

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Perilaku

1. Pengertian perilaku

Perilaku manusia adalah semua kegiatan atau aktivitas manusia, baik yang dapat diamati langsung maupun yang tidak dapat diamati dari luar. Menurut Skinner, perilaku adalah respon atau reaksi seseorang terhadap suatu rangsangan dari luar

a. Faktor predisposisi (*predisposing*)

Faktor predisposisi (*predisposing factors*) yaitu faktor yang mempermudah dan mendasari terjadinya perilaku tertentu. dari perilaku yang menggambarkan rasional atau motivasi melakukan suatu tindakan, nilai dan kebutuhan yang dirasakan, berhubungan dengan motivasi kelompok atau individu untuk bertindak. Sebagian besar dari mereka berada dalam domain psikologi. Faktor predisposisi secara umum dapat dikatakan sebagai pertimbangan-pertimbangan personal dari suatu individu atau kelompok yang mempengaruhi terjadinya perilaku. Pertimbangan tersebut dapat mendukung atau menghambat terjadinya perilaku. Yang termasuk ke dalam kelompok faktor predisposisi antara lain pengetahuan, sikap, nilai-nilai budaya, persepsi, dan beberapa lainnya karakteristik individu seperti umur, jenis kelamin, tingkat pendidikan, dan pekerjaan (Sari *et al.*, 2022)

1) Pengetahuan

Pengetahuan adalah hasil “tahu”, dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan terjadi melalui pancaindra manusia, yakni: indra penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa, dan raba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga. Sebelum seseorang berperilaku baru, didalam diri orang terjadi proses yang berurutan yang dimulai dari kesadaran adanya stimulus kemudian ada rasa tertarik. Setelah itu terjadi

pertimbangan dalam batin bagaimana dampak negatif positif dari stimulus. Hasilnya pemikiran yang positif akan membawa subyek untuk memulai mencoba dan akhirnya dalam dirinya sudah terbentuk suatu perilaku baru. Adopsi perilaku yang didasari pengetahuan, kesadaran dan sikap yang positif terhadap stimulus akan membentuk perilaku baru yang mampu bertahan lama (Adiputra *et al.*, 2021)

a) Tingkat pengetahuan

Pengetahuan merupakan efek lanjutan dari keingintahuan individu berkenaan dengan objek melalui indra yang dimiliki. Setiap individu memiliki pengetahuan yang tidak sama karena pengindraan setiap orang mengenai suatu objek berbeda-beda. Adapun enam tingkatan pengetahuan (Adiputra *et al.*, 2021) yaitu:

1) Tahu (*know*)

Tahu diartikan sebagai mengingat sebagai bahan yang telah diteliti sebelumnya setelah membantu sesuatu. Kata tahu yang mengoreksi tingkat pengetahuan ini adalah mengingat sesuatu yang spesifik dari semua bahan atau rangsangan yang diketahui yang diterima

2) Memahami (*comprehension*)

Dalam memahami suatu objek, tidak hanya sekedar mengetahui tentang objek tersebut, dan tidak hanya dapat menyebutkannya, tetapi orang tersebut harus dapat menafsirkan dengan benar objek yang diketahuinya.

3) Aplikasi (*application*)

Aplikasi ini diartikan sebagai kemampuan untuk menggunakan materi yang telah diamati dalam situasi atau kondisi aktual.

4) Analisis (*analysis*)

Merupakan kemauan seseorang untuk mendeskripsikan atau merasakan, kemudian mencari hubungan antar

komponen yang terdapat dalam suatu masalah atau objek yang diketahui. Indikasi bahwa pengetahuan seseorang telah mencapai tingkat analisis adalah kunjungan orang tersebut telah mampu membedakan, atau salah mengklasifikasikan, membuat diagram (bagan) pengetahuan objek tersebut.

5) Sintesis (*sintesis*)

Sintesis yang menunjukkan kemampuan seseorang untuk meringkas atau menghubungkan secara logis komponen-komponen pengetahuan yang dimiliki.

6) Evaluasi (*evaluation*)

Evaluasi berkaitan dengan kemampuan seseorang untuk membenarkan atau mengevaluasi suatu objek tertentu. Penilaian ini didasarkan pada kriteria atau norma yang ditentukan sendiri yang berlaku untuk masyarakat.

b) Tingkat pengukuran pengetahuan

Menurut Notoatmodjo pengetahuan seseorang dapat diketahui dan diintrepetasikan dengan skala yang bersifat kualitatif, yaitu:

- (1) Baik, bila subyek menjawab benar 76%-100% seluruh pertanyaan.
- (2) Kurang, bila subyek menjawab benar <75% seluruh pertanyaan (Eriyani, 2021)

2) Sikap

Sikap adalah predisposisi untuk memberikan tanggapan terhadap rangsang lingkungan yang dapat memulai atau membimbing tingkah laku orang tersebut. Secara definitif sikap berarti suatu keadaan jiwa dan keadaan berfikir yang disiapkan untuk memberikan tanggapan terhadap suatu objek yang diorganisasikan melalui pengalaman serta mempengaruhi secara langsung atau tidak langsung pada praktik atau tindakan. Sikap sebagai suatu bentuk evaluasi atau reaksi perasaan. Sikap

dikatakan sebagai respon yang hanya timbul bila individu dihadapkan pada suatu stimulus. Sikap seseorang terhadap sesuatu objek adalah perasaan mendukung atau memihak (*favorable*) maupun perasaan tidak mendukung atau tidak memihak (*unfavorable*) pada objek tertentu. Sikap merupakan persiapan untuk bereaksi terhadap objek dilingkungan tertentu sebagai suatu penghayatan terhadap objek.

Menurut (Azwar, 2019) Struktur sikap terdiri dari 3 komponen:

a) Komponen kognitif

merupakan kepercayaan atau keyakinan manusia terhadap pemahaman yang diterima dari suatu objek. Secara umum, seseorang dalam memahami satu objek menjadi dasar dalam pengetahuan seseorang terhadap objek tersebut.

b) Komponen Afektif

merupakan sebuah masalah emosional atau perasaan individu terhadap suatu objek. Komponen afektif menjelaskan bahwa seorang individu dapat memiliki rasa dalam menyikapi suatu objek, perasaan yang timbul dapat merupakan rasa senang atau tidak suka.

c) Komponen Konatif

Merupakan sebuah kecenderungan individu untuk bertindak dengan cara – cara tertentu sesuai dengan apa yang diketahui dan apa yang dirasakan oleh individu pada suatu objek tersebut.

Pengukuran Sikap:

(1) Skala *Likert*

Pengukuran sikap dapat dilakukan dengan menilai pernyataan sikap seseorang. Pernyataan sikap adalah rangkaian kalimat yang mengatakan sesuatu mengenai obyek sikap yang hendak diungkap. Pernyataan sikap mungkin berisi atau mengatakan hal-hal yang positif

mengenai obyek sikap, yaitu kalimatnya bersifat mendukung atau memihak pada obyek sikap. Pernyataan ini disebut dengan pernyataan yang *favourable*. Sebaliknya pernyataan sikap mungkin pula berisi hal-hal negatif mengenai obyek sikap yang bersifat tidak mendukung maupun kontra terhadap obyek sikap. Pernyataan seperti ini disebut dengan pernyataan yang tidak *favourabel*. Suatu skala sikap sedapat mungkin diusahakan agar terdiri atas pernyataan *favorable* (SS)=4,(S)=3,(TS)=2,(STS)=1 dan *unfavorable* (SS)=1, (S)= 2,(TS)=3, (STS)= 4 dalam jumlah yang seimbang. Dengan demikian pernyataan yang disajikan tidak semua positif dan tidak semua negatif yang seolah-olah isi skala memihak atau tidak mendukung sama sekali obyek sikap

3) Faktor Nilai-Nilai Budaya

Hasil penelitian menyatakan Nilai-Nilai Budaya merupakan faktor yang mempengaruhi perilaku seseorang. Nilai-Nilai Budaya mencakup keyakinan atau kepercayaan pada suatu objek (Triwibowo 2019). Kepercayaan atau keyakinan juga merupakan proses berperilaku setelah sikap, dengan sikap yang bersifat positif atau negatif akan berdasar pada kepercayaan seseorang (Fitriyani 2021). Nilai-nilai budaya memiliki pengaruh besar pada perilaku seseorang dengan adanya keyakinan atau kepercayaan seseorang akan memberikan perubahan terhadap sebuah keputusan dan bertindak.

4) Faktor Persepsi

Faktor persepsi memiliki pengaruh terhadap perilaku SADARI seseorang hal tersebut dapat dibuktikan pada beberapa penelitian salah satunya menjelaskan bahwa terhadap hubungan antara persepsi siswi salah satu sekolah di Indonesia dengan perilaku SADARI (Ratnaningsih,

2020). Persepsi seseorang dapat memberikan pengaruh besar kepada perilaku SADARI dikarenakan sebuah persepsi akan berdampak pada derajat sebuah penyakit sehingga secara umum akan memberikan perubahan pada perilaku seseorang.

5) Faktor Karaktersitik

Individu Faktor karakteristik individu yang ditemukan terdiri dari umur hal tersebut pada beberapa jurnal menjelaskan usia 15-65 tahun merupakan usia paling bagus untuk melakukan SADARI. Faktor lain yakni jenis kelamin beberapa penelitian di Indonesia menyatakan bahwa kanker payudara paling umum dijumpai pada wanita, dari pernyataan tersebut dapat disimpulkan kebanyakan wanita yang lebih sering melakukan SADARI dari pada pria tetapi secara garis besar penelitian belum menyertakan secara spesifik bahwa jenis kelamin, berbeda dengan Pendidikan dan Pekerjaan seseorang yang belum tentu dapat mempengaruhi perilaku SADARI karena semua didasari pada pengetahuan seseorang (Arfan *et al.*, 2020) Faktor Tingkat Pendidikan memiliki peranan penting terhadap pengaruh perilaku menurut salah satu penelitian yang dilakukan di Indonesia menyatakan seseorang yang berpendidikan menengah akan mempengaruhi pola pikir seseorang dengan semakin tinggi Pendidikan semakin baik kemampuan menangkap informasi dan menerapkan informasi pada perilaku yang akan dilakukan (Anggraini, 2018). Faktor Pekerjaan yang mempengaruhi perilaku SADARI tidak ditemukan untuk hasil secara umum dari jurnal ekstrasi data hingga penunjang.

b. Faktor pendukung (*enabling*)

Yaitu faktor-faktor yang memungkinkan terjadinya suatu perilaku tertentu atau memungkinkan suatu motivasi direalisasikan. Yang termasuk dalam kelompok faktor pemungkin tersebut antara lain ketersediaan pelayanan kesehatan, aksesibilitas dan kemudahan pelayanan kesehatan baik dari segi jarak, biaya, dan sosial, serta adanya peraturan-peraturan dan komitmen masyarakat dalam menunjang perilaku tersebut. Faktor ini seringkali merupakan kondisi dari lingkungan, memfasilitasi dilakukannya suatu tindakan oleh individu atau organisasi. Hal ini juga termasuk kondisi yang berlaku sebagai hambatan dari tindakan tersebut, seperti ketiadaan sarana transportasi yang menghambat partisipasi keterampilan baru yang diperlukan seseorang, organisasi atau masyarakat untuk membuat suatu perubahan perilaku atau lingkungan. Faktor pemungkin menjadi target antara intervensi program pada organisasi atau masyarakat. Terdiri dari sumber daya atau keterampilan baru untuk membuat suatu tindakan kesehatan dan tindakan organisasi yang dibutuhkan untuk mengubah lingkungan. sumber daya yang dimaksudkan dalam hal ini berupa organisasi dan aksesibilitas fasilitas pelayanan kesehatan, informasi kesehatan rumah sakit, puskesmas, bidan desa dan sejenisknya. Keterampilan dalam pengaruhnya terhadap masyarakat, seperti melalui perubahan organisasi dan kegiatan sosial, dapat memungkinkan tindakan secara langsung mempengaruhi lingkungan pelayanan kesehatan atau lingkungan fisik.

1) Informasi

Informasi adalah sebagaimana seseorang mendapatkan informasi untuk dapat bermanfaat bagi kehidupannya. faktor yang dapat mempengaruhi perilaku adalah faktor pendukung yang dimana media merupakan komponen dari faktor tersebut. Informasi ini dapat diperoleh dari berbagai sumber seperti dari orang tua, buku, internet, media massa seperti surat kabar, majalah, radio dan televisi. Sumber informasi kesehatan yang efektif sangatlah

penting dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap positif untuk mencegah berbagai penyebaran penyakit. Informasi dapat kita temui dari mana saja, baik dari petugas kesehatan, dan keluarga. Paparan media terhadap informasi yang didengar maupun dilihat dapat menambah pengetahuan dan dapat mempengaruhi pengambilan keputusan.

2) Rumah sakit

Menurut WHO (*World Health Organization*), rumah sakit adalah bagian integral dari suatu organisasi sosial dan kesehatan dengan fungsi menyediakan pelayanan paripurna (komprehensif), penyembuhan penyakit (kuratif) dan pencegahan penyakit (preventif) kepada masyarakat.

3) Puskesmas

Pusat kesahatan masyarakat (Puskesmas) merupakan fasilitas kesehatan yang menyelenggarakan upaya kesehatan masyarakat dan upaya kesehatan perseorangan tingkat pertama, dengan lebih mengutamakan upaya promotif dan preventif, untuk mencapai derajat kesehatan masyarakat yang setinggi-tingginya di wilayah kerjanya. Puskesmas dapat berperan dalam SADARI (Pemeriksaan Payudara Sendiri) dengan melakukan pendampingan dan edukasi kepada masyarakat.

4) Bidan desa

Peran bidan dalam memberikan promosi kesehatan melalui program deteksi dini dan pengajaran. Deteksi dini penyakit kanker payudara yaitu dengan SADARI dengan tujuan untuk mengetahui adanya benjolan atau kelainan payudara lainnya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peran Bidan dalam memberikan promosi kesehatan kepada remaja tentang SADARI (Pintamas *et al.*, 2024)

c. Pendorong (*reinforcing*)

Faktor pendorong terwujud dalam sikap dan perilaku dukungan petugas kesehatan atau dukungan lainnya, yang merupakan kelompok

referensi dari perilaku masyarakat. Perilaku orang lebih banyak dipengaruhi oleh orang-orang penting (Triwibowo, 2019).

- 1) Dukungan petugas kesehatan, dimana semua petugas kesehatan, baik dilihat dari jenis dan tingkatannya pada dasarnya adalah penyuluhan kesehatan. Ditengah-tengah masyarakat petugas kesehatan adalah menjadi tokoh panutan dibidang kesehatan. Untuk itu maka petugas kesehatan harus memiliki sikap dan perilaku yang sesuai dengan nilai-nilai kesehatan. Demikian pula petugas-petugas lain atau tokoh masyarakat juga merupakan panutan perilaku termasuk perilaku kesehatan
- 2) Dukungan keluarga sangat efektif dalam pengaruhnya pada fungsi keluarga, pembentukan karakter dan perilaku keluarga. Dalam pelaksanaan SADARI, peran keluarga sangat penting karena keluarga bertanggung jawab atas mindset dalam menentukan tindakan berperilaku sehat pada remaja (Soviadi & Hastono, 2023).

Cara ukur Dukungan keluarga diukur dengan menggunakan kuesioner dengan 5 pertanyaan kepada responden dengan pilihan jawaban Ya dan Tidak. Jika respon den menjawab Ya diberi skor 1 dan jika menjawab Tidak diberi skor 0

B. Konsep Dasar Sadari

1. SADARI

a. Pengertian

Pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) adalah pengembangan kepedulian seorang wanita terhadap kondisi payudaranya sendiri. Tindakan ini dilengkapi dengan langkah-langkah khusus untuk mendeteksi secara awal penyakit kanker payudara. Kegiatan ini sangat sederhana dan dapat dilakukan oleh semua wanita tanpa perlu merasa malu kepada pemeriksa, tidak membutuhkan biaya, dan bagi wanita yang sibuk hanya perlu menyediakan waktunya selama kurang lebih lima menit. Tidak diperlukan waktu khusus, cukup dilakukan saat

mandi atau pada saat sedang berbaring. SADARI sebaiknya mulai dilakukan saat seorang wanita telah mengalami menstruasi. Tingkat sensitivitasnya (kemampuan untuk mendeteksi kanker payudara) adalah sekitar 20-30% (Rochmawati *et al.*, 2023)

SADARI adalah pemeriksaan yang dilakukan sebagai deteksi dini kanker payudara yang dilakukan oleh setiap wanita untuk mencari benjolan yang dicurigai atau kelainan lainnya. SADARI adalah usaha atau cara pemeriksaan payudara yang dilakukan secara teratur dan sistematis oleh setiap wanita sebagai langkah deteksi (Rochmawati *et al.*, 2023)

b. Tujuan SADARI

SADARI bertujuan:

- 1) SADARI hanya mendeteksi secara dini kanker payudara, bukan untuk mencegah kanker payudara sehingga dapat terdeteksi pada stadium awal, maka pengobatan dini akan memperpanjang harapan hidup penderita kanker payudara.
- 2) Menurunkan angka kematian penderita karena kanker payudara.
- 3) Untuk merasakan dan mengenal lekuk-lekuk payudara sehingga jika terjadi Pemeriksaan perubahan dapat segera diketahui.
- 4) Dapat menemukan tumor/ benjolan payudara pada saat stadium awal, yang digunakan sebagai rujukan melakukan mamografi (Rochmawati *et al.*, 2023)

c. Waktu SADARI

Waktu yang paling tepat untuk melakukan SADARI ialah 7 hari sampai 10 hari setelah menstruasi. Yang pada saat itu kondisi payudara sudah tidak bengkak karena perubahan hormon pada saat menstruasi sehingga payudara terasa lebih lunak (tidak kencang), Kementerian Kesehatan RI memberikan himbauan setiap perempuan untuk melakukan SADARI dari mulai mendapatkan haid pertama atau usia 12 tahun Waktu terbaik adalah hari terakhir masa haid 7-8 hari setelah haid, karena payudara akan terasa lebih lunak dan longgar sehingga

memudahkan perabaan dan waktu 10 menit setiap bulan periksa payudara (Rochmawati *et al.*, 2023)

d. Manfaat SADARI

Manfaat SADARI:

- a. Dapat mendeteksi adanya tumor dalam ukuran kecil.
- b. Dapat mendeteksi adanya kanker payudara stadium dini.
- c. Dapat mencegah penyakit kanker payudara.
- d. Dapat menemukan adanya kelainan pada payudara.
- e. Dapat menurunkan angka kematian wanita akibat kanker payudara (Rochmawati *et al.*, 2023)

e. Wanita Yang Dianjurkan Melakukan SADARI

Kementerian Kesehatan RI memberikan himbauan setiap perempuan untuk melakukan SADARI dari mulai mendapatkan haid pertama atau usia 12 tahun dan Menurut Long, wanita yang dianjurkan untuk melakukan SADARI atau *Breast Self Examination* (BSE) serta saran waktu pelaksanaan SADARI adalah sebagai berikut:

- a. Wanita usia subur: 7-10 hari setelah menstruasi.
- b. Wanita pasca menopause: pada waktu tertentu setiap bulan.
- c. Setiap wanita perlu melakukan pemeriksaan payudara sendiri setiap bulan.
- d. Wanita yang beresiko tinggi sebelum mencapai usia 50 tahun perlu melakukan mamografi setiap tahun, pemeriksaan payudara oleh dokter setiap 2 tahun.
- e. Wanita yang berusia antara 20-40 tahun: Mammogram awal atau dasar antara usia 35 sampai 40 tahun
- f. Melakukan pengujian payudara pada dokter setiap 3 tahun.
- g. Wanita yang berusia antara 40-49 tahun melakukan pemeriksaan payudara pada dokter dan mamografi setiap 1-2 tahun.
- h. Wanita yang berusia di atas 50 tahun melakukan pemeriksaan payudara pada dokter dan mamografi setiap tahun (Rochmawati *et al.*, 2023)

f. Masalah Yang Ditemukan Saat Keterlambatan Melakukan SADARI

Perubahan yang dapat dilihat sebagai kelainan yang terjadi dan perlu mendapat perhatian adalah:

- a. Penambahan ukuran/besar yang tidak biasa pada payudara
- b. Salah satu payudara menggantung lebih rendah dari biasanya
- c. Lekukan seperti lesung pipit pada kulit payudara
- d. Cekungan atau lipatan pada puting
- e. Perubahan penampilan puting payudara
- f. Adanya benjolan pada payudara
- g. Pembesaran kelenjar getah bening pada lipat ketiak atau leher
- h. Pembengkakan pada lengan bagian atas

(Musthika *et al.*, 2018)

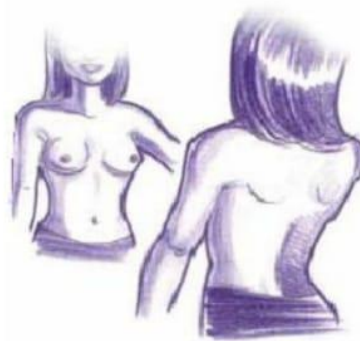
g. Langkah Langkah SADARI

Pemeriksaan payudara dapat dilakukan dengan cara melihat perubahan dihadapan cermin dan melihat perubahan bentuk payudara serta dengan cara berbaring.

1) Melihat perubahan di hadapan cermin.

Lihat pada cermin, bentuk dan keseimbangan bentuk payudara (simetris atau tidak). Cara melakukannya sebagai berikut:

Langkah 1 Melihat bentuk perubahan dan besarnya payudara, perubahan puting susu, serta kulit payudara di depan kaca. Sambil berdiri tegak depan cermin, posisi kedua lengan lurus ke bawah di samping badan

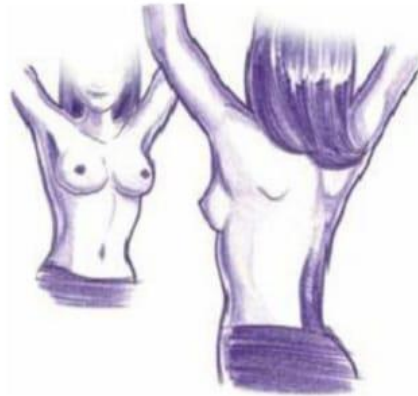


Gambar 1

Sumber : (Rochmawati *et al.*, 2023)

Langkah 2

Periksa payudara dengan tangan diangkat di atas kepala. Dengan maksud untuk melihat retraksi kulit atau perlekatan tumor terhadap otot atau *fascia* di bawahnya

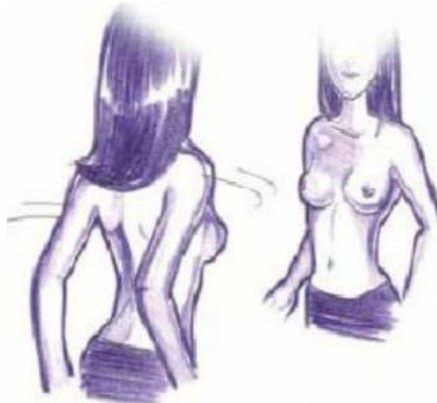


Gambar 2

Sumber : (Rochmawati *et al.*, 2023)

Langkah 3

Berdiri tegak di depan cermin dengan tangan disamping kanan dan kiri. Miringkan badan ke kanan dan kiri untuk melihat perubahan pada payudara.



Gambar 3

sumber : (Rochmawati dkk., 2023)

Langkah 4

Menegangkan otot-otot bagian dada dengan berkacak pinggang/
tangan menekan pinggul dimaksudkan untuk menegangkan otot di
daerah *axilla*



Gambar 4

Sumber : (Rochmawati *et al.*, 2023)

2) Melihat perubahan bentuk payudara dengan berbaring

Langkah 1 persiapan

Dimulai dari payudara kanan. Berbaring menghadap ke kiri dengan membengkokkan kedua lutut Anda. Letakkan bantal atau handuk mandi yang telah dilipat di bawah bahu sebelah kanan untuk menaikkan bagian yang akan diperiksa. Kemudian letakkan tangan kanan Anda di bawah kepala. Gunakan tangan kiri Anda untuk memeriksa payudara kanan. Gunakan telapak jari-jari Anda untuk memeriksa sembarang benjolan atau penebalan. Periksa payudara Anda dengan menggunakan vertical strip dan circular

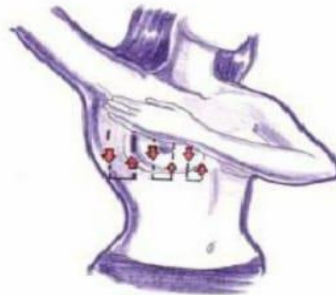


Gambar 5

Sumber : (Rochmawati *et al.*, 2023)

Langkah 2 Pemeriksaan payudara dengan *vertical strip*

Memeriksa seluruh bagian payudara dengan cara *vertical*, dari tulang selangka di bagian atas ke *bra-line* di bagian bawah, dan garis tengah antara kedua payudara ke garis tengah bagian ketiak. Gunakan tangan kiri untuk mengawali pijatan pada ketiak. Kemudian putar dan tekan kuat untuk merasakan benjolan. Gerakkan tangan Anda perlahan-lahan ke bawah *bra line* dengan putaran ringan dan tekan kuat di setiap tempat. Di bagian bawah *bra line*, bergerak kurang lebih 2 cm kekiri dan terus ke arah atas menuju tulang selangka dengan memutar dan menekan. Bergeraklah ke atas dan ke bawah mengikuti pijatan dan meliputi seluruh bagian yang ditunjuk



Gambar 6

(Rochmawati *et al.*, 2023)

Langkah 3 Pemeriksaan payudara dengan cara memutar

Berawal dari bagian atas payudara Anda, buat putaran yang besar. Bergeraklah sekeliling payudara dengan memperhatikan benjolan yang luar biasa. Buatlah sekurang-kurangnya tiga putaran kecil sampai ke puting payudara. Lakukan sebanyak 2 kali. Sekali dengan tekanan ringan dan sekali dengan tekanan kuat. Jangan lupa periksa bagian bawah *areola mammae*



Gambar 7

Sumber : (Rochmawati *et al.*, 2023)

Langkah 4. Pemeriksaan cairan di puting payudara

Menggunakan kedua tangan, kemudian tekan payudara Anda untuk melihat adanya cairan abnormal dari puting payudara



Gambar 8

Sumber : (Rochmawati *et al.*, 2023)

Langkah 5 memeriksa ketiak Letakkan tangan kanan Anda ke samping dan rasakan ketiak Anda dengan teliti, apakah teraba benjolan abnormal atau tidak.



Gambar 9

Sumber : (Rochmawati *et al.*, 2023)

C. Konsep Dasar Remaja

Proses perubahan dari anak-anak menuju dewasa disebut juga dengan remaja. Masa remaja biasa dimulai sedari usia 9 tahun dengan pembagian sebelum 12 tahun bagi perempuan, dan sebelum 14 tahun bagi laki-laki. Pada masa remaja seseorang dituntut untuk menjadi seorang yang bisa mengendalikan emosi, memiliki mental yang kuat, dan bisa menjaga kesehatan tubuhnya. Proses pertumbuhan pada remaja melibatkan hal-hal yang bisa dihitung dan diukur pertumbuhannya (kualitatif) contohnya, tinggi badan, berat badan. Proses perkembangan remaja melibatkan proses kuantitatif dan kualitatif contohnya pola pikir remaja, psikologi yang dimiliki remaja, dan bagaimana cara remaja menjaga emosionalnya.

Pertumbuhan dan perkembangan pada remaja membutuhkan dua organ untuk penunjang keberhasilannya, dua organ itu adalah hipofisis dan hipotalamus, kedua organ ini akan merangsang kelenjar organ reproduksi, kelenjar gondok, dan kelenjar anak ginjal untuk pertumbuhan dan perkembangan remaja. Ketiga kelenjar pendukung pertumbuhan dan perkembangan remaja ini akan bekerja sesuai dengan rangsangan yang didapat dari luar dan tubuh remaja, contoh faktor yang didapat adalah faktor hereditas, dan faktor lingkungan. Remaja bisa digolongkan menjadi 3 yaitu masa remaja awal, remaja tengah, dan remaja akhir. Disaat anak mengalami remaja awal (biasanya terjadi pada umur 9 tahun) anak akan mengalami perubahan fisik dengan pesat dan perubahan intelektual dengan pesat pula. Anak yang

mengalami masa remaja awal biasanya belum bisa meninggalkan tingkah laku anak-anaknya. Masa peralihan dari anak-anak ke remaja ini mengakibatkan anak tidak memiliki pendirian, dan sangat mudah merasakan kecewa. Setelah masa remaja awal, anak akan bergerak menuju masa remaja pertengahan dengan rentang usia lebih kurang 15-18 tahun. Pada masa remaja pertengahan remaja masih belum mampu untuk meninggalkan tingkah kekanak-kanakannya, namun pada masa remaja pertengahan anak mulai merubah kepribadian dan pola pikirnya.

Pada masa remaja pertengahan anak sudah mulai memahami norma, dan hukum yang berada di masyarakatnya. Pada fase remaja pertengahan anak akan mulai mencari jati diri, sehingga tidak jarang anak terjerumus pada pergaulan bebas, karena anak tidak mampu menyaring dan menilai perilaku buruk yang berada pada lingkungannya. Kemudian beralih pada remaja akhir dengan rentang usia lebih kurang 18 hingga 21 tahun. Masa remaja akhir merupakan akhir dari perjalanan anak untuk mencari jati dirinya. Anak sudah mampu dalam mengambil keputusan dan mulai belajar untuk menentukan arah hidupnya. Disaat masa remaja akhir anak bisa berdiri dengan pola pikir dan arah hidupnya (Ramadani & Fitri, 2021)

1. Pengertian Perkembangan Remaja

Berbagai definisi perkembangan dikemukakan oleh para pakar. Namun secara umum, definisi tersebut sebenarnya mengandung muatan yang sama yang pada intinya mengemukakan bahwa, perkembangan merupakan suatu proses perubahan dalam diri individu yang bersifat kualitatif atau fungsi psikologis yang berlangsung secara terus menerus ke arah yang lebih baik/progresif menuju kedewasaan. Definisi-definisi tentang perkembangan pada umumnya mencakup unsur-unsur sebagai berikut:

- a. Adanya perubahan fungsi psikologis yang bersifat kualitatif, yaitu perubahan yang dapat dilihat melalui adanya kemampuan dalam bertingkah laku sosial, emosional, moral maupun intelektual, secara lebih matang.
- b. Perubahan yang terjadi pada diri individu merupakan proses yang berkesinambungan dan berkelanjutan sehingga perkembangan

(perubahan) pada tahap kehidupan (periode) sebelumnya mempengaruhi perkembangan pada periode sesudahnya.

- c. Perubahan yang mengarah kepada pencapaian kematangan berupa kemampuan bertingkah laku secara fisik, sosial, emosional, moral dan intelektual sesuai dengan tingkat perkembangan tertentu sesuai dengan kondisi individu yang bersangkutan (Ramadani & Fitri, 2021)

2. Pengertian Pertumbuhan Remaja

Pertumbuhan pada remaja perempuan biasanya diawali dengan mulai membesarnya buah dada, tumbuhnya rambut-rambut halus atau rambut pubis disekitar kemaluan dan ketiak. Perubahan fisik secara pesat ini akan terjadi pada usia lebih kurang 9-13 tahun. Setelah tumbuhnya payudara bagi remaja perempuan, anak perempuan akan mulai mengeluarkan secret vagina / cairan vagina, dan pertumbuhan anak perempuan akan berlanjut dengan munculnya menstruasi di umur 11 tahun, dan pada usia lebih kurang 16 tahun anak perempuan akan mengalami kematangan seksual

Stadium Pertumbuhan Buah Dada Pada Perempuan:

- a. Stadium I Pada usia 10-12 tahun timbul pembengkakan jaringan payudara.
- b. Stadium II Mulai membesarnya areola (lingkaran hitam pada payudara) dan payudara semakin berkembang.
- c. Stadium III Payudara semakin membesar dan diikuti oleh perkembangan puting dan areola, namun pada stadium ini puting belum terlihat berpisah dari payudara
- d. Stadium IV Puting susu dan areola tampak menonjol dari jaringan sekitarnya.
- e. Stadium V Pada stadium ini terjadi kematangan pada payudara, maka bisa disebut payudara dewasa

Stadium pertumbuhan rambut pada perempuan

- a. Stadium I Timbulnya bulu halus pada area kemaluan namun tidak sampai pada dinding perut.

- b. Stadium II Pertumbuhan rambut menjadi hitam dan mulai panjang, tumbuh disekitar lambia
- c. Stadium III Perubahan rambut menjadi lebih hitam, tebal, dan keriting dan mendekati pubis
- d. Stadium IV Sudah bisa dikatakan rambut dewasa, dan tidak ada pertumbuhan rambut lagi
- e. Stadium V Rambut sudah terletak seperti segitiga terbalik

3. Ciri Ciri khas Remaja

Perkembangan remaja, ditandai dengan adanya beberapa tingkah laku, baik tingkah laku positif maupun tingkah laku yang negatif. Hal ini dikarenakan pada masa ini remaja sedang mengalami masa panca roba dari masa anak-anak ke masa remaja. Perilaku suka melawan, gelisah, periode labil, seringkali melanda remaja pada masa ini. Namun demikian, berkembangnya perilaku ini, pada dasarnya sangat dipengaruhi oleh adanya perlakuan-perlakuan yang berasal dari lingkungan. Hal ini seringkali terjadi karena kurangnya pemahaman orang-orang di sekeliling individu tentang proses dan makna perkembangan remaja. Bahwa tingkah laku negatif pada diri remaja, disebabkan adanya perlakuan lingkungan yang kurang sesuai dengan tuntutan atau kebutuhan perkembangan remaja. Pada tahap perkembangan ini, harus didukung oleh pemahaman orang tua terhadap kondisi remaja yang sedang mencari jati dirinya. Oleh karena itu, peran orang tua sebagai kawan dan sahabat lebih diperlukan pada masa ini dari pada peran orang tua sebagai pengatur dan penentu keputusan.

Dari penjelasan di atas dapat dipahami bahwa tingkah laku negative bukan merupakan ciri perkembangan remaja yang normal, tetapi remaja yang berkembang memperlihatkan kemampuan bertingkah laku yang positif. Remaja memang memperlihatkan tingkah laku yang khas sebagai tanda mereka berkembang sebagai remaja yang normal. Ciri khas perkembangan remaja sebagai berikut :

- 1) Mengalami perubahan fisik (pertumbuhan) paling pesat, dibandingkan dengan periode perkembangan sebelum maupun sesudahnya, pertumbuhan fisik pada permulaan remaja sangat cepat. Tulang-tulang

badan memanjang lebih cepat sehingga tubuh tubuh nampak makin besar dan kokoh. Demikian juga jantung, pencernaan, ginjal dan berbagai organ tubuh bagian dalam bertambah kuat dan berfungsi sempurna.

- 2) Memiliki energi yang berlimpah secara fisik dan psikis yang mendorong mereka untuk berprestasi dan beraktivitas. Periode remaja merupakan periode paling kuat secara fisik dan paling kreatif secara mental sepanjang periode kehidupan manusia
- 3) Memiliki fokus perhatian yang lebih terarah kepada teman sebaya dan secara berangsur melepaskan diri dari keterikatan dengan keluarga terutama orang tua. Dalam beberapa aspek, keinginan yang kuat untuk melepaskan diri dari orang tua belum dibarengi dengan kemampuannya untuk mandiri dalam bidang ekonomi.
- 4) Memiliki ketertarikan yang kuat dengan lawan jenis. Pada periode ini, remaja sudah mulai mengenal hubungan lawan jenis bukan hanya sekedar sebagai kawan. Akan tetapi, hubungan sudah mulai cenderung mengarah kepada saling menyukai
- 5) Memiliki keyakinan kebenaran tentang keagamaan. Pada masa ini, remaja berusaha menemukan kebenaran yang hakiki. Apabila remaja mampu menemukannya dengan cara yang baik dan benar, maka ia akan memperoleh ketenangan dan sebaliknya bila merasa tidak menemukan kebenaran hakiki, keyakinannya tentang agama akan menjadi goyah.
- 6) Memiliki kemampuan untuk menunjukkan kemandirian. Kemandirian remaja, biasanya ditunjukkan pada kemampuan mereka dalam mengambil keputusan terkait dengan kegiatan dan aktivitas mereka.
- 7) Berada pada periode transisi antara kehidupan masa kanak-kanak dan kehidupan orang dewasa. Oleh karena itu, mereka akan mengalami berbagai kesulitan dalam hal penyesuaian diri untuk menempuh kehidupan sebagai orang dewasa. Mereka bingung dalam menghadapi diri sendiri dan sikap-sikap orang di sekitar mereka yang kadang memperlakukan mereka sebagai anak, namun di sisi lain menuntut

mereka bertingkah laku dewasa remaja berada dalam posisi bingung dalam melakukan peran. Pada waktu tertentu orang tua mereka menganggap mereka terlalu muda untuk terlibat dalam satu kegiatan (misalnya untuk menyetir mobil ke luar kota) namun pada waktulain mereka diminta berperilaku sebagai orang dewasa, misalnya pengganti ayah. Diyakini bahwa ketidakmenentuan perlakuan orang dewasa terhadap remaja mengalami konflik peran, terombang ambing dalam menentukan peran dan mereka tidak stabil dan sulit diperkirakan tindakan mereka.

- 8) Pencarian identitas diri. Pencarian identitas diri merupakan suatu kekhasan perkembangan remaja untuk mengatasi periode transisi seperti dikemukakan sebelumnya. Remaja ingin menjadi seorang yang dianggap benar dalam menghadapi kehidupan ini. Oleh karena itu, remaja memerlukan keyakinan hidup yang benar untuk mengarahkan mereka dalam bertingkah laku. Keyakinan hidup itu disebut filsafat hidup. Remaja butuh filsafat hidup agar dapat memfungsikan dirinya secara sosial, emosional, moral dan intelektual yang dapat menimbulkan kebahagiaan pada dirinya. Remaja membutuhkan suatu keyakinan bertingkah laku sebagai anggota keluarga, (sebagai anak, kakak, atau adik), sebagai pelajar, sebagai bangsa Indonesia dengan nilai dan adat-adat atau budaya yang khas. Semuanya itu dapat dimiliki remaja, jika ia diperkenalkan dengan nilai-nilai filsafat itu, diberikan model dari orang-orang dewasa yang dekat dengan nilai-nilai filsafat itu (orang tua dan guru), dan dikenai dengan tingkah laku yang mrngundang nilai- nilai filsafat hidup itudan mendapatkan sokongan dan penghargaan kalau tingakah laku sesuai dengan nilai-nilai filsafat hidup itu

D. Kanker payudara

Kanker adalah pertumbuhan sel yang tidak normal/terus-menerus dan tidak terkendali, dapat merusak jaringan sekitarnya serta dapat menyebar ke tempat yang jauh dari asalnya. Sel kanker bersifat ganas dan dapat menyebabkan kematian, dapat berasal/tumbuh dari setiap jenis sel di tubuh

manusia. Kanker payudara adalah keganasan yang berasal dari sel kelenjar, saluran kelenjar dan jaringan penunjang payudara, tidak termasuk kulit payudara (Musthika *et al.*, 2018)

1. Tanda dan Gejala Kanker Payudara

Menurut (Asmalinda *et al.*, 2022) Tanda dan gejala payudara seringkali diabaikan atau tidak disadari kehadirannya karena sebelum menuju pada tahap tertentu, kanker tersebut belum memunculkan gangguan pada penderitanya. Hal tersebut diduga disebabkan oleh kurangnya kepekaan pasien terhadap tanda dan gejala atau penundaan pencarian pengobatan. Berikut tanda dan gejala yang mengindikasikan kanker payudara:

- a) Terjadi perubahan ukuran pada payudara, dalam hal ini perubahan ukuran dapat terjadi hanya pada salah satu payudara, baik terlihat lebih kecil atau lebih besar, atau terlihat kecondongan tidak wajar ke suatu arah tertentu
- b) Perubahan pada kulit:
 - a. Terdapat kerutan atau cekungan pada permukaan kulit payudara.
 - b. Kemerahan, pembengkakan, dan terasa lebih hangat dari suhu normal (seperti tanda-tanda infeksi)
 - c. Rasa gatal
- c) Terdapat benjolan pada payudara:
 - a. Benjolan selalu ada, tidak hilang timbul meskipun melewati siklus menstruasi
 - b. Benjolan terasa keras atau dapat juga terasa lembut yang tidak sakit dan tidak bergerak seperti tertambat pada dada. Benjolan pada ketiak, pada umumnya berukuran sangat kecil dan biasanya menandakan bahwa kanker payudara telah menyebar hinggaodus limfa. Benjolan umumnya tidak terasa sakit dan lembut
- d) Perubahan pada puting
 - a. Puting tertarik ke arah dalam, atau terdapat lekukan

- b. Puting mengeluarkan cairan, disertai dengan keluarnya darah (juga merupakan tanda tumor benignan)
- c. Mengeras, terdapat luka atau bisul, serta kulit puting bersisik

2. Deteksi dini kanker payudara

Pencegahan primer adalah usaha agar tidak terkena kanker payudara. Pencegahan primer berupa mengurangi Pencegahan sekunder adalah melakukan skrining kanker payudara. Pencegahan tersier adalah melakukan pengobatan yang tepat sehingga mencegah komplikasi penyakit. Sedangkan pencegahan kuartier adalah melakukan pencegahan terhadap pemeriksaan canggih dan pengobatan yang sebetulnya tidak diperlukan yang selanjutnya akan membebani biaya dan meningkatkan risiko komplikasi (Purwanto *et al.*, 2019)

a. Pemeriksaan payudara sendiri (SADARI)

SADARI adalah pemeriksaan payudara sendiri untuk mendeteksi dini kanker payudara. Pemeriksaan dilakukan setiap bulan pada hari ke 7 – 10 setelah hari pertama haid, atau pada tanggal yang sama setiap bulan pada wanita yang telah menopause

b. Mammografi atau USG (Ultrasonografi)

Pemeriksaan ini dapat digunakan untuk membantu menentukan kelainan payudara. Hal yang harus dipertimbangkan pada pemeriksaan skrining mammografi

- 1) penemuan kanker payudara stadium dini tidak selalu berkaitan dengan mengurangi angka morbiditas dan mortalitas karena ada sebagian tumor dengan jenis yang agresif sehingga terapi apapun yang diberikan sering tidak memberikan hasil seperti yang diharapkan
- 2) Negatif palsu: mamografi secara statistik memiliki angka negatif palsu pada skrining sebesar 20%. Penyebab utamanya adalah tingginya densitas payudara terutama pada usia muda
- 3) Positif palsu terjadi karena ahli radiologi menduga bahwa hasil mammogram tidak normal tetapi ternyata sebenarnya tidak ada kelainan. Karena itu semua hasil mammogram yang abnormal

harus dilanjutkan dengan pemeriksaan lainnya seperti USG dan atau biopsi. Hasil positif palsu sering terjadi pada pasien usia muda, riwayat biopsi sebelumnya, riwayat keluarga yang menderita kanker, atau pasien dengan terapi estrogen. Hasil ini membuat pasien merasa cemas, menderita stres psikologis dan kemudian juga akan meningkatkan biaya, waktu dan ketidaknyamanan fisik.

c. SADANIS

SADANIS adalah pemeriksaan payudara secara khusus yang dilakukan oleh tenaga kesehatan, dengan menghindari potensi munculnya kanker payudara, dan melakukan deteksi dini diharapkan penderita bisa segera menemukan kanker pada stadium yang lebih dini

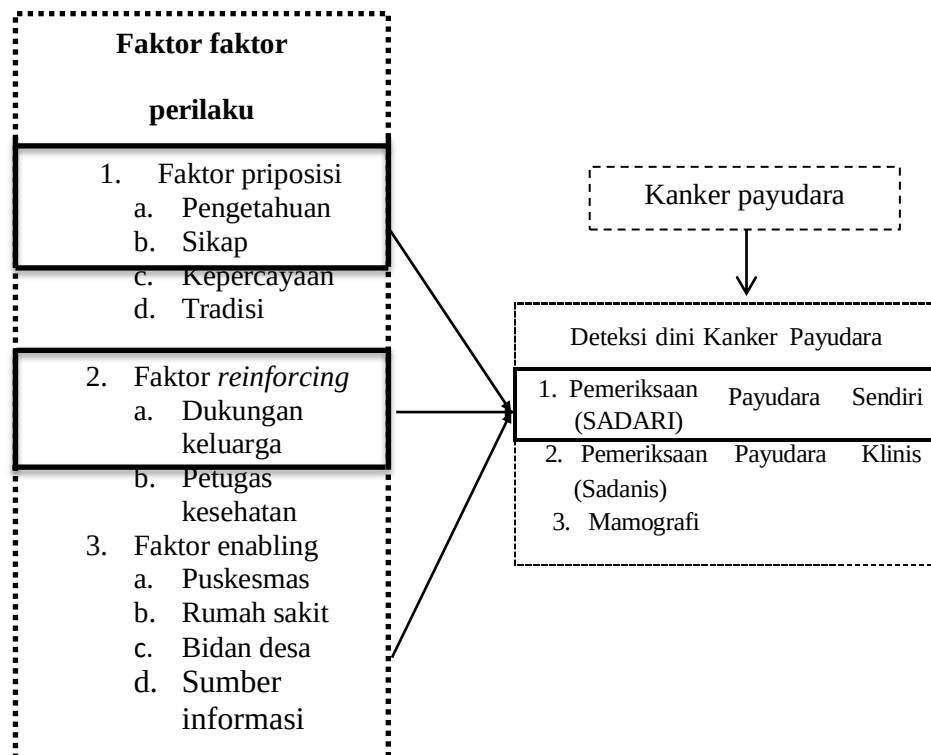
E. Penelitian Terkait

Dalam penyusunan skripsi ini, penulis sedikit banyak terinspirasi dan mereferensi dari penelitian – penelitian sebelumnya yang berkaitan dengan latar belakang masalah pada skripsi ini. Adapun penelitian yang berhubungan dengan skripsi ini antara lain yaitu :

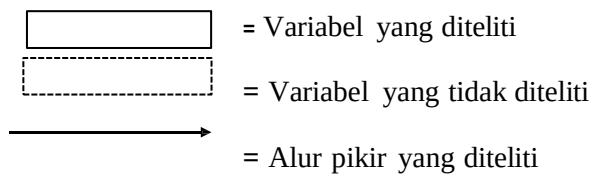
1. Pada penelitian yang dilakukan oleh (Carolina *et al.*, 2024) dilakukan Pada Remaja Putri untuk mengetahui determinan yang berhubungan dengan perilaku SADARI pada siswii SMAN 1 Kutalimbaru. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan antara pengetahuan, serta dukungan keluarga.
2. Pada penelitian dilakukan (Oglat *et al*, 2024) dengan mahasiswi Yordania mengenai pemriksaan payudara sendiri. Penelitian ini menunjukkan adanya hubungan pengetahuan dan perhatian serta sikap kesehatan wanita dapat memengaruhi kepatuhan mereka untuk melakukan *Breast Self Examination* (BSE) atau SADARI dengan upaya tindakan pencegahan terhadap kanker payudara. Selain itu, Studi lain yang dilakukan di Irak oleh Ewaid menunjukkan bahwa tindakan BSE yang rendah berasal dari kurangnya informasi dan pengetahuan, serta tidak dapat melakukan teknik SADARI dengan benar.

3. Hasil dari penelitian (Trisina *et al.*, 2020) yang dilakukan pada siswi SMA Denpasar hasil dari penelitian menunjukan bahwa adanya hubungan antara pengetahuan, sikap dan dukungan keluarga terhadap perilaku pemeriksaan payudara sendiri
4. Hasil penelitian dari (Al-Shafie , 2024) Universitas Demakus di Rusiah menunjukan adanya hubungan pengetahuan dan sikap mengenai pemeriksaan payudara sendiri namun, penelitian yang dilakukan di Gaza, Nigeria, dan Bangladesh melaporkan bahwa riwayat keluarga juga termasuk upaya seseorang untuk mendorong praktik BSE. Selain itu, sebuah studi yang dilakukan di Ethiopia menunjukkan bahwa mengetahui seseorang yang pernah menderita kanker payudara berhubungan secara signifikan dengan pengetahuan tentang BSE
5. Pada penelitian yang dilakukan oleh (Mawikere *et al.*, 2021) pada mahasiswa Universitas Nusa Cendana didapatkan hasil penelitian tidak ada hubungan antara pengetahuan pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) dengan perilaku SADARI pada mahasiswi pada mahasiswa Universitas Nusa Cendana
6. Pada penelitian yang dilakukan oleh (Frisilia, 2024) pada remaja putri di SMA N Palangka Raya peneliti mengukur tingkat pengetahuan remaja putri dengan mengetahui apakah ada hubungan pengetahuan dengan perilaku pemeriksaan payudara sendiri pada remaja. Didapatkan hasil tidak terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan tentang SADARI dengan perilaku SADARI

F. Kerangka teori



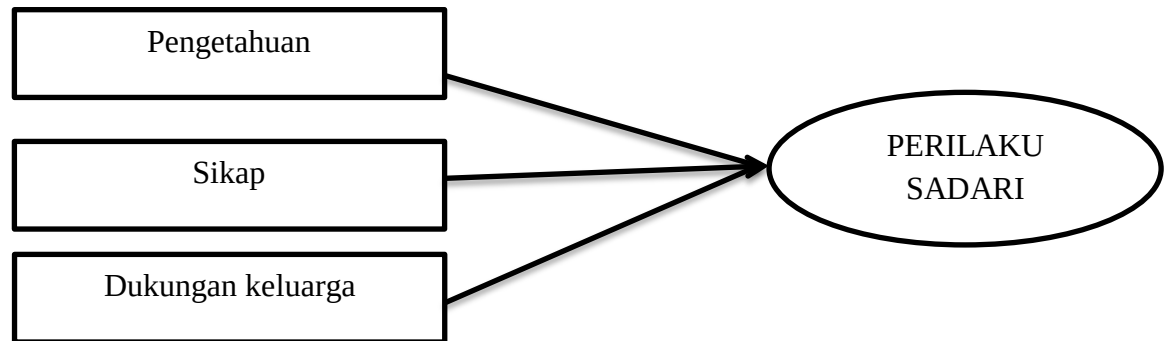
keterangan



Gambar 10. Kerangka teori

Sumber : (Sari *et al.*, 2022), (Purwanto *et al.*, 2019), (Hidayati *et al.*, 2022)

G. Kerangka konsep



Keterangan



variabel Independen



variabel Dependen

Gambar 11. Kerangka konsep

H. Variabel Penelitian

1. Variabel Independent

Variabel independen merujuk pada variable yang merupakan faktor resiko atau penyebab dalam suatu penelitian. Dalam penelitian ini yang termaksud variabel independen ialah pengetahuan, sikap dan dukungan keluarga

2. Variabel Dependen

Variabel dependen ialah variabel yang mempengaruhi nilainya ditentukan oleh variabel lain. Dalam penelitian ini yang termaksud dependen adalah perilaku SADARI

I. Hipotesis

Hipotesis yang digunakan sebagai jawaban sementara pada sebuah penelitian (Adiputra *et al.*, 2021)

1. Ha: Terdapat hubungan antara pengetahuan dengan perilaku pemeriksaan payudara sendiri pada remaja putri di SMA N 1 Sidomulyo Lampung Selatan
2. Ha: Terdapat hubungan antara sikap dengan perilaku pemeriksaan payudara sendiri pada remaja putri di SMA N 1 Sidomulyo Lampung Selatan
3. Ha: Terdapat hubungan antara dukungan keluarga dengan perilaku pemeriksaan payudara sendiri pada remaja putri di SMA N 1 Sidomulyo Lampung Selatan

J. Definisi Operasional

Tabel.1 Definisi operasional

No	Variabel penelitian	Definisi operasional	Alat ukur	Cara ukur	Hasil ukur	Skala
1	Variabel Dependen					
	Prilaku SADARI	Kemampuan responden melakukan tindakan SADARI dengan benar dengan upaya deteksi dini kanker payudara	Kuesioner	Formulir angket	Melakukan SADARI kurang baik = 0 Melakukan SADARI dengan baik =1	Nominal
2	Variabel Independen					
	Pengetahuan	Kemampuan responden untuk menjawab pertanyaan terkait mengenai faktor risiko, gejala curiga	Kuesioner	Formulir angket	Pengetahuan buruk :0 Pengetahuan baik :1	Nominal

	kanker, tahapan deteksi dini kanker payudara				
Sikap	kecenderungan seseorang untuk melakukan suatu tindakan yang sesuai dengan sikap yang dimilikinya	Kuesioner	Formulir angket	Negatif :0 Positif :1	Nominal
Dukungan keluarga	Bentuk dari dukungan yang diberikan oleh keluarga responden terkait perilaku SADARI meliputi Dukungan informasi dan bentuk perhatian, dorongan, dan penerimaan yang diberikan oleh anggota keluarga kepada individu	Kuesioner	Formulir angket	Tidak Mendukung : 0 Mendukung :1	Nominal