidak dipijat.

3) Mengatasi sakit perut (*colic*)

Sakit perut pada bayi ditunjukkan oleh bayi secara khas, yaitu dengan menangis kuat. Penyebab kolik yang menonjol antara lain susunan saraf autonomy yang tidak seimbang, adanya gangguan pada pertumbuhan mekanisme kontrol tidur/bangun, atau gangguan interaksi antara orangtua dan bayi. Untuk mengurangi kolik ini, orangtua dianjurkan untuk memijat bayinya pada waktu kolik berlangsung dan pada waktu menjelang tidur. Para peneliti juga menemukan bahwa bayi-bayi yang dipijat bermanfaat pada interaksi dengan orangtuanya menjadi lebih teratur tidur/bangunnya.

4) Membina ikatan kasih sayang orangtua-anak (*bonding*)

Sentuhan dan pandangan kasih sayang orangtua kepada bayinya akan mengalirkan kekuatan janinan kasih sayang di antara keduanya. Pada perkembangan anak, sentuhan orangtua merupakan dasar perkembangan komunikasi yang akan membangun cinta antar timbal balik. Semua ini akan menjadi penentu bagi anak untuk secara potensial menjadi anak berbakti, berbudi pekerti, dan memiliki rasa percaya diri yang bagus.

5) Mengatasi masalah keterlambatan perkembangan

Theresia yang berprofesi sebagai fisioterapis, pijat bayi bisa juga mengatasi masalah perkembangan, mendeteksi adanya

gangguan pada fisiknya hiperaktif, gangguan tidur, dan susah makan serta untuk mengatasi anak dengan gangguan sindrom.

6) Mengurangi komplikasi

Komplikasi penyakit sangat mungkin terjadi pada semua orang, salah satunya pada bayi-bayi yang terlahir dari ibu pecandu kokain. Manfaat lain yang didapatkan dari pijat bayi adalah berkurangnya komplikasi dan kenaikan berat badan yang lebih baik terjadi pada bayi-bayi yang dipijat, perkembangannya lebih baik dibandingkan dengan bayi yang tidak dipijat.

c. Kontraindikasi

Kementrian Kesehatan RI (2021) menjelaskan bahwa kontraindikasi pijat pada bayi adalah hindari memijat daerah kepala, hindari pemakaian minyak di sekitar mata dan selaput lendir dan hindari memijat saat bayi sakit.

d. Prinsip-prinsip pijat bayi

Kementrian Kesehatan RI (2021) menjelaskan bahwa prinsip-prinsip pemijatan pada bayi adalah sebagai berikut:

- 1) Dilakukan pada bayi sehat oleh orang tuanya
- 2) Usia anak 0-24 bulan
- 3) Hindari memijat anak dengan paksa
- 4) Hindari memijat bayi setelah makan atau disusui.
- 5) Hindari membangunkan bayi hanya untuk dipijat.
- 6) Hindari memaksakan posisi saat dipijat
- 7) Selalu memperhatikan respon bayi saat pemijatan.

e. Persiapan pemijatan bayi

Prasetyono (2017) menjelaskan bahwa sebelum mulai memijat, lakukan beberapa langkah persiapan sebagai berikut:

- 1) Mencuci tangan
- 2) Hindari kuku dan perhiasan yang menggores kulit bayi
- 3) Ruang untuk memijat usahakan hangat dan tidak pengap
- 4) Bayi selesai makan atau tidak berada dalam keadaan lapar
- 5) Usahakan tidak di ganggu dalam waktu lima belas menit untuk melakukan proses pemijatan
- 6) Baringkan bayi di atas kain rata yang lembut dan bersih
- 7) Ibu/Ayah duduk dalam posisi nyaman
- 8) Sebelum memijat, mintalah izin kepada bayi dengan cara membelai wajahnya sambil mengajak bicara.

f. Posisi memijat

Hutasuhut (2018) menjelaskan bahwa ada beberapa posisi dalam melakukan pemijatan yaitu sebagai berikut:

- 1) Duduklah dengan nyaman dengan kaki selonjor kedepan, kalau perlu menggunakan bantal. Dengan posisi ini anda dapat saling pandang dengan sang bayi. Tarik nafas dalam sejenak, bernapas seirama dengan bayi anda untuk menciptakan harmoni. Katakan kepada diri anda, bahwa kasih sayang mengalir melalui anda ke bayi.
- 2) Meletakkan tangan pada posisi yang diminta dan mendorong tubuh ke depan lalu menggunakan seluruh berat badan untuk

memegang kendali (nyaman di punggung) dan mencapai sentuhan lebih indah. Diharapkan ketegangan pada otot-otot tubuh bisa dihindari, jika ibu merasa tidak nyaman selama pemijatan, hentikan dan ubahlah posisi ibu.

- 3) Hindari posisi berlutut, khususnya duduk pada bagian belakang tumit, ini berbahaya bagi ligament dibagian belakang lutut. Dan menekuk tubuh dari pinggang dan mendorong tubuh ke depan akan terasa melelahkan dan dapat mengganggu punggung anda. Misalnya ibu mengambil handuk, posisi menekuk dan memutar terus menerus adalah penyebab cedera punggung.
- 4) Duduklah di tepi bantal dengan kedua tungkai dan kaki terbuka di depan ibu.

g. Teknik pijat bayi

Prasetyono (2017) menjelaskan bahwa untuk mendapatkan manfaat yang optimal pemijatan bayi tak bisa dilakukan secara sembarangan. Ada cara dan rambu-rambu yang mesti diperhatikan yaitu sebagai berikut:

- 1) Bayi umur 0 – 1 bulan

Bayi umur 0 – 1 bulan disarankan hanya diberi gerakan yang lebih mendekati usapan-usapan halus. Perlu diingat bahwa sebelum tali pusat bayi lepas sebaiknya tidak dilakukan pemijatan di daerah perut.

2) Bayi umur 1 – 3 bulan

Bayi umur 1 – 3 bulan disarankan diberi gerakan halus disertai tekanan ringan dalam waktu yang lebih singkat.

3) Bayi umur 3 bulan – 3 tahun

Bayi umur 3 bulan sampai 3 tahun disarankan agar seluruh gerakan dilakukan dengan tekanan dan waktu yang lebih meningkat. Total waktu pemijatan disarankan sekitar 15 menit

h. Waktu yang tepat untuk melakukan stimulasi pijat baduta

Stimulasi pijat dilakukan sekitar 15 menit dengan pengulangan setiap gerakan 5 – 10 kali. Stimulasi pijat diberikan secara rutin 3 – 5 kali dalam seminggu. Pada bayi aterm (cukup bulan) maupun prematur (kurang bulan) yang telah stabil, stimulasi pijat dapat dilakukan kapanpun saat orang tua ingin memulai memijat. Pemijatan sebaiknya dilakukan dengan teknik yang benar dan dalam suasana yang nyaman (Kementrian Kesehatan RI, 2021).







Pijatan dapat dilakukan lebih dari 1 kali dalam sehari. Waktu terbaik untuk melakukannya saat bayi dalam keadaan terjaga dengan baik. Hindari saat-saat ketika bayi lapar, lelah, atau sedang menangis. Pemijatan dapat dilakukan pada waktu-waktu berikut seperti pada pagi hari sebelum mandi, saat orang tua dan anak siap untuk mulai beraktivitas, hal ini dilakukan agar mudah membersihkan minyak yang menempel di tubuh bayi dan pada malam hari sebelum tidur. Jika pijat dilakukan pada saat ini, akan membantu tidur bayi agar lebih nyenyak (Susanti, 2019).






i. Urutan Pijat Bayi





Praningrum et al. (2017) menjelaskan bahwa cara melakukan pijat bayi secara umum berdasarkan urutannya disajikan dalam Tabel 2.1 di bawah ini.




Tabel 2.1
Urutan Pijat Bayi






No	Bagian yang Dipijat	Cara Memijat
1	Kaki  Gambar 1a	a. Perahan cara India 1) Peganglah kaki bayi pada pangkal paha, seperti memegang pemukul soft ball 2) Gerakkan tangan ke bawah secara bergantian, seperti memerah susu.
	 Gambar 1b	b. Peras & putar 1) Pegang kaki bayi pada pangkal paha dengan kedua tangan secara bersamaan 2) Peras & putar kaki bayi dengan lembut dimulai dari pangkal paha ke arah mata kaki.
	 Gambar 1c	c. Telapak kaki Urutlah telapak kaki dengan kedua ibu jari secara bergantian, dimulai dari tumit kaki menuju jari-jari di seluruh telapak kaki.
	 Gambar 1d	d. Tarikan lembut jari Pijatlah jari-jarinya satu persatu dengan gerakan memutar menjauhi telapak kaki, diakhiri dengan tarikan kasih yang lembut pada tiap ujung jari.
	 Gambar 1e	e. Gerakan peregangan 1) Dengan mempergunakan sisi dari jari telunjuk, pijat telapak kaki mulai dari batas jari-jari ke arah tumit, kemudian ulangi lagi dari perbatasan jari ke arah tumit 2) Dengan jari tangan lain regangkan dengan lembut punggung kaki pada daerah pangkal kaki ke arah tumit.


No	Bagian yang Dipijat	Cara Memijat
	 <p data-bbox="527 451 641 483">Gambar 1f</p>	<p data-bbox="763 262 787 294">f.</p> <p data-bbox="820 262 966 294">Titik tekanan</p> <p data-bbox="820 294 1421 388">Tekan-tekanlah kedua ibu jari secara bersamaan di seluruh permukaan telapak kaki dari arah tumit ke jari-jari.</p>
	 <p data-bbox="527 703 641 735">Gambar 1g</p>	<p data-bbox="763 514 787 546">g.</p> <p data-bbox="820 514 982 546">Punggung kaki</p> <p data-bbox="820 546 1421 640">Dengan mempergunakan kedua ibu jari secara bergantian pijatlah punggung kaki dari pergelangan kaki ke arah jari-jari secara bergantian.</p>
	 <p data-bbox="527 976 641 1008">Gambar 1h</p>	<p data-bbox="763 766 787 798">h.</p> <p data-bbox="820 766 1161 798">Peras & putar pergelangan kaki</p> <p data-bbox="820 798 1421 892">Buatlah gerakan seperti memeras dengan mempergunakan ibu jari & jari-jari lainnya di pergelangan kaki bayi.</p>
	 <p data-bbox="527 1260 641 1291">Gambar 1i</p>	<p data-bbox="763 1060 787 1092">i.</p> <p data-bbox="820 1060 1047 1092">Perahan cara swedia</p> <ol data-bbox="820 1092 1421 1186" style="list-style-type: none"> 1) Peganglah pergelangan kaki bayi 2) Gerakkan tangan anda secara bergantian dari pergelangan kaki ke pangkal paha.
	 <p data-bbox="527 1543 641 1575">Gambar 1j</p>	<p data-bbox="763 1333 787 1365">j.</p> <p data-bbox="820 1333 1063 1365">Gerakan menggulung</p> <ol data-bbox="820 1365 1421 1459" style="list-style-type: none"> 1) Pegang pangkal paha dengan kedua tangan anda 2) Buatlah gerakan menggulung dari pangkal paha menuju pergelangan kaki
	 <p data-bbox="527 1816 641 1848">Gambar 1k</p>	<p data-bbox="763 1606 787 1638">k.</p> <p data-bbox="820 1606 982 1638">Gerakan akhir</p> <ol data-bbox="820 1638 1421 1858" style="list-style-type: none"> 1) Setelah gerakan a s/d k dilakukan pada kaki kanan & kiri rapatkan kedua kaki bayi 2) Letakkan kedua tangan anda secara bersamaan pada pantat & pangkal paha 3) Usap kedua kaki bayi dengan tekanan lembut dari paha ke arah pergelangan kaki. Ini merupakan gerakan akhir bagian kaki







No	Bagian yang Dipijat	Cara Memijat
2.	Perut Catatan : hindari pemijatan pada tulang rusuk atau ujung tulang rusuk	
	 <p>Gambar 2a</p>	a. Mengayuh sepeda Lakukan gerakan memijat pada perut bayi seperti mengayuh pedal sepeda, dari atas ke bawah perut, bergantian dengan tangan kanan & kiri.
	 <p>Gambar 2b</p>	b. Mengayuh sepeda dengan kaki diangkat 1) Angkat kedua kaki bayi dengan salah satu tangan 2) Dengan tangan yang lain, pijat perut bayi dari perut bagian atas sampai ke kari-jar kaki.
	 <p>Gambar 2c</p>	c. Ibu jari kesamping 1) Letakkan kedua ibu jari di samping kanan & kiri pusar perut 2) Gerakkan kedua ibu jari ke arah tepi perut kanan & kiri
	 <p>Gambar 2d</p>	d. Bulan-matahari 1) Buat lingkaran searah jarum jam dengan jari tangan kiri mulai dari perut sebelah kanan bawah (daerah usus buntu) ke atas, kemudian kembali ke daerah kanan bawah (seolah membentuk gambar matahari {M}) beberapa kali 2) Gunakan tangan kanan untuk membuat gerakan setengah lingkaran mulai dari bagian bawah perut bayi sampai bagian kiri perut bayi (seolah membentuk gambar bulan {B}) 3) Lakukan kedua gerakan ini secara bersama-sama. Tangan kiri selalu membuat bulatan penuh (matahari), sedangkan tangan kanan akan membuat gerakan setengah lingkaran (bulan).
	 <p>Gambar 2e</p>	e. Gerakan I Love You 1) "I", pijatlah perut bayi mulai dari bagian kiri atas ke bawah dengan menggunakan jari-jari tangan kanan membentuk huruf "I" 2) "LOVE", pijatlah perut bayi membentuk huruf "L" terbalik, mulai dari kanan atas ke kiri atas, kemudian dari kiri atas ke kiri bawah 3) "YOU", pijatlah perut bayi membentuk huruf "U"





No	Bagian yang Dipijat	Cara Memijat
		terbalik, mulai dari kanan bawah (daerah usus buntu) ke atas, kemudian ke kiri, ke bawah, & berakhir di perut kiri bawah.
		<p>f. Gelembung atau jari-jari berjalan</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Letakkan ujung jari-jari satu tangan pada perut bayi bagian kanan 2) Gerakkan jari-jari anda pada perut bayi dari bagian kanan ke bagian kiri guna mengeluarkan gelembung-gelembung udara
	Gambar 2f	
3. Dada		
		<p>a. Jantung besar</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Buatlah gerakan yang menggambarkan jantung dengan meletakkan ujung-ujung jari kedua telapak tangan anda di tengah dada/ulu hati 2) Buat gerakan ke atas sampai di bawah leher, kemudian ke samping di atas tulang selangka, lalu ke bawah membentuk bentuk jantung dan kembali ke ulu hati
	Gambar 3a	
		<p>b. Kupu-kupu</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Buatlah gerakan diagonal seperti gambaran kupu-kupu dimulai dengan tangan kanan membuat gerakan memijat menyilang dari tengah dada/ulu hati ke arah bahu kanan, & kembali ke ulu hati 2) Gerakkan tangan kiri anda ke bahu kiri dan kembali ke ulu hati.
	Gambar 3b	
4. Tangan		
		<p>a. Memijat ketiak</p> <p>Buatlah gerakan memijat pada daerah ketiak dari atas ke bawah. Perlu diingat, kalau terdapat pembengkakan kelenjar di daerah ketiak, sebaiknya gerakan ini tidak dilakukan</p>
	Gambar 4a	

No	Bagian yang Dipijat	Cara Memijat
	 <p data-bbox="521 468 646 495">Gambar 4b</p>	<p data-bbox="764 262 1023 289">b. Perahan cara India</p> <ol data-bbox="824 296 1419 640" style="list-style-type: none"> 1) Peganglah lengan bayi bagian pundak dengan tangan kanan seperti memegang pemukul soft ball, tangan kiri memegang pergelangan tangan bayi 2) Gerakkan tangan kanan mulai dari bagian pundak ke arah pergelangan tangan, kemudian gerakkan tangan kiri dari pundak ke arah pergelangan tangan 3) Demikian seterusnya, gerakkan tangan kanan & kiri ke bawah secara bergantian & berulang-ulang seolah memeras susu sapi
	 <p data-bbox="521 852 646 879">Gambar 4c</p>	<p data-bbox="764 646 971 674">c. Peras & putar</p> <p data-bbox="824 680 1419 737">Peras & putar lengan bayi dengan lembut mulai dari pundak ke pergelangan tangan</p>
	 <p data-bbox="521 1138 646 1165">Gambar 4d</p>	<p data-bbox="764 926 1008 953">d. Membuka tangan</p> <p data-bbox="824 959 1419 1016">Pijat telapak tangan dengan kedua ibu jari, dari pergelangan tangan ke arah jari-jari</p>
	 <p data-bbox="521 1417 646 1444">Gambar 4e</p>	<p data-bbox="764 1211 971 1239">e. Putar jari-jari</p> <ol data-bbox="824 1245 1419 1373" style="list-style-type: none"> 1) Pijat lembut jari bayi satu persatu menuju ke arah ujung jari dengan gerakan memutar 2) Akhirilah gerakan ini dengan tarikan lembut pada tiap ujung jari
	 <p data-bbox="521 1650 646 1677">Gambar 4f</p>	<p data-bbox="764 1444 1008 1472">f. Punggung tangan</p> <ol data-bbox="824 1478 1419 1570" style="list-style-type: none"> 1) Letakkan tangan bayi di antara kedua tangan anda 2) Usap punggung tangannya dari pergelangan tangan ke arah jari-jari dengan lembut

No	Bagian yang Dipijat	Cara Memijat
	 <p data-bbox="521 472 646 499">Gambar 4g</p>	<p data-bbox="764 262 1419 359">g. Peras & putar pergelangan tangan Peraslah sekeliling pergelangan tangan dengan ibu jari dan jari telunjuk</p>
	 <p data-bbox="521 716 646 743">Gambar 4h</p>	<p data-bbox="764 499 1419 688">h. Perahan cara swedia 1) Gerakan tangan kanan & kiri anda secara bergantian mulai dari pergelangan tangan kanan bayi ke arah pundak 2) Lanjutkan dengan pijatan dari pergelangan kiri bayi ke arah pundak</p>
	 <p data-bbox="521 989 646 1016">Gambar 4i</p>	<p data-bbox="764 779 1419 968">i. Gerakan menggulung 1) Peganglah lengan bayi bagian atas/bahu dengan kedua telapak tangan 2) Bentuklah gerakan menggulung dari pangkal lengan menuju ke arah pergelangan tangan/jari-jari</p>
5. Muka		
Umumnya tidak diperlukan minyak untuk daerah muka		
	 <p data-bbox="451 1333 576 1360">Gambar 5a</p>	<p data-bbox="764 1102 1419 1417">a. Dahi : menyetrika dahi 1) Letakkan jari-jari kedua tangan anda pada pertengahan dahi 2) Tekankan jari-jari anda dengan lembut mulai dari tengah dahi keluar ke samping kanan & kiri seolah menyetrika dahi atau membuka lembaran buku 3) Gerakan ke bawah ke daerah pelipis, buatlah lingkaranlingkaran kecil di daerah pelipis, kemudian gerakkan ke dalam melalui daerah pipi di bawah mata</p>
	 <p data-bbox="451 1627 576 1654">Gambar 5b</p>	<p data-bbox="764 1417 1419 1684">b. Alis : menyetrika alis 1) Letakkan kedua ibu jari anda di antara kedua alis mata 2) Gunakan kedua ibu jari untuk memijat secara lembut pada alis mata & di atas kelopak mata, mulai dari tengah ke samping seolah menyetrika alis</p>

No	Bagian yang Dipijat	Cara Memijat
	<p>c. Hidung : Senyum I</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Letakkan kedua ibu jari anda pada pertengahan alis 2) Tekankan ibu jari anda dari pertengahan kedua alis turun melalui tepi hidung ke arah pipi dengan membuat gerakan ke samping & ke atas seolah membuat bayi tersenyum 	
Gambar 5c		<p>d. Mulut bagian atas : Senyum II</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Letakkan kedua ibu jari anda di atas mulut di bawah sekat hidung 2) Gerakkan kedua ibu jari anda dari tengah ke samping & ke atas ke daerah pipi seolah membuat bayi tersenyum
Gambar 5d		<p>e. Mulut bagian bawah : Senyum III</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Letakkan kedua ibu jari anda ditengah dagu 2) Tekankan kedua ibu jari pada dagu dengan gerakan dari tengah ke samping, kemudian ke atas ke arah pipi seolah membuat bayi tersenyum
Gambar 5e		<p>f. Lingkar kecil di rahang Dengan jari kedua tangan, buatlah lingkaran-lingkaran kecil di daerah rahang bayi</p>
Gambar 5f		<p>g. Belakang telinga</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Dengan mempergunakan ujung-ujung jari, berikan tekanan lembut pada daerah belakang telinga kanan & kiri 2) Gerakkan ke arah pertengahan dagu di bawah dagu
Gambar 5g	<p>6. Punggung</p>	
	<p>a. Gerakan maju mundur (kursi goyang)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Tengkurapkan bayi melintang di depan anda dengan kepala di sebelah kiri & kaki di sebelah kanan anda 2) Pijatlah sepanjang punggung bayi dengan gerakan maju mundur menggunakan kedua telapak tangan, dari bawah leher sampai ke pantat bayi, lalu 	

No	Bagian yang Dipijat	Cara Memijat
	Gambar 6a	kembali lagi ke leher
		b. Gerakan menyetrika 1) Pegang pantat bayi dengan tangan kanan 2) Dengan tangan kiri, pijatlah mulai dari leher ke bawah sampai bertemu dengan tangan kanan yang menahan pantat bayi seolah menyetrika punggung
	Gambar 6b	
		c. Gerakan menyetrika & mengangkat Ulangi gerakan menyetrika punggung, hanya kali ini tangan kanan memegang kaki bayi & gerakan dilanjutkan sampai ke tumit kaki bayi
	Gambar 6c	
		d. Gerakan melingkar 1) Dengan jari-jari kedua tangan anda, buatlah gerakan-gerakan melingkar kecil-kecil mulai dari batas tengkuk turun ke bawah di sebelah kanan & kiri tulang punggung sampai di daerah pantat 2) Mulai dengan lingkaran-lingkaran kecil di daerah leher, kemudian lingkaran yang lebih besar di daerah pantat
	Gambar 6d	
		e. Gerakan menggaruk 1) Tekankan dengan lembut kelima jari-jari tangan kanan anda pada punggung bayi 2) Buat gerakan menggaruk ke bawah memanjang sampai ke pantat bayi
	Gambar 6e	
7. Relaksasi & Peregangan Lembut		
		Relaksasi Membuat goyangan-goyangan ringan, tepukan-tepukan halus & melambung-lambungkan secara lembut
	Gambar 7	
		Peregangan Lembut a. Tangan disilangkan 1) Pegang kedua pergelangan tangan bayi & silangkan keduanya di dada 2) Luruskan kembali kedua tangan bayi ke samping.
	Gambar 7a	

No	Bagian yang Dipijat	Cara Memijat
	 <p data-bbox="451 485 578 516">Gambar 7b</p>	<p data-bbox="695 264 1110 296">b. Membentuk diagonal tangan-kaki</p> <ol data-bbox="737 296 1349 516" style="list-style-type: none"> <li data-bbox="737 296 1349 422">1) Pertemukan ujung kaki kanan & ujung tangan kiri bayi di atas tubuh bayi sehingga membentuk garis diagonal. Selanjutnya, tarik kembali kaki kanan & tangan kiri bayi ke posisi semula <li data-bbox="737 422 1349 516">2) Pertemukan ujung kaki kiri dengan ujung tangan kanan di atas tubuh bayi. Selanjutnya, tarik kembali tangan & kaki bayi ke posisi semula.
	 <p data-bbox="451 747 578 779">Gambar 7c</p>	<p data-bbox="695 527 948 558">c. Menyilangkan kaki</p> <ol data-bbox="737 558 1349 800" style="list-style-type: none"> <li data-bbox="737 558 1349 705">1) Pegang pergelangan kaki kanan & kiri bayi, lalu silangkan ke atas. Buatlah silangan sehingga mata kaki kanan luar bertemu mata kaki kiri dalam. Setelah itu, kembalikan posisi kaki pada posisi semula <li data-bbox="737 705 1349 800">2) Pegang kedua pergelangan kaki bayi & silangkan kedua kakinya ke atas sehingga mata kaki kanan dalam bertemu dengan mata kaki kiri luar
	 <p data-bbox="451 1031 578 1062">Gambar 7d</p>	<p data-bbox="695 810 899 842">d. Menekuk kaki</p> <p data-bbox="737 842 1349 936">Pegang pergelangan kaki kanan & kiri bayi dalam posisi kaki lurus, lalu tekuk lutut kaki perlahan menuju ke arah perut</p>
	 <p data-bbox="451 1304 578 1335">Gambar 7e</p>	<p data-bbox="695 1083 1029 1115">e. Menekuk kaki bergantian</p> <p data-bbox="737 1115 1349 1188">Gerakannya sama seperti menekuk kaki, tetapi dengan mempergunakan kaki secara bergantian</p>

3. Karakteristik ibu yang memijat bayi (0-12 bulan)

Karakteristik adalah ciri-ciri dari individu yang terdiri dari demografi seperti jenis kelamin, umur serta status sosial seperti tingkat pendidikan, pekerjaan, ras, status ekonomi dan sebagainya (Tysara, 2022). Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI, 2021), karakteristik adalah tanda, ciri, atau fitur yang bisa digunakan sebagai identifikasi. Karakteristik ibu yang memijat bayinya dalam penelitian ini meliputi:

a. Umur ibu

Usia adalah lama ukuran waktu untuk hidup atau adanya seseorang, dihitung sejak dilahirkan atau dia ada. Semakin dewasa usia seseorang maka tingkat kematangan dan kekuatan seseorang akan lebih baik dalam berfikir maupun bekerja, hal ini dikarenakan dari pengalaman jiwa yang dialami akan mempengaruhi perilaku seseorang (Notoatmodjo, 2017). Usia yang sudah matang akan mempengaruhi pola pikir seorang ibu, sehingga ibu akan patuh dalam perawatan kehamilan. Ibu hamil yang berusia 20 hingga 30 tahun telah masuk dalam rentang usia dewasa awal, dimana ibu mulai mengalami proses kematangan emosional dan mampu menerima informasi dengan baik serta mengambil keputusan yang tepat mengenai perilaku kesehatan (Sari, 2019).

Usia seseorang dapat menggambarkan kematangan seseorang dalam menentukan tindakan dari kehidupannya. Semakin usia responden bertambah maka semakin matang pula dalam menentukan suatu pilihan termasuk dalam menambah pengetahuan tentang pijat bayi (Sulastri, 2020). Riset yang dilakukan oleh Ujiningtyas et al. (2018) menyatakan bahwa karakteristik ibu yang melakukan pemijatan pada bayinya di RS Yayasan Panti Rapih Yogyakarta tahun 2018 mayoritas berusia reproduksi sehat 20-35 tahun (81,6%),

b. Pendidikan

Pendidikan dalam bidang kesehatan secara umum dapat diartikan suatu usaha pembelajaran yang direncanakan untuk

mempengaruhi individu ataupun kelompok sehingga mau melaksanakan tindakan-tindakan untuk menghadapi masalah masalah dan meningkatkan kesehatannya. Semakin tinggi pendidikan seseorang maka makin mudah bagi mereka untuk menerima informasi, dan pada akhirnya makin banyak pula pengetahuan yang mereka miliki (Notoatmodjo, 2017).

Aspek pendidikan memegang peranan penting dalam pemijatan bayi. Semakin tinggi pendidikan, semakin mudah pula menerima dan mengakses informasi. Pendidikan juga dapat menghambat perkembangan sikap seseorang dalam penerimaan informasi dan nilai-nilai yang baru diperkenalkan. Orang yang tidak berpendidikan tinggi akan memberikan respon yang kurang rasional dan dalam pengambilan keputusan (Mubarak & Chayatin, 2020).

Tingkat pendidikan berpengaruh terhadap perubahan sikap dan perilaku hidup sehat. Tingkat pendidikan yang lebih tinggi akan memudahkan seseorang atau masyarakat untuk menyerap informasi dan mengimplementasikannya dalam perilaku dan gaya hidup sehari-hari, khususnya dalam hal kesehatan (Zulkarnaian & Sari, 2019). Tingkat pendidikan menurut Undang-Undang RI No.20 tahun 2003 tentang Pendidikan adalah sebagai berikut:

- 1) Pendidikan dasar berbentuk Sekolah Dasar (SD) dan Madrasah Ibtidaiyah (MI) atau bentuk lain yang sederajat serta Sekolah Menengah Pertama (SMP) dan Madrasah Tsanawiyah (MTs), atau bentuk lain yang sederajat.

- 2) Pendidikan menengah berbentuk Sekolah Menengah Atas (SMA), Madrasah Aliyah (MA), Sekolah Menengah Kejuruan (SMK), dan Madrasah Aliyah Kejuruan (MAK), atau bentuk lain yang sederajat
- 3) Pendidikan tinggi merupakan jenjang pendidikan setelah pendidikan menengah yang mencakup program pendidikan diploma, sarjana, magister, spesialis, dan doktor yang diselenggarakan oleh perguruan tinggi.

Pelaksanaan pijat bayi sangat berkaitan dengan perilaku ibu dalam perawatan anak. Perilaku seseorang dapat dipengaruhi oleh faktor predisposisi salah satunya adalah tingkat pendidikan (Notoatmodjo, 2017). Riset yang dilakukan oleh Saputri dan Sholeha (2019) menyatakan bahwa ibu di Desa Batu Raja Kecamatan Way Halim Kabupaten Pesawaran dengan pendidikan tinggi semuanya memijatkan bayinya, berbeda dengan ibu dengan pendidikan dasar yang mayoritas tidak memijatkan bayinya (78,9%)

c. Pekerjaan

Pekerjaan adalah kebutuhan yang harus dilakukan terutama untuk menunjang kehidupannya dan kehidupan keluarganya. Pekerjaan bukanlah sumber kesenangan, tetapi lebih banyak merupakan cara mencari nafkah yang membosankan berulang dan banyak tantangan (Nursalam, 2017). Sebagian orang tua terutama ibu harus membantu ayah dalam mencari nafkah untuk memenuhi ekonomi keluarga dan biasanya peran seorang ibu sering digantikan

oleh orang dewasa lainnya seperti pengasuh bayi atau nenek ketika ibu sedang pergi bekerja. Ada sekian banyak alasan mengapa ibu bekerja, mulai dari memenuhi kebutuhan ekonomi keluarga sampai sebagai suatu bentuk aktualisasi (Kurniasari & Karina, 2020).

Lingkungan pekerjaan dapat menjadikan seseorang masuk kedalam kategori faktor yang mempengaruhi pijat bayi yang ditinjau dari pekerjaan ibu. Ibu yang bekerja akan sering berinteraksi dengan orang lain sehingga memiliki peluang untuk mengetahui tentang pijat bayi, tetapi terkadang mereka tidak memiliki waktu untuk memijatkan bayinya karena terhalang oleh pekerjaannya, sebagian ibu meskipun sibuk bekerja tetapi tetap menyempatkan rutin memijatkan bayinya untuk kebutuhan bayinya. Sedangkan ibu yang tidak bekerja sebagian tidak banyak yang mengetahui tentang pijat bayi namun sebagian ada yang mengetahui dan memiliki pengalaman memijatkan bayinya dari anak sebelumnya, mendapat informasi melalui berbagai media sosial (instagram, facebook, whatsapp), banner, dan kartu nama (Dewi & Djauharoh, 2021). Riset yang dilakukan oleh Saputri dan Sholeha (2019) menyatakan bahwa ibu di Desa Batu Raja Kecamatan Way Halim Kabupaten Pesawaran yang melakukan pijat bayi ebagian besar tidak bekerja (83,3%).

d. Status ekonomi

Status ekonomi merupakan posisi yang ditempati individu atau keluarga yang berkenan dengan ukuran rata-rata yang umum berlaku tentang kepemilikan kultural, pendapatan efektif dan pemilikan

barang (Riadi, 2019). Menurut BPS (2022) Bekerja adalah kegiatan ekonomi yang dilakukan oleh seseorang dengan maksud memperoleh atau membantu memperoleh pendapatan atau keuntungan, paling sedikit satu jam (tidak terputus) dalam seminggu yang lalu. Kegiatan tersebut termasuk pula kegiatan pekerja tidak dibayar yang membantu dalam suatu usaha/kegiatan ekonomi. Berdasarkan penggolongannya Badan Pusat Statistik (BPS) membedakan pendapatan penduduk ke dalam 3 kategori:

- 1) Golongan pendapatan tinggi adalah jika pendapatan rata-rata lebih dari Rp. 6.000.000 per bulan.
- 2) Golongan pendapatan sedang adalah jika pendapatan rata-rata antara UMK Kabupaten Cilacap tahun 2023 (Rp. 2.383.090) s/d Rp. 6.000.000 per bulan.
- 3) Golongan pendapatan rendah adalah jika pendapatan rata-rata dibawah UMK Kabupaten Cilacap tahun 2023 (Rp. 2.383.090) per bulan.

Tingkat pencapaian pelayanan medis ditentukan oleh biaya yang meningkat, sehingga factor ekonomi menjadi penyebab naik turunnya tingkat pemanfaatan fasilitas pelayanan kesehatan, terutama oleh sii miskin. Dalam mengukur kondisi ekonomi ada dua konsep pokok. Pendapatan menunjukkan jumlah seluruh uang yang diterima oleh seseorang atau rumah tangga selama jangka waktu tertentu. Pijat dukun merupakan salah satu alternatif yang dipilih orang tua dengan status ekonomi rendah, karena selain biayanya murah pijat dukun

juga dapat ditemui di berbagai tempat. Akan tetapi, pijat dukun yang ada di berbagai tempat, rata-rata belum berstandart untuk dilakukan pada bayi (Safitri et al., 2020). Riset yang dilakukan oleh Salamah dan Adelia (2021) menyatakan bahwa ibu yang memiliki pengetahuan baik tentang pijat bayi memiliki status ekonomi tinggi (81,2%) dan ibu yang memiliki pengetahuan kurang dengan sosial ekonomi rendah (78,6%).

e. Pengetahuan

Pengetahuan adalah hasil persepsi manusia atau hasil seseorang mengetahui objek melalui inderanya, yaitu indera penglihatan, persepsi, penciuman, rasa, dan raba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui indera pendengaran dan penglihatan (Notoatmodjo, 2017). Pengetahuan adalah pengalaman atau pembelajaran yang didapat dari fakta, kebenaran atau informasi yang diperoleh melalui panca indra (Suharjito, 2020). Pelaksanaan pijat bayi sangat berkaitan dengan perilaku ibu dalam perawatan anak. Salah satu faktor yang mempengaruhi adalah pengetahuan, dimana perilaku yang didasari oleh pengetahuan akan bersifat langgeng (Saputri & Sholeha, 2019).

Faktor yang mempengaruhi pengetahuan individu menurut Kemendikbud RI (2022) adalah sebagai berikut:

1) Faktor internal

- a) Usia, semakin tua usia seseorang maka proses-proses perkembangan mentalnya bertambah baik. Akan tetapi, pada usia tertentu bertambahnya proses perkembangan mental ini

tidak secepat seperti ketika berumur belasan tahun

- b) Pengalaman merupakan sumber pengetahuan, atau pengalaman itu suatu cara untuk memperoleh kebenaran pengetahuan. Oleh sebab itu, pengalaman pribadi pun dapat digunakan sebagai upaya untuk memperoleh pengetahuan. Hal ini dilakukan dengan cara mengulang kembali pengalaman yang diperoleh dalam memecahkan permasalahan yang dihadapi pada masa lalu.
 - c) Intelegensia diartikan sebagai suatu kemampuan untuk belajar dan berfikir abstrak guna menyesuaikan diri secara mental dalam situasi baru. Intelegensia merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi hasil dari proses belajar. Intelegensia bagi seseorang merupakan salah satu modal untuk berfikir dan mengolah berbagai informasi secara terarah, sehingga ia mampu menguasai lingkungan.
 - d) Jenis kelamin, beberapa orang beranggapan bahwa pengetahuan seseorang dipengaruhi oleh jenis kelaminnya. Dan hal ini sudah tertanam sejak zaman penjajahan. Namun, hal itu di zaman sekarang ini sudah terbantah karena apapun jenis kelamin seseorang, bila dia masih produktif, berpendidikan, atau berpengalaman maka ia akan cenderung mempunyai tingkat pengetahuan yang tinggi.
- 2) Faktor eksternal
- a) Pendidikan adalah suatu kegiatan atau proses pembelajaran untuk meningkatkan kemampuan tertentu, sehingga sasaran

pendidikan itu dapat berdiri sendiri. Tingkat pendidikan turut pula menentukan mudah tidaknya seseorang menyerap dan memahami pengetahuan yang mereka peroleh, pada umumnya semakin tinggi pendidikan seseorang makin semakin baik pula pengetahuannya.

- b) Pekerjaan memang secara tidak langsung pekerjaan turut andil dalam mempengaruhi tingkat pengetahuan seseorang. Hal ini dikarenakan pekerjaan berhubungan erat dengan faktor interaksi sosial dan kebudayaan, sedangkan interaksi sosial dan budaya berhubungan erat dengan proses pertukaran informasi dan hal ini tentunya akan mempengaruhi tingkat pengetahuan seseorang.
- c) Sosial budaya mempunyai pengaruh pada pengetahuan seseorang. Seseorang memperoleh suatu kebudayaan dalam hubungannya dengan orang lain, karena hubungan ini seseorang mengalami suatu proses belajar dan memperoleh suatu pengetahuan. Status ekonomi seseorang juga akan menentukan tersedianya suatu fasilitas yang diperlukan untuk kegiatan tertentu, sehingga status sosial ekonomi ini akan mempengaruhi pengetahuan seseorang.
- d) Lingkungan merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi pengetahuan seseorang. Lingkungan memberikan pengaruh pertama bagi seseorang, di mana seseorang dapat mempelajari hal-hal yang baik dan juga hal-hal yang buruk tergantung pada sifat kelompoknya. Dalam

lingkungan seseorang akan memperoleh pengalaman yang akan berpengaruh pada cara berfikir seseorang.

- e) Informasi akan memberikan pengaruh pada pengetahuan seseorang. Meskipun seseorang memiliki pendidikan yang rendah, tetapi jika ia mendapatkan informasi yang baik dari berbagai media, misal TV, radio atau surat kabar maka hal itu akan dapat meningkatkan pengetahuan seseorang.

Pengukuran pengetahuan menurut Arikunto (2020) dapat diketahui dengan cara orang yang bersangkutan mengungkapkan apa yang diketahuinya dalam bentuk jawaban lisan maupun tulisan. Pertanyaan tes yang biasa digunakan dalam pengukuran pengetahuan ada dua bentuk, yaitu :

1) Bentuk objektif

Tes objektif adalah tes yang dalam pemeriksaannya dapat dilakukan secara objektif. Hal ini memang dimaksudkan untuk mengatasi kelemahan-kelemahan dari test bentuk esai.

2) Bentuk Subjektif

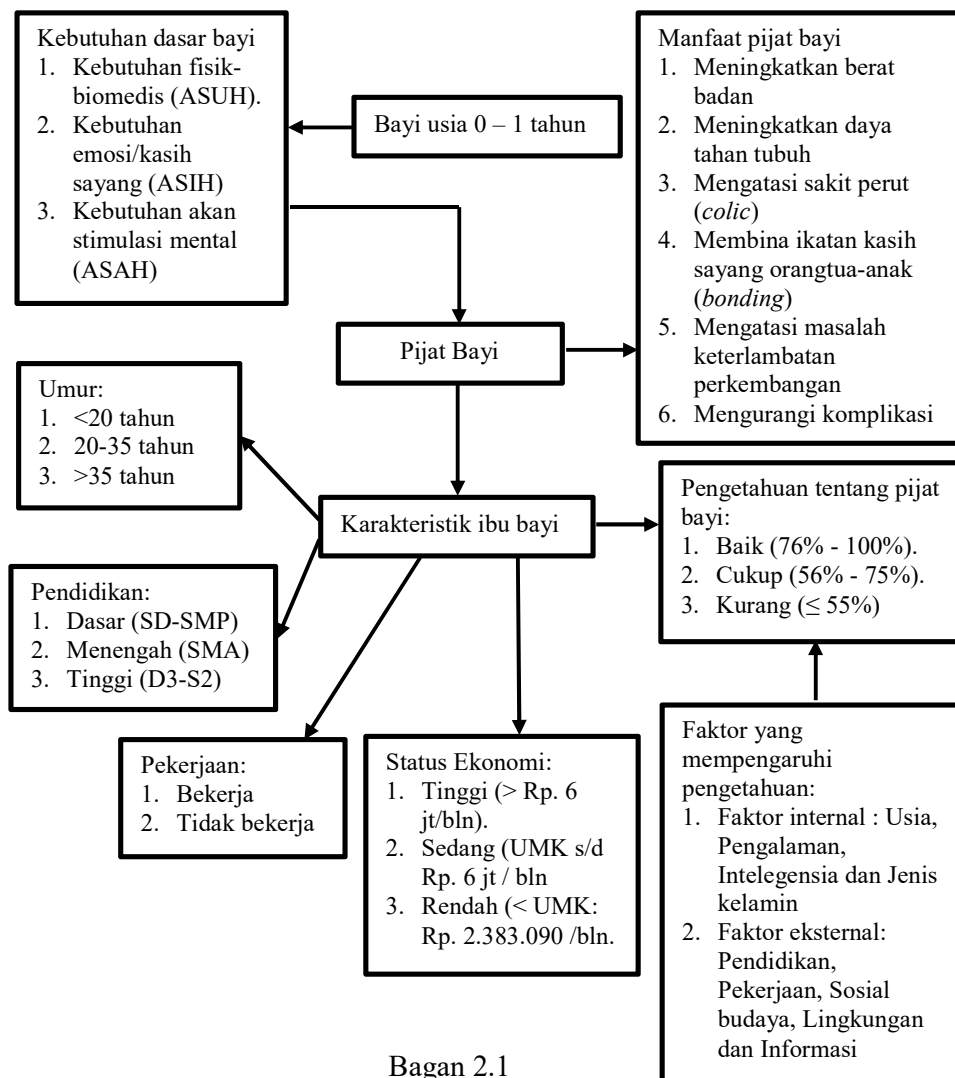
Tes subjektif adalah alat pengukur pengetahuan yang menjawabnya tidak ternilai dengan skor atau angka pasti seperti bentuk objektif. Menurut (Notoatmodjo, 2017) pengukuran atau penelitian pengetahuan dapat dikategorikan menjadi 3 (tiga) kategori, yaitu :

- a) Baik: Bila subyek mampu menjawab dengan benar 76% - 100% dari seluruh pertanyaan.
- b) Cukup: Bila subyek mampu menjawab dengan benar 56% -

75% dari seluruh pertanyaan.

- c) Kurang: Bila subyek mampu menjawab dengan benar $\leq 55\%$ dari seluruh pertanyaan.

B. Kerangka Teori



Bagan 2.1
Kerangka Teori

Sumber: Kementerian Kesehatan RI (2021), FK-KMK-UGM (2022), Yudiartana (2022), Hutasuhut (2018), Pemayun et al. (2021), Susanti (2019), Mandrofa (2019), Ujiningtyas et al. (2018), Sari (2019), Sulastri (2020), Notoatmodjo (2017), Zulkarnaian & Sari (2019), Kemendikbud RI (2022), Dewi & Djauharoh (2021), Saputri & Sholeha (2019) dan BPS (2022)