

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **2.1. Perilaku Deteksi Dini**

##### **2.1.1 Pengetahuan**

Pengetahuan merupakan hal penting untuk membentuk suatu tindakan. Pengetahuan dipengaruhi oleh faktor pendidikan informal, dimana pengetahuan sangat eratnya dengan pendidikan sehingga diharapkan bahwa orang yang berpendidikan tinggi akan semakin luas pula pengetahuannya. Akan tetapi, bukan berarti seseorang yang berpendidikan rendah mutlak pengetahuan juga rendah. Hal ini mengingatkan bahwa peningkatan pengetahuan tidak hanya dari pendidikan formal, tetapi juga dari pendidikan non formal. Kedua aspek inilah yang akan membentuk cara seseorang berpikir dan bertindak. Semakin banyak informasi positif yang dimiliki seseorang tentang suatu hal, semakin besar kemungkinan ia akan memiliki pandangan yang baik terhadap hal tersebut. Salah satu cara untuk memperoleh pengetahuan tentang kesehatan adalah melalui pengalaman pribadi. (Hastuti, 2020).

Menurut Notoadmodjo (2012), kategori pengetahuan meliputi baik yaitu bila subyek mampu menjawab dengan benar 76%-100% dari seluruh pertanyaan yang diberikan, cukup bila subyek mampu menjawab 56%-75% dari seluruh pertanyaan yang diberikan dan kurang jika subyek hanya mampu menjawab 40%-55% dari seluruh pertanyaan yang diberikan (Notoatmodjo, 2012). Faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan meliputi : umur, jenis kelamin, pendidikan, pekerjaan, dan sumber informasi.

Umur dapat mempengaruhi daya tangkap dan pola pikir seseorang. Semakin bertambahnya umur akan berkembang pula daya tangkap dan pola pikir yang dimiliki sehingga pengetahuan yang diperoleh semakin membaik.

Pada umumnya perempuan lebih sensitive dan mau menerima saran yang baik terutama masalah kesehatan sehingga dapat memunculkan motivasi untuk menjaga kesehatan pribadi dibandingkan dengan laki-laki.

Semakin tinggi pendidikan seseorang maka semakin mudah dalam menerima dan memahami informasi. Akan tetapi, bukan berarti seseorang yang berpendidikan rendah mutlak pengetahuan juga rendah. Hal ini mengingatkan bahwa peningkatan pengetahuan tidak hanya dari pendidikan formal, tetapi juga dari pendidikan non formal. Kedua aspek ini yang akan menentukan sikap dan perilaku seseorang.

Pekerjaan yang sering berinteraksi dengan orang banyak mengakibatkan lebih banyak pengetahuan dan informasi yang diperoleh dibandingkan dengan orang yang tidak berinteraksi dengan orang banyak. Suatu informasi yang diperoleh dari pendidikan formal dan non formal dapat memberikan pengaruh, sehingga menghasilkan suatu perubahan dan peningkatan pengetahuan. Kemajuan teknologi seperti tersedianya bermacam-macam media massa yang dapat mempengaruhi pengetahuan masyarakat (Notoatmodjo, 2012).

### **2.1.2 Sikap**

Sikap merupakan keinginan untuk melakukan sesuatu, bukan tindakan nyata yang sudah dilakukan. Tingkat sikap seseorang bisa berbeda-beda, mulai dari sekadar menerima, menanggapi dengan baik, hingga merasa bertanggung jawab terhadap sesuatu. Sikap seseorang bisa terbentuk karena apa yang dia alami atau lihat dari orang lain. Sikap positif membuat seseorang tertarik pada sesuatu, sedangkan sikap negatif membuatnya menjauhi. Sikap yang kuat akan mendorong seseorang untuk bertindak sesuai dengan apa yang dia percayai. (Juditha, 2020).

Sikap adalah reaksi seseorang terhadap sesuatu. Sikap mencerminkan perasaan dan pikiran seseorang terhadap suatu objek atau kejadian. Sikap ini

bisa berupa emosi positif (seperti senang) atau negatif (seperti tidak suka), serta keyakinan atau pendapat (seperti setuju atau tidak setuju). (Juditha, 2020). Kategori sikap dengan skala likert meliputi pertanyaan positif, dimana nilai 4 = sangat setuju, 3 = setuju, 2 = tidak setuju, 1 = sangat tidak setuju. Untuk pertanyaan negatif, dimana nilai 4 = sangat tidak setuju, 3 = tidak setuju, 2 = setuju, 1 = sangat setuju. Dengan kriteria meliputi sikap positif jika hasil presentase 76 – 100%, sikap cukup positif dengan hasil presentase 56- 75 %, dan sikap negatif dengan hasil presentase < 56 %.

Menurut Azwar (2011), faktor-faktor yang mempengaruhi terbentuknya sikap, meliputi pengalaman pribadi, pengaruh orang lain yang dianggap penting, pengaruh kebudayaan, media massa, lembaga pendidikan dan agama, serta pengaruh faktor emosional.

Pengalaman pribadi dimana pengalaman akan membentuk dan mempengaruhi sikap terhadap stimulus social. Tidak adanya pengalaman dengan suatu objek akan cenderung membentuk sikap negatif terhadap objek tertentu. Pengaruh orang lain yang dianggap penting menjadi salah satu faktor penting terbentuknya suatu sikap. Pada umumnya individu cenderung memiliki sikap yang searah dengan orang yang dianggap penting seperti orang tua, teman dekat, guru, dan orang yang status sosialnya lebih tinggi.

Budaya akan mempengaruhi sikap individu terhadap berbagai masalah karena kebudayaan dimana kita hidup akan membentuk sikap dari individu itu sendiri, selanjutnya pengaruh media massa yang sering membawa pesan-pesan yang dapat mengarahkan opini seseorang. Pesan-pesan yang dibawa tersebut apabila cukup kuat akan mempengaruhi sikap individu dalam menilai sesuatu.

Pendidikan dan agama merupakan lembaga yang meletakkan dasar pengertian dan konsep moral dalam individu, sehingga mempengaruhi pembentukan sikap. Faktor selanjutnya adalah faktor emosional yaitu Suatu bentuk sikap merupakan pernyataan yang didasari oleh emosi yang berfungsi

sebagai penyaluran frustrasi atau pengalihan bentuk mekanisme pertahanan ego. Perempuan biasanya lebih merasa bertanggung jawab terhadap emosi orang lain, sehingga lebih mampu memahami emosi dan lebih memiliki empati dibandingkan laki-laki (Azwar, 2011).

### **2.1.3 Tindakan**

Tindakan adalah tanggapan (respon) yang sifatnya aktif dan dapat diamati terhadap suatu stimulus atau rangsangan. Sikap dapat menjadi tindakan jika faktor pendukung dapat terpenuhi, misalnya fasilitas serta pihak yang mendukung sangat berperan penting. Tindakan terjadi dimulai dengan adanya persepsi, kemudian respon terpimpin, selanjutnya mekanisme, dan adopsi (Juditha, 2020).

Tindakan mempunyai beberapa tingkatan yang meliputi respon terpimpin yang dilakukan oleh individu dengan mengikuti panduan yang ada sesuai urutan yang benar dalam suatu panduan, mekanisme dilakukan oleh individu tanpa mengikuti panduan karena sudah menjadi suatu kebiasaan yang sering dilakukan, dan adopsi yang dilakukan oleh individu yang sudah melakukan dengan baik sehingga perilaku tersebut dapat dilakukan modifikasi sesuai dengan kondisi atau situasi yang dihadapi (Nurmala, 2018).

Terbentuknya suatu perilaku dapat disebabkan karena adanya rangsangan internal, seperti sikap, pengalaman, budaya, social, keyakinan. Faktor yang mempengaruhi perilaku dibagi menjadi 3 yaitu : faktor predisposisi atau faktor internal yang ada pada individu itu sendiri, kelompok, dan masyarakat. Faktor ini seperti pengetahuan, sikap, dan kepercayaan, nilai-nilai dan budaya yang mempengaruhi individu berperilaku, faktor pendukung yaitu faktor yang dapat diwujudkan dalam lingkungan fisik yang sarannya tersedia maupun tidak tersedia, sedangkan faktor pendorong dapat diwujudkan dalam sikap dan perilaku petugas yang merupakan kelompok referensi dari perilaku masyarakat (Juditha, 2020).

## **2.2. Kanker Payudara**

### **2.2.1 Definisi Kanker Payudara**

Kanker payudara adalah penyakit yang ditandai dengan sel dan jaringan payudara yang membelah secara tidak terkendali sehingga membentuk tumor di payudara. Sel kanker payudara dapat menekan pertumbuhan sel normal, menyerang jaringan di sekitarnya dan menggunakan nutrisi untuk mempercepat pertumbuhannya (Citra Indah Fitriwati, 2022).

Kanker payudara adalah pertumbuhan sel abnormal yang ganas pada jaringan parenkim payudara. Parenkim payudara merupakan jaringan fungsional yang terdiri dari kelenjar susu dan jaringan pendukungnya. Kanker payudara muncul ketika sel-sel di bagian-bagian ini mengalami pertumbuhan yang tidak terkendali, membentuk benjolan atau massa yang dapat menyebar ke bagian tubuh lainnya, hal ini bisa terjadi pada pria maupun wanita (Masriadi, 2021).

### **2.2.2 Etiologi Kanker Payudara**

Kanker payudara terjadi ketika sel-sel di payudara mengalami kerusakan pada gen pertumbuhannya. Akibatnya, sel-sel ini tumbuh tanpa kendali dan membentuk benjolan. Benjolan ini bisa menyebar ke bagian tubuh lain, seperti ketiak, leher, hati, otak, atau paru-paru melalui pembuluh darah dan kelenjar getah bening. (Masriadi, 2021).

Penyebab utama kanker payudara karena interaksi kompleks dari banyak faktor seperti genetika, lingkungan, gaya hidup, diet yang semuanya mengandung pengawet dan hormonal berarti jumlah hormone estrogen dalam tubuh terlalu tinggi. Jaringan payudara yang berkembang sangat sensitive terhadap estrogen, sehingga wanita yang terpapar estrogen dalam waktu lama memiliki resiko tinggi terkena kanker payudara (Fitriwati, 2022).

### **2.2.3 Manifestasi Klinis Kanker Payudara**

Menurut Masriadi (2021), berdasarkan fasenya gejala kanker payudara terdiri atas fase awal, fase lanjut dan metastase luas. and-tanda awal kanker payudara biasanya berupa benjolan atau perubahan tekstur pada payudara yang dapat dirasakan sendiri, Ketika kanker payudara memasuki tahap lanjut, gejala yang muncul bisa lebih beragam dan serius, seperti perubahan kulit payudara yang menyerupai kulit jeruk, pembesaran kelenjar getah bening, dan gejala yang memengaruhi organ lain seperti paru-paru, tulang, dan hati.

Kanker payudara dibagi menjadi beberapa stadium berdasarkan ukuran tumor, penyebaran ke kelenjar getah bening, dan keterlibatan organ lain. Stadium-stadium tersebut adalah: Stadium I: Tumor masih kecil (kurang dari 2 cm), belum menyebar ke bagian tubuh lain, dan belum melekat pada jaringan di sekitarnya, stadium II: Tumor sedikit lebih besar atau sudah menyebar ke kelenjar getah bening di ketiak, stadium IIIa: Tumor sudah cukup besar dan mungkin sudah menyebar ke kelenjar getah bening, tetapi belum menyebar ke organ jauh, stadium IIIb: Tumor sudah sangat besar dan mungkin sudah menyebar ke kelenjar getah bening di atas atau di bawah tulang selangka atau sudah menembus kulit, stadium IV: Kanker sudah menyebar ke organ lain di luar payudara dan kelenjar getah bening di sekitarnya. (Masriadi, 2021).

#### **2.2.4 Patofisiologi Kanker Payudara**

Menurut Masriadi (2021), patofisiologi kanker payudara adalah sel-sel kanker dibentuk dari sel-sel normal dalam suatu proses rumit yang disebut transformasi yang terdiri dari tahap inisiasi yaitu terjadi perubahan dalam hal genetik sel yang memancing sel menjadi ganas. Perubahan pada genetic ini disebabkan oleh suatu agent yang disebut karsinogen yang berupa bahan kimia, virus, radiasi (penyinaran), atau sinar matahari. Tidak semua sel memiliki kepekaan yang sama terhadap karsinogen.

Kelainan genetik yang disebut parameter yang menyebabkan sel lebih rentan terhadap suatu karsinogen, bahkan gangguan fisik menahun bisa membuat sel menjadi lebih peka untuk mengalami keganasan. Sedangkan fase promosi adalah suatu sel yang telah mengalami inisiasi akan berubah menjadi ganas, sel yang belum melewati tahap inisiasi tidak akan terpengaruh oleh promosi, karena itu diperlukan beberapa faktor untuk terjadinya keganasan (gabungan dari sel yang peka dan suatu karsinogen) (Masriadi, 2021).

#### **2.2.5 Klasifikasi Kanker Payudara**

Menurut Masriadi (2021), Kanker payudara ada beberapa klasifikasi. Kanker payudara berdasarkan sifat serangannya terbagi menjadi dua, yaitu: Kanker payudara *invasif* yaitu sel kanker merusak saluran serta dinding kelenjar susu, menyerang lemak dan jaringan konektif di sekitarnya. Kanker dapat bersifat invasif/menyerang tanpa selalu menyebar (metastatik) ke simpul limfe atau organ lain dalam tubuh, sedangkan kanker payudara *Non – Invasif* yaitu Sel kanker terkunci pada saluran susu dan tidak menyerang lemak serta jaringan konektif di sekitarnya. *DCIS/Ductal Carcinoma In Situ* merupakan bentuk kanker payudara non-invasif yang paling umum terjadi sedangkan *LICS/ Lobular Carcinoma In Situ* lebih jarang terjadi tetapi justru lebih diwaspadai karena merupakan tanda meningkatnya risiko kanker payudara.

Kanker payudara berdasarkan tingkat prevalensinya dibagi menjadi dua yaitu:

1. Jenis kanker payudara yang umum terjadi:

a) Karsinoma Lobular In Situ (LCIS)

Pada LCIS, pertumbuhan jumlah sel jelas terlihat, berada dalam kelenjar susu (lobules). Pasien dengan LCIS di monitor dengan ketat setiap empat bulan sekali oleh dokter dengan melakukan uji klinis payudara, ditambah mammografi setiap tahunnya. Adapun pencegahan lain yang juga mungkin dilakukan dengan pemberian terapi obat hormonal seperti tamoxifen atau tindakan bedah preventif berupa mastektomi profilaksis (pengangkatan payudara).

b) Karsinoma Duktal In Situ (DCIS)

DCIS merupakan jenis kanker payudara tahap awal yang paling sering ditemukan. Jika didiagnosis sejak dini dan belum menyebar ke bagian tubuh lain, pasien memiliki peluang sembuh yang sangat tinggi. Salah satu jenis DCIS adalah ductal comedocarcinoma, yang ditandai dengan adanya kematian sel kanker. Jenis ini seringkali terdeteksi pada pemeriksaan mammografi sebagai kalsifikasi mikro (timbunan kalsium kecil).

c) Karsinoma lobular infiltrasi (ILC)

Invasive Lobular Carcinoma (ILC) merupakan jenis kanker payudara yang berawal dari kelenjar penghasil susu. Meskipun awalnya terbatas di area tersebut, ILC seringkali menyebar ke bagian tubuh lainnya. Jenis kanker ini menyumbang sekitar 10-15% dari total kasus kanker payudara.



d) Karsinoma Duktal Infiltrasi (IDC)

Infiltrating Ductal Carcinoma (IDC) atau Kanker Duktus Invasif adalah jenis kanker payudara yang paling umum. Kanker ini berawal dari saluran susu, kemudian menembus dinding saluran dan menyebar ke jaringan lemak di sekitar payudara, serta berpotensi menyebar ke bagian tubuh lainnya.

2. Jenis kanker payudara yang jarang terjadi :

a) Karsinoma mukosa

Mucinous carcinoma atau juga disebut colloid carcinoma, jenis kanker payudara ini cukup jarang ditemui. Sel-sel kankernya berbeda dari biasanya karena menghasilkan lendir. Wanita yang menderita kanker jenis ini memiliki tingkatan bertahan hidup yang cukup baik dibandingkan dengan wanita yang menderita jenis kanker invasif yang lebih umum terjadi.

b) Karsinoma meduler

Jenis kanker payudara ini cukup jarang, hanya terjadi pada sekitar 5% kasus. Ciri khasnya adalah batas antara sel kanker dan jaringan sehat di sekitarnya tidak jelas, sehingga sulit dikenali.

c) Karsinoma tubular

Tubular carcinoma adalah jenis kanker payudara yang cukup langka, hanya terjadi pada sekitar 2% kasus. Kanker jenis ini memiliki ciri khas tertentu yang membuatnya cenderung lebih mudah diobati dibandingkan jenis kanker payudara lainnya.

d) Kanker payudara inflamasi

Inflammatory breast cancer (IBC) adalah jenis kanker payudara yang agresif dan jarang terjadi, hanya sekitar 1% dari semua kasus. Pada IBC, sel kanker menyumbat pembuluh getah bening di kulit payudara, menyebabkan payudara menjadi merah, bengkak, dan terasa hangat.

e) Tumor phylloides

Tumor phyllodes adalah pertumbuhan abnormal pada jaringan ikat payudara. Tumor ini bisa bersifat tidak berbahaya (jinak) atau berbahaya (ganas), meskipun kasus ganasnya sangat jarang. Pengobatan utama untuk tumor phyllodes adalah operasi pengangkatan.

f) Penyakit Paget pada puting susu

Penyakit Paget adalah jenis kanker payudara yang cukup langka, biasanya hanya sekitar 1% dari semua kasus kanker payudara. Meskipun tergolong kanker, wanita dengan Penyakit Paget umumnya memiliki prognosis yang lebih baik jika terdeteksi dan ditangani sejak dini. Jenis kanker payudara ini berawal dari saluran susu kemudian menyebar ke kulit areola dan puting. Kulit payudara pada penderita kanker yaitu pecah-pecah, memerah, mengkoreng dan mengeluarkan cairan (Masriadi, 2021).

### **2.2.6 Faktor Risiko Kanker Payudara**

Menurut Ashariati (2019), ada beberapa faktor yang mempengaruhi kejadian kanker payudara, meliputi umur, hormonal, keturunan, gaya hidup. Studi epidemiologi menunjukkan bahwa usia merupakan faktor yang

berkorelasi positif dengan kejadian kanker payudara, terutama pada kelompok usia 50 tahun ke atas.

Wanita yang mengalami menstruasi pertama di usia dini atau menopause di usia lanjut cenderung memiliki risiko lebih tinggi terkena kanker payudara. Penggunaan hormon, terutama estrogen, dalam jangka waktu yang lama (lebih dari 8-10 tahun) juga dapat meningkatkan risiko terkena kanker payudara. Wanita yang hamil anak pertama di usia lebih dari 35 tahun atau yang sama sekali tidak pernah hamil (nulliparity) memiliki risiko lebih tinggi terkena kanker payudara dibandingkan dengan wanita yang hamil anak pertama di usia 20-34 tahun.

Risiko terkena kanker payudara meningkat secara signifikan pada wanita yang memiliki anggota keluarga dekat, seperti ibu atau saudara perempuan, yang pernah didiagnosis kanker payudara, terutama jika kanker tersebut muncul sebelum menopause. Selain itu, pria dengan kondisi genetik Klinefelter dan wanita dengan riwayat keluarga kanker pada organ reproduksi (endometrium, ovarium) atau usus besar juga termasuk dalam kelompok berisiko tinggi..

Kebiasaan mengonsumsi makanan tertentu masih merupakan faktor yang kontroversial dalam mempengaruhi kejadian kanker payudara. Pada binatang percobaan, menunjukkan bahwa jumlah dan macam diet lemak ada hubungannya dengan pertumbuhan kanker payudara. Pada penelitian lain, terjadi peningkatan risiko timbulnya kanker payudara pada wanita yang mengonsumsi alkohol daripada wanita non alkoholik. Hal ini disebabkan karena alkohol dapat meningkatkan sekresi estrogen dan menurunkan klerens estrogen pada wanita. Aktivitas fisik yang kurang serta obesitas saat postmenopause juga dapat meningkatkan kejadian kanker payudara (Ashariati, 2019).

### **2.2.7 Pencegahan Kanker Payudara**

Pencegahan kanker payudara dilakukan dalam dua tahap utama. Pencegahan primer ditujukan untuk orang sehat dengan cara menghindari faktor risiko, seperti merokok dan obesitas, serta melakukan pemeriksaan payudara sendiri secara rutin. Pencegahan sekunder fokus pada kelompok yang memiliki risiko lebih tinggi, misalnya mereka yang memiliki riwayat keluarga kanker payudara, dengan tujuan mendeteksi penyakit sedini mungkin. Upaya pencegahan kanker payudara tidak hanya berhenti pada pencegahan primer. Deteksi dini melalui mammografi sangat penting untuk menemukan kanker pada tahap awal, ketika peluang kesembuhan masih tinggi. Bagi mereka yang sudah didiagnosis, penanganan yang tepat akan disesuaikan dengan stadium penyakitnya. Tujuannya adalah untuk memperpanjang usia, mengurangi dampak fisik dan emosional, serta meningkatkan kualitas hidup penderita. (Masriadi, 2021).

Beberapa cara alami yang dapat dilakukan untuk mencegah kanker payudara antara lain, olah raga rutin, kurangi lemak, mengonsumsi daging (jangan terlalu matang), makan lebih banyak buah dan sayur, mengonsumsi suplemen antioksidan, makan lebih banyak serat, makan lebih banyak tahu dan makanan yang mengandung kedelai, makan lebih banyak kacang-kacangan, hindari alkohol, memperhatikan dan menjaga berat badan, hindari xeno-estrogen, berjemur dibawah sinar matahari, tidak merokok, menyusui dan memberikan ASI kepada anak, mempertimbangkan kembali sebelum menggunakan terapi pengganti hormone (Masriadi, 2021).

### **2.2.8 Pengobatan Kanker Payudara**

Pengobatan kanker payudara tergantung tipe dan stadium yang dialami penderita. Umumnya seseorang diketahui menderita penyakit kanker payudara ketika sudah stadium lanjut. Hal tersebut dikarenakan kurangnya pengetahuan dan kesadaran akan deteksi dini. Pengobatan kanker payudara itu sendiri meliputi pembedahan, kemoterapi, terapi hormon, terapi radiasi dan yang terbaru adalah terapi imunologi (*antibody*). Pengobatan ini bertujuan untuk memusnahkan kanker atau membatasi perkembangan penyakit serta menghilangkan gejala tersebut. Macam-macam pengobatan kanker payudara meliputi pembedahan, terapi radiasi, terapi hormonal, kemoterapi, serta terapi imunologik (Masriadi, 2021).

### **2.2.9 Komplikasi Kanker payudara**

Perawatan kanker payudara, seperti operasi, radiasi, dan kemoterapi, meskipun efektif dalam mengobati penyakit, juga dapat menimbulkan berbagai komplikasi. Misalnya, pasien mungkin mengalami pembatasan gerak pada lengan, munculnya jaringan parut yang besar, atau perubahan warna kulit akibat radiasi. Kondisi ini seringkali disebabkan oleh operasi, radiasi, kemoterapi, atau obat-obatan seperti tamoxifen. Selain itu, penggunaan obat tamoxifen yang bermanfaat dalam mencegah kekambuhan kanker, juga dapat meningkatkan risiko kanker endometrium dan pembekuan darah. Kondisi ini dapat sangat mempengaruhi kualitas hidup pasien. (Masriadi, 2021).

## **2.3. Pendidikan Kesehatan**

### **2.3.1. Definisi Pendidikan Kesehatan**

Pendidikan kesehatan adalah proses perubahan perilaku yang dinamis, dimana perubahan tersebut bukan hanya sekedar transfer materi atau teori dari seorang ke orang yang lain dan bukan juga seperangkat prosedur, akan tetapi perubahan terjadi karena adanya kesadaran dari dalam diri individu, kelompok, atau masyarakat (Lestari, 2019).

Pendidikan kesehatan bertujuan mengubah kebiasaan kita menjadi lebih sehat dengan meningkatkan kesadaran akan pentingnya kesehatan. Salah satu cara untuk mencapai hal ini adalah melalui pembelajaran olahraga dan kesehatan di sekolah. (Asniar, 2020).

### **2.3.2. Tujuan Pendidikan Kesehatan**

Pendidikan keseh Perilaku yang mencerminkan nilai-nilai kesehatan dalam kehidupan masyarakat. Kader kesehatan punya tugas besar untuk membuat orang-orang terbiasa hidup sehat. Mereka harus bisa mengajarkan masyarakat agar mau dan bisa menjaga kesehatannya sendiri, tanpa perlu selalu mengandalkan orang lain. Tujuannya adalah agar masyarakat bisa hidup sehat dan mencegah penyakit sejak dini. Untuk mencapai hal ini, pelayanan kesehatan dasar seperti Posyandu sangat penting. Posyandu memberikan kesempatan bagi masyarakat untuk belajar tentang kesehatan dan melakukan pemeriksaan kesehatan secara rutin. Dengan begitu, masyarakat diharapkan bisa hidup lebih sehat dan mandiri. (Asniar, 2020).

### **2.3.3. Sasaran pendidikan Kesehatan**

Sasaran pendidikan kesehatan dalam Asniar (2020), meliputi pendidikan kesehatan individu dengan sasaran individu, pendidikan kelompok dengan sasaran kelompok, pendidikan kesehatan masyarakat dengan sasaran masyarakat, sedangkan sasaran pendidikan kesehatan itu sendiri dibagi menjadi 3 yaitu sasaran primer, sasaran sekunder dan sasaran tersier.

Sasaran primer (*Primary Target*) Yaitu sasaran langsung pada masyarakat berupa segala upaya pendidikan/promosi kesehatan, sasaran sekunder (*Secondary Target*) Lebih ditujukan pada tokoh masyarakat dengan harapan dapat memberikan pendidikan kesehatan pada masyarakatnya secara lebih luas, sasaran tersier (*Tersiery Target*) Sasaran ditujukan pada pembuat keputusan/penentu kebijakan baik ditingkat pusat maupun ditingkat daerah dengan tujuan keputusan yang diambil dari kelompok ini akan berdampak kepada perilaku kelompok sasaran sekunder yang kemudian pada kelompok primer (Asniar, 2020).

### **2.3.4. Metode Pendidikan Kesehatan**

Metode pendidikan kesehatan pada dasarnya digunakan dalam proses pendidikan untuk menyampaikan pesan kepada sasaran baik itu individu, keluarga/kelompok dan juga masyarakat. Metode pendidikan individu adalah metode yang digunakan dengan berkomunikasi secara langsung baik bertatap muka maupun melalui sarana komunikasi misalnya telepon dengan teknik pendidikan kesehatan yang biasa digunakan adalah konseling.

Metode pendidikan kelompok yaitu metode yang digunakan untuk sasaran kelompok baik itu kelompok kecil maupun kelompok besar. Metode dan teknik yang biasanya dilakukan pada kelompok kecil misalnya diskusi kelompok, curah pendapat (*brainstorming*), bola salju (*snowball*), bermain peran (*role play*), simulasi dengan media lembar balik (*flip chart*), alat peraga,

slide, dan sebagainya sedangkan pada kelompok besar biasanya teknik yang dilakukan ceramah umum, penggunaan media masa elektronik, media cetak (leaflet, komik, poster), media luar ruang seperti billboard dan spanduk (Asniar, 2020).

### **2.3.5. Media Audiovisual**

Media audio visual merupakan jenis media yang selain mengandung unsur suara juga mengandung unsur gambaran yang dapat dilihat, seperti rekaman video, slide suara dan lain sebagainya. Kemampuan media audio visual ini dianggap lebih baik dan menarik, sebab mengandung kedua unsur, yaitu didengar dan dilihat (Murniati, 2023).

Metode audio visual merupakan metode pengajaran yang dapat memberikan pengalaman secara nyata kepada peserta didik karena dapat melihat, mendengar, meraba, mengamati secara langsung tentang hal-hal yang sedang dipelajari. Kelebihan dari metode audiovisual adalah metode audiovisual memungkinkan peserta didik untuk mengamati, menganalisis, dan mempraktikkan materi pelajaran secara langsung (Sinurat, 2022).

### **2.3.6. Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI)**

#### **A. Pengertian SADARI**

SADARI adalah metode sederhana namun efektif untuk deteksi dini kanker payudara. Karena 80% benjolan payudara ditemukan oleh wanita sendiri, SADARI menjadi langkah pertama yang sangat penting dalam upaya pencegahan. (Fitriwati, 2022).

SADARI adalah cara sederhana namun efektif untuk mendeteksi dini kanker payudara. Dengan memeriksa payudara sendiri secara teratur, wanita dapat menemukan benjolan atau perubahan sejak awal, sehingga penanganan dapat dilakukan lebih cepat dan meningkatkan peluang kesembuhan. (Takaeb, 2023).



## **B. Indikasi SADARI**

Indikasi utama SADARI adalah untuk mendeteksi terjadinya kanker payudara dengan cara mengamati keseluruhan payudara dimulai dari payudara depan, sisi kiri, sisi kanan, apakah ada benjolan yang terlihat, perubahan warna kulit, puting bersisik dan pengeluaran cairan atau nanah dan darah (Murniati, 2023).

## **C. Tujuan SADARI**

SADARI bertujuan untuk menyelamatkan nyawa dengan mendeteksi dini kanker payudara. Dengan menemukan benjolan atau perubahan pada payudara sedini mungkin, pengobatan dapat segera dilakukan sebelum kanker menyebar. Semua wanita berusia di atas 20 tahun sangat disarankan untuk melakukan SADARI setiap bulan. Dengan begitu, penyakit payudara dapat terdeteksi lebih dini dan peluang kesembuhan pun lebih besar. Oleh karena itu, SADARI sangat penting bagi semua wanita, terutama mereka yang memiliki faktor risiko kanker payudara. (Hastuti, 2020).

## **D. Waktu Pelaksanaan SADARI**

Wanita berusia 20 tahun ke atas sangat disarankan untuk memeriksa payudaranya sendiri setiap bulan. Deteksi dini melalui SADARI dapat menyelamatkan nyawa karena kanker payudara dapat diatasi lebih efektif jika ditemukan sejak awal. Pemeriksaan SADARI dianjurkan untuk dilakukan setiap bulanya 1 minggu setelah menstruasi (Hastuti, 2020).

Pada umumnya, payudara wanita akan terasa normal di sebagian besar siklus menstruasi. Perubahan hormonal yang terjadi menjelang dan selama menstruasi seringkali menyebabkan payudara membesar dan terasa kencang. Kondisi ini merupakan respons alami tubuh terhadap perubahan hormon. Namun, pada wanita menopause yang tidak mengalami siklus menstruasi, perubahan fisik pada payudara akibat hormon akan jauh lebih jarang terjadi (Kemenkes, 2022).

## **E. Langkah-langkah SADARI**

Menurut Kemenkes 2020, Langkah-langkah melakukan SADARI meliputi :

### **SADARI di kamar mandi**

- 1) Liputan menyeluruh: Saat mandi, manfaatkan kesempatan untuk meraba seluruh bagian payudara Anda secara detail. Jangan lewatkan satu pun area.
- 2) Teknik palpasi: Gunakan tiga jari untuk meraba dengan lembut namun tegas. Variasikan gerakan Anda untuk memastikan tidak ada benjolan yang terlewatkan.
- 3) Area sekitarnya: Kanker payudara bisa menyebar ke kelenjar getah bening di ketiak dan tulang selangka, jadi pastikan Anda memeriksa kedua area ini juga

### **SADARI Sambil Bercermin**

- 1) Lakukan pemeriksaan dengan melepas seluruh pakaian bagian atas dan berdiri tegak di depan cermin, kedua tangan lurus ke samping. Sebelum melakukan pemeriksaan, pastikan anda telah melepas seluruh pakaian bagian atas dan berdiri menghadap cermin dengan posisi tubuh tegak.



**Gambar 2. 1 Berdiri Depan Cermin**

- 2) Lakukan pemeriksaan dengan cermat terhadap bentuk, ukuran, dan posisi kedua payudara Anda. Perhatikan apakah ada perubahan yang signifikan atau ketidakseimbangan antara kedua payudara. Amati pula tekstur kulit payudara, apakah ada yang menyerupai kulit jeruk? Periksa puting susu Anda, apakah ada yang masuk ke dalam atau terdapat luka? Dan yang terakhir, rasakan seluruh bagian payudara untuk mendeteksi adanya benjolan yang tidak biasa.



**Gambar 2. 2 Mengamati Perubahan Pada Payudara**



**Gambar 2. 3 Meraba Area Payudara**

- 3) Mulai dengan memeriksa puting susu Anda dengan gerakan memutar. Lanjutkan dengan meraba secara perlahan bagian atas payudara, tulang selangka, tulang dada, hingga ke ketiak. Terakhir, tekan lembut puting susu Anda untuk melihat apakah ada cairan yang keluar.



**Gambar 2. 4 Memeriksa Bagian Puting**



**Gambar 2. 5 Menekan Perlahan Bagian Puting**

#### **SADARI sambil berbaring**

- 1) Saat berbaring, payudara akan lebih rata dan mudah diperiksa. Anda bisa dengan mudah melihat adanya perubahan bentuk atau ukuran.
- 2) Letakan bantal di bawah bahu kanan anda, kemudian angkat tangan kanan ke belakang kepala.



**Gambar 2. 6 SADARI Sambil Berbaring**

- 3) Usap payudara dan ketiak Anda dengan lembut menggunakan tiga jari tengah, yaitu telunjuk, tengah, dan manis pada area payudara dengan lembut disertai gerakan jari-jari secara sirkular kecil untuk menutupi seluruh jaringan payudara. Lakukan gerakan linier vertikal dan radial untuk memastikan tidak ada bagian yang terlewat.



**Gambar 2. 7 Gerakan 3 Jari Ke Area Payudara**

- 4) Tekan-tekan payudara Anda dengan berbagai tingkat tekanan, mulai dari lembut hingga kuat. Cubit puting dengan perlahan dan perhatikan apakah ada cairan keluar atau benjolan. Ulangi pada payudara satunya.
- 5) Gerakkan jari-jari Anda ke atas dan ke bawah secara perlahan untuk meraba seluruh bagian payudara dari depan ke belakang.
- 6) Jangan lupa periksa juga area ketiak dan tulang selangka.(Kemenkes, 2022).

## **2.4. Remaja**

### **2.4.1 Definisi Remaja**

Remaja adalah masa transisi yang penting dalam kehidupan seseorang. Pada masa ini, tubuh dan pikiran mengalami perubahan yang cepat dan signifikan. Perubahan ini dipengaruhi oleh hormon dan merupakan bagian alami dari proses tumbuh dewasa. (Rohan & Siyoto, 2018).

WHO mendefinisikan remaja sebagai masa di mana seseorang mengalami perubahan besar, baik dari segi fisik (seperti munculnya tanda-tanda pubertas), mental (perkembangan cara berpikir dan emosi), maupun sosial (berusaha mandiri dan menemukan jati diri). (Hapsari, 2019).

### **2.4.2 Klasifikasi Remaja**

Remaja mengalami perubahan fisik dan emosional yang signifikan. Berdasarkan usia, masa remaja dibagi menjadi tiga tahap: awal (10-12 tahun), pertengahan (13-16 tahun), dan akhir (17-21 tahun). Setiap tahap memiliki tantangan dan perkembangan unik. (Hapsari, 2019).

Masa remaja, yang merupakan periode transisi penting dalam kehidupan seseorang, dapat dibagi menjadi tiga tahap utama: awal, pertengahan, dan akhir. Remaja awal (usia 12-14 tahun) ditandai dengan perubahan fisik yang sangat cepat, seperti pertumbuhan tubuh yang pesat dan munculnya tanda-tanda pubertas. Perubahan-perubahan ini seringkali membuat remaja awal lebih fokus pada kondisi saat ini dan mulai tertarik pada lawan jenis. Selain itu, pada tahap ini, beberapa remaja juga mulai mencoba hal-hal baru seperti merokok, minum alkohol, atau bahkan menggunakan narkoba (Hapsari, 2019).

Masa remaja pertengahan (15-17 tahun) ditandai dengan minat yang semakin besar terhadap hal-hal intelektual dan perencanaan masa depan. Remaja pada tahap ini juga sangat peduli dengan penampilan fisik dan

hubungan sosial. Mereka mulai memiliki konsep tentang peran mereka dalam hubungan dan lebih konsisten dalam mengejar cita-cita. (Hapsari, 2019).

Masa remaja akhir (18 tahun ke atas) ditandai dengan kematangan fisik yang penuh. Remaja pada tahap ini lebih serius dalam merencanakan masa depan, termasuk memilih pendidikan dan karier. Mereka juga mulai membangun hubungan yang lebih dewasa dengan lawan jenis dan lebih menghargai nilai-nilai sosial budaya. (Hapsari, 2019).

### **2.4.3 Pertumbuhan Fisik Pada Masa Remaja**

Masa remaja adalah masa transisi dari anak-anak menuju dewasa. Perubahan fisik yang paling mencolok adalah kematangan seksual, sedangkan perubahan psikologis ditandai dengan peningkatan rasa ingin tahu dan keinginan untuk mandiri. (Rohan & Siyoto, 2018).

Pertumbuhan fisik yang pesat pada masa remaja tidak hanya mengubah penampilan, tetapi juga membawa perubahan dalam cara berpikir dan berperilaku. Remaja mulai membentuk identitas diri dan mencari jati diri, sehingga mereka membutuhkan bimbingan untuk melewati masa transisi ini. (Rohan & Siyoto, 2018).

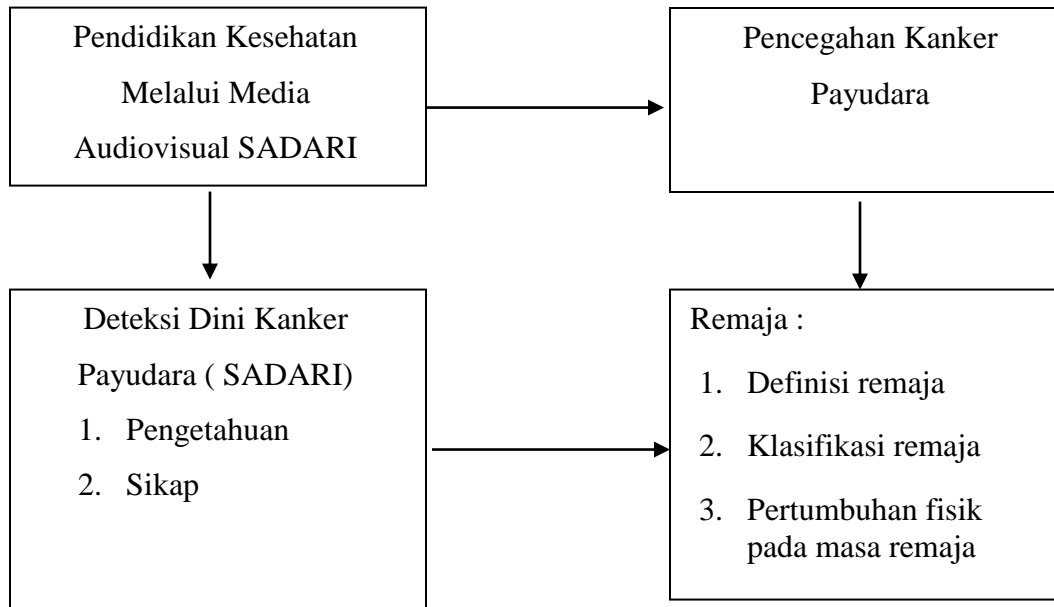
Perubahan fisik saat pubertas merupakan bagian normal dari pertumbuhan. Namun, perubahan yang cepat dan drastis ini seringkali membuat remaja merasa tidak nyaman dan bingung. Kurangnya pengetahuan tentang pubertas dapat menyebabkan berbagai masalah perilaku pada remaja. Oleh karena itu, penting bagi remaja dan orang tua untuk memahami proses pubertas dan memberikan dukungan yang diperlukan. Poin-poin penting yang perlu diperhatikan:

- a) Perubahan fisik: Perubahan fisik pada pubertas tidak hanya terbatas pada organ reproduksi, tetapi juga meliputi seluruh tubuh.
- b) Dampak psikologis: Perubahan fisik dapat memicu perubahan emosi dan perilaku pada remaja.

- c) Pentingnya pengetahuan: Memahami proses pubertas dapat membantu remaja mengatasi perubahan fisik dan emosi dengan lebih baik.
- d) Peran lingkungan: Dukungan keluarga, teman, dan lingkungan sekolah sangat penting dalam membantu remaja melewati masa pubertas (Rosita, 2023).

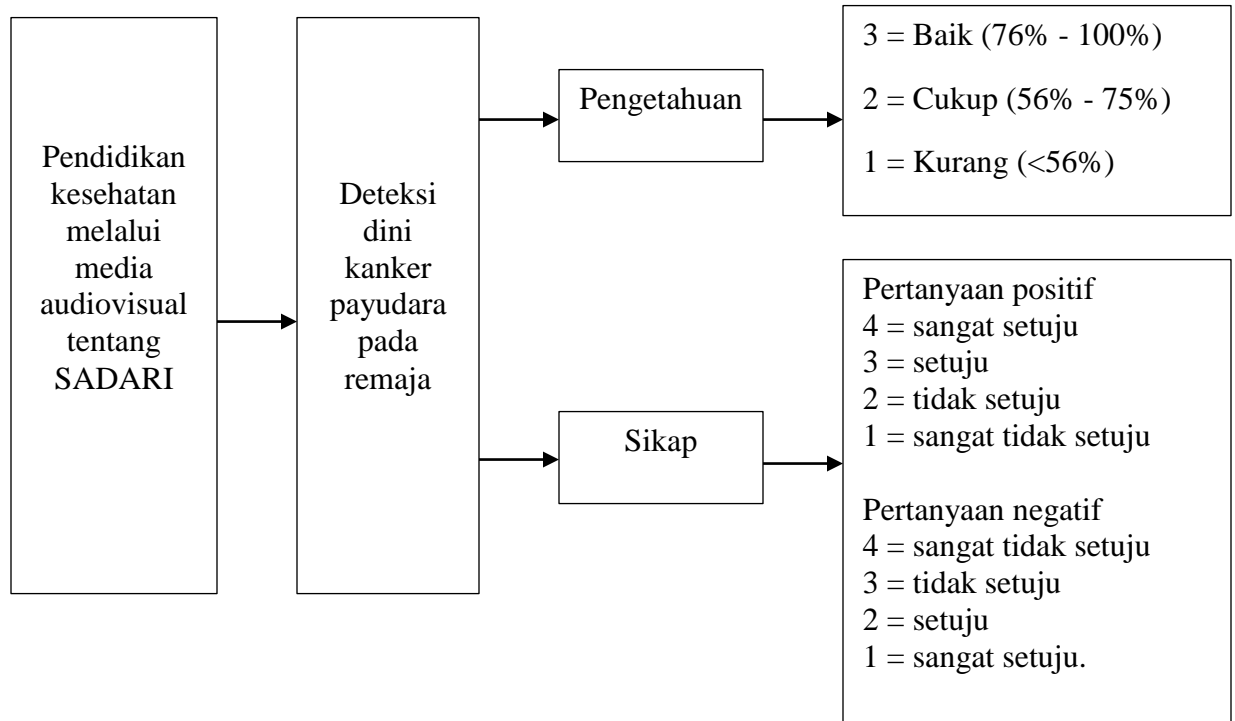


## 2.5. Kerangka Teori Penelitian



**Gambar 2. 8 Kerangka Teori Penelitian**

## 2.6. Kerangka Konsep Penelitian



**Gambar 2. 9 Kerangka Konsep Penelitian**

## 2.7. Hipotesis Penelitian

Hipotesis dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

Ha : Ada pengaruh pendidikan kesehatan melalui media audiovisual tentang SADARI terhadap tingkat pengetahuan dan sikap deteksi dini kanker payudara pada Siswi Di SMA Negeri 6 Kota Kupang Tahun 2024.

H0 : Tidak terdapat pengaruh pendidikan kesehatan melalui media audiovisual tentang SADARI terhadap tingkat pengetahuan dan sikap deteksi dini kanker payudara pada Siswi Di SMA Negeri 6 Kota Kupang Tahun 2024.