

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Konsep Pengetahuan

a. Pengertian

Meningkatkan martabat dan kualitas hidup manusia dapat dicapai melalui pengetahuan, yaitu apa yang umum kita ketahui tentang dunia kita (Betakore, 2021). Perilaku terbuka (*overt behavior*) didasarkan oleh pemahaman yang tetap, dibentuk oleh pemahaman pengetahuan. Perilaku ini yang didasari pengetahuan yang umumnya bersifat tetap (Kusumastuti Hendrawan dkk., 2020)

Pengetahuan memiliki kesan didalam pola pikir manusia yakni sebagai dari hasil yang sangat berbeda dari penggunaan panca indranya, seperti kepercayaan, tahayul, dan kesalahan penerangan (Betakore, 2021).

2) Tingkat Pengetahuan

Pengetahuan yang meliputi kedalam dominan serebral memiliki 6 tingkat (Kusumastuti Hendrawan dkk., 2020).

a. Tahu (*Know*)

Istilah "tahu" digunakan untuk mengingatkan oleh sesuatu yang telah dipelajari, termasuk untuk mengingat kembali, juga disebut sebagai pengingat sesuatu yang umumnya dari semua hal telah dipelajari.

b. Memahami (*Comprehension*)

Orang yang memahami sesuatu harus bisa memberikan penjelasan apa yang mereka pelajari dengan menggunakan contoh, menyimpulkan, meramalkan, dan metode lainnya.

c. Aplikasi (*Application*)

Penggunaan rumus, metode, prinsip, dan situasi lain adalah beberapa contoh aplikasi pengetahuan yang sudah dipelajari ke situasi atau keadaan nyata.

d. Analisis (*Analysis*)

Salah satu kemampuan membagi berbagai materi dan sesuatu kedalam elemen adalah analisis, namun tetap ada didalam struktur kegiatan, dan dapat terhubung dengan hal lain.

e. Sintesis (*Synthesis*)

Kemampuan untuk menggabungkan komponen ke dalam bentuk baru disebut sintesis.

f. Evaluasi (*Evaluation*)

Penelitian ini didasarkan pada standar yang telah ditetapkan sebelumnya atau telah ada sebelumnya.

3) Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Pengetahuan

a. Usia

Usia didefinisikan sebagai kemauan belajar lebih banyak serta mudah untuk menerima informasi. Pengalaman, hubungan, sikap, keinginan, membaca literatur, dan dorongan dapat memengaruhi pengetahuan seseorang. Hal ini berkaitan dengan cara seseorang berperilaku dan kemampuan mereka untuk mengakses sejumlah informasi, membentuk pemahaman, pengertian, penerapan, analisis, sintesis, dan evaluasi (Santikasari dan Laksmi, 2019).

Jika seseorang lebih muda, lebih pintar, tetapi kurang bijaksana dan terampil, tidak kedewasaannya dapat diukur dari usia semakin dewasa, seperti orang yang

lebih tua menunjukkan pengetahuan yang luas terhadap masalah (Santikasari dan Laksmini, 2019).

b. Sosial Budaya

Budaya adalah keseluruhan rangkaian ide, perasaan, tindakan, dan karya yang diciptakan manusia dalam kehidupan sosial dan dimiliki sendiri melalui pendidikan. Pengetahuan seseorang dalam menerima informasi dapat dipengaruhi oleh sistem kebudayaan masyarakat mereka. Sikap seseorang dibentuk sebagian besar oleh budaya tempat mereka tinggal dan pola asuh mereka. Seseorang mempunyai pengetahuan yang baik dan pemahaman kesehatan karena mereka menerima penguatan dari masyarakat (Santikasari dan Laksmini, 2019).

c. Pendidikan

Pendidikan adalah proses pengembangan dan peningkatan semua kemampuan dan perilaku manusia melalui pengajaran, demikian pula, usia dan proses belajar dapat dipertimbangkan dalam penelitian. Tingkat pendidikan juga berperan dalam persepsi seseorang terhadap penerimaan teknologi dan gagasan baru. Ketika batasan seseorang meningkat, pengalamannya akan mempengaruhi wawasan dan pengetahuan. Tujuan pendidikan yaitu untuk meningkatkan pemahaman, tingkah laku, dan persepsi serta pembentukan kebiasaan atau perilaku baru (Kusumastuti Hendrawan dkk., 2020)

d. Pengalaman

Mengambil keputusan dalam situasi nyata dapat dibantu oleh pengalaman, yang tidak hanya memberikan keterampilan dan pengetahuan profesional, tetapi juga memberikan pengalaman belajar di tempat kerja (Santikasari dan Laksmini, 2019).

e. Sumber Informasi

Salah satu perantara dalam penyampaian informasi adalah sumber informasi oleh karena itu, lebih banyak pengetahuan yang dimiliki oleh media informasi tentang berkomunikasi massa (Santikasari dan Laksmini, 2019).

f. Pekerjaan

Untuk mempertahankan kehidupan diri sendiri dan keluarga, harus memiliki pekerjaan. Pengetahuan dapat dipengaruhi oleh pekerjaan, seseorang dapat menguasai pemahaman yang baik daripada seseorang yang tidak memiliki pekerjaan (Kusumastuti Hendrawan dkk., 2020).

4) Pengukuran Pengetahuan

Pengukuran pengetahuan terdiri dari pertanyaan terpilih yang berkaitan dengan pemahaman remaja tentang kanker payudara yang sudah diuji untuk reabilitas dan validitas. Kemudian bisa dimanfaatkan sebagai menyampaikan pengetahuan. Pengukuran yang digunakan dalam pengetahuan tentang pemeriksaan payudara sendiri, ini menggunakan pertanyaan beberapa pilihan jawaban benar atau salah. Responden menerima skor perhitungan pengetahuan, dengan nilai 1 untuk jawaban benar dan nilai 0 untuk jawaban salah (Sinuraya dkk., 2017).

B. Konsep Motivasi

1. Pengertian motivasi

Motivasi merupakan kondisi didalam diri yang dapat mendorong seseorang untuk beraksi dan memacu mereka guna mencapai sasaran tertentu, sehingga membuat seseorang tersebut merasa tertarik untuk menjalani kegiatan tersebut (Pratama dkk., 2020). Motivasi adalah energi dari dalam dan luar yang

menggerakkan hati seseorang untuk berusaha dan bersemangat mencapai suatu pencapaian. Jadi, segala hal yang mampu mendorong dan memberikan semangat kepada seseorang untuk melakukan atau menyelesaikan sesuatu disebut sebagai motivasi. Motivasi dan proses pembelajaran adalah dua aspek yang saling berhubungan. Motivasi dalam belajar adalah faktor utama yang mendorong seseorang untuk menjalani aktivitas belajar, jadi tanpa adanya motivasi, seseorang cenderung tidak akan melakukan kegiatan pembelajaran (Pratama dkk., 2020).

Motivasi untuk belajar merupakan pendorong dalam aktivitas belajar, dan tujuan utama dari belajar adalah untuk memperoleh keuntungan dari proses tersebut. Ada beberapa siswa yang menghadapi kesulitan dalam belajar, yang mengakibatkan hasil belajar tidak sesuai dengan harapan (Pratama dkk., 2020).

2. Faktor-faktor yang mempengaruhi motivasi

faktor-faktor yang dapat mempengaruhi motivasi (Pratama dkk., 2020), antara lain:

- a. Motivasi dalam diri sendiri bisa berupa usia
- b. Motivasi eksternal disebabkan oleh kualitas pendidikan seseorang, kebiasaan, dan dinamika kelompok.

3. Cara pengukuran motivasi

Pengukuran motivasi dapat dilakukan dengan mengajukan pertanyaan kepada sekelompok orang tentang suatu hal. Namun, evaluasi motivasi tidak dapat dilakukan hanya benar salah; sebaliknya, 4 jawaban yang diberikan harus dinilai menggunakan skala ordinal dan diberi skor sesuai dengan peringkat berikut:

- a. Sangat Setuju (SS) : skor 4
- b. Setuju (S) : skor 3
- c. Tidak Setuju (TS) : skor 2

d. Sangat Tidak Setuju (STS) : skor 1

Skor dihitung dan dikelompokkan kedalam 3 kategori, yakni:

- a) Baik 76-100%
- b) Cukup 56-75%
- c) Kurang <56%

C. Konsep Remaja

1. Pengertian Remaja

Perkembangan anak yang sangat penting pada fase remaja ini dimulai dari perubahan bentuk fisik untuk kemampuan reproduksi. Remaja merupakan masa peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa di mana banyak aspek dan fungsi berubah sebelum memasuki masa dewasa (Nur Oktavia dkk., 2022)

2. Tahap-Tahap Perkembangan Remaja

Perkembangan remaja terdiri dari berbagai fase yang menunjukkan perubahan fisik, emosional, sosial, dan kognitif. Berikut adalah tahapan-tahapan perkembangan remaja:

a. Remaja Awal (Usia 10-13 tahun)

Remaja mulai meninggalkan tanggung jawab sebagai anak-anak dan berusaha untuk menjadi orang dewasa. Pada tahap ini, remaja mengalami perubahan fisik sangat cepat dan perubahan hormonal yang signifikan, kedua hal ini disebut pubertas. Perubahan yang terjadi pada tubuh dan emosi mereka sering menimbulkan kebingungan bagi mereka (Setyowati dkk., 2021).

Tugas Perkembangan

- 1) Menerima kondisi fisiknya.
- 2) Mempelajari hubungan baru dengan lawan jenis.

3) Mengembangkan kemandirian emosional (Jihad dkk., 2023).

b. Remaja Pertengahan (Usia 14-17 tahun)

Tahap berikut ini, remaja dapat menunjukkan peningkatan perilaku dan kemampuan kognitif, sangat bergantung pada teman sebaya, dan mulai berminat pada hubungan romantis. Perdebatan dengan orang tua sering terjadi karena keinginan untuk mandiri (Jihad dkk., 2023).

Tugas Perkembangan:

- 1) Meningkatkan keterampilan komunikasi interpersonal.
- 2) Menerima identitas diri dan mengembangkan pandangan hidup sendiri.
- 3) Mengelola impulsivitas dan membuat penilaian awal tentang tujuan karir.

c. Remaja Akhir (Usia 18-21 tahun)

Remaja mencapai batas perkembangan fisik dan emosional mereka pada tahap ini. Mereka menjadi lebih cerdas dalam pengambilan keputusan dan mulai mempertimbangkan masa depan dan cita-cita mereka. Identitas seksual mereka juga menjadi lebih stabil dan terbentuk (Jihad dkk., 2023).

- 1) Memperoleh kemandirian finansial.
- 2) Mengembangkan nilai-nilai sosial dan etika.
- 3) Mempersiapkan diri untuk pernikahan dan kehidupan keluarga.

3. Perubahan fisik dan perkembangan remaja putri

a. Perubahan Fisik Remaja Putri

Kematangan seksual dan perubahan bentuk tubuh adalah tanda perubahan fisik yang dimulai pada remaja putri pada usia 10 hingga 19 tahun. Ini termasuk munculnya rambut halus di area kemaluan dan ketiak serta pertumbuhan payudara dan lebar pinggul. Remaja putri sering merasa cemas tentang penampilan mereka,

terutama jika mereka tidak memahami perubahan ini dengan baik (Suriani dkk., 2024).

b. Perubahan Hormonal

Hormon estrogen dan progesteron meningkat selama masa pubertas, yang memengaruhi perkembangan fisik. Pembesaran payudara, pertumbuhan pinggul, dan peningkatan lemak di bagian tubuh tertentu seperti paha dan punggung dihasilkan oleh proses ini. Selain itu, menstruasi pertama biasanya muncul pada tahap ini, yang menunjukkan kematangan sistem reproduksi (Karina dkk., 2022).

c. Dampak Psikologis

Perkembangan emosional dan fisik remaja sering kali tidak seimbang. Hal ini dapat menyebabkan mereka merasa malu atau kecemasan tentang tubuh mereka. Studi menunjukkan bahwa banyak remaja perempuan tidak puas dengan penampilan mereka, yang dapat berkontribusi pada masalah psikologis seperti stres dan depresi (Karina dkk., 2022).

d. Pentingnya Pengetahuan dan Dukungan

Sangat penting bagi remaja putri untuk memahami perubahan fisik untuk membantu mereka menghadapi pubertas dengan lebih baik. Studi menunjukkan hubungan antara pengetahuan tentang perubahan fisik dan sikap positif terhadap pubertas. Selain dukungan dari orang tua dan orang terdekat sangat bermanfaat untuk memberikan informasi yang tepat dan mengurangi kecemasan (Suriani dkk., 2024).

D. Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI)

1. Pengertian Pemeriksaan Payudara Sendiri

Pemeriksaan payudara sendiri yaitu pemeriksaan yang dilakukan secara mandiri dengan tujuan mengetahui apakah ada kemungkinan terjadinya kanker payudara/benjolan yang ada pada kanker payudara (Fatmasari dan Aniroh, 2021). Tujuan dari tindakan ini adalah untuk meningkatkan kesadaran akan kesehatan payudara, memungkinkan mendeteksi awal kanker payudara. SADARI mudah diakses oleh semua wanita karena dapat dilakukan secara rutin dan tidak memerlukan biaya (Sinabariba dkk., 2025)

2. Manfaat

Beberapa manfaat melakukan pemeriksaan payudara sendiri yakni:

- a. Untuk mengidentifikasi benjolan kecil atau tumor pada ketiak dan payudara.
- b. Dapat menemukan adanya keanehan pada payudara.
- c. Menemukan gejala awal kanker payudara.

3. Waktu Pelaksanaan

Pemeriksaan payudara sendiri sebaiknya dilaksanakan 7 hingga 10 hari sesudah menstruasi, pada saat payudara menjadi lebih lembut dan tidak bengkak karena perubahan hormonal. Pemeriksaan ini sebaiknya dilakukan setiap bulan untuk memaksimalkan deteksi dini adanya kanker payudara (Fatmasari dan Aniroh, 2021).

4. Langkah-langkah Pemeriksaan Payudara Sendiri

Langkah dalam melakukan pemeriksaan SADARI sangat penting untuk mendeteksi adanya perubahan yang mungkin menunjukkan kanker payudara

(Deska dkk., 2019). Berikut adalah langkah-langkah pemeriksaan payudara sendiri, yakni:

a. Pemeriksaan di Depan Cermin

- 1) Berdirilah di depan cermin dengan tangan dibiarkan lurus ke bawah.
- 2) Angkat kedua tangan ke atas kepala dan perhatikan bentuk, ukuran, serta permukaan kulit payudara. Amati adanya perubahan warna, lekukan, atau pembengkakan.
- 3) Letakkan kedua tangan ke pinggang dan tekan secara kuat untuk mengencangkan otot pada dada. Perhatikan apakah ada perubahan pada kedua payudara saat Anda melihat dari berbagai sudut.

b. Pemeriksaan Saat Mandi

- 1) ketika mandi, gunakan sabun untuk mempermudah gerakan tangan. Angkat tangan kanan atau kiri ke kepala bagian belakang dan gunakan tangan satunya untuk memeriksa keseluruhan area payudara.
- 2) Mulailah meraba dari bagian luar dekat ketiak menuju ke tengah puting. Gunakan tiga jari (telunjuk, tengah, dan jari manis) untuk meraba dengan tekanan ringan hingga kuat.
- 3) Periksa juga area ketiak dan atas tulang selangka untuk mendeteksi adanya benjolan.

c. Pemeriksaan Saat Berbaring

- 1) Berbaringlah di permukaan datar dengan bantal atau selimut yang di lipat kecil di bawah pundak. Letakan tangan sebelah kanan pada kepala bagian belakang.

2) Gunakan tangan sebelah kiri untuk memeriksa payudara sebelah kanan melakukan teknik gerak melingkar sesuai arah jarum jam. Pastikan seluruh permukaan payudara terjamah, termasuk area dekat puting.

3) Ulangi langkah yang sama untuk payudara kiri.

d. Pemeriksaan Puting

Setelah meraba seluruh area payudara, cubit perlahan puting susu untuk memeriksa apakah ada cairan yang keluar. Hal ini penting untuk mendeteksi adanya tanda-tanda abnormal.

e. Catatan Perubahan

Segera konsultasikan dengan dokter Anda untuk pemeriksaan tambahan jika Anda menemukan benjolan atau perubahan lain yang mencurigakan. Melakukan pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) setidaknya sekali sebulan adalah penting.

5. Hal-Hal Yang Perlu Diperhatikan

- a. Kulit terasa lebih tebal
- b. Teraba adanya benjolan
- c. Terlihat perubahan pada bentuk dan ukuran
- d. Kulit yang mengerut
- e. puting susu mengeluarkan cairan meskipun tidak menyusui
- f. Payudara terasa sangat nyeri tanpa alasan jelas.
- g. Lengan atas yang membengkak.
- h. Benjolan yang tidak dapat diraba.

E. Konsep Penyuluhan

1. Pengertian Penyuluhan

Penyuluhan yaitu sebuah proses pendidikan yang memiliki tujuan untuk menanamkan kepercayaan dalam informasi kepada masyarakat agar mereka menjadi lebih sadar kesehatan, memahaminya, dan mampu mengambil tindakan yang diperlukan (Prayitno dkk., 2022).

Penyuluhan bertujuan meningkatkan kesadaran masyarakat tentang pentingnya perilaku hidup sehat. Baik individu maupun masyarakat umum menginginkan gaya hidup yang sehat dan tahu bagaimana mencapainya. Penyuluhan adalah kumpulan kegiatan yang berbeda yang didasarkan pada prinsip pembelajaran.

2. Tujuan Penyuluhan

a. Perubahan perilaku:

memotivasi seseorang, keluarga, dan masyarakat untuk mengembangkan dan mempertahankan kebiasaan sehat dan berpartisipasi aktif dalam menjaga tingkat kesehatan (Prayitno dkk., 2022).

b. Pendidikan:

Memberi masyarakat pengetahuan yang dapat membantu mereka memahami pentingnya pola hidup sehat (Prayitno dkk., 2022)

3. Metode Penyuluhan

Berikut merupakan penjelasan mengenai berbagai metode penyuluhan kesehatan:

a. Metode Didaktik (*One Way Method*)

Penyuluh berperan aktif dalam memberikan informasi, sementara peserta cenderung pasif, dengan menggunakan komunikasi langsung antara penyuluh dan peserta.

b. Metode Sokratik (*Two Way Method*)

Ini memberikan peserta waktu untuk menyuarakan pendapat mereka serta berpartisipasi dalam diskusi. Dimungkinkan untuk meningkatkan pemahaman dan keterlibatan peserta dalam pendekatan ini, yang termasuk pendekatan seperti diskusi dan demonstrasi.

c. Metode Demonstrasi

Metode ini melibatkan penyuluh menggunakan alat peraga untuk menunjukkan prosedur atau tindakan. Demonstrasi sangat baik untuk menjelaskan proses yang kompleks dan memberikan tindakan yang harus dilakukan.

d. Metode *Door to Door*

Penyuluhan dilakukan secara individu dengan mengunjungi rumah-rumah masyarakat. Penelitian menunjukkan bahwa teknik ini meningkatkan pengetahuan lebih baik daripada pendekatan kelompok, karena memungkinkan interaksi yang lebih personal dan langsung.

F. Konsep Dasar Buku Saku

1. Pengertian Buku Saku

Buku saku atau *pocket book* dipergunakan untuk media belajar secara mandiri karena mudah di bawa kemana saja. Buku saku dapat digunakan untuk berbagai tujuan, seperti menampilkan topik pembahasan pada materi khusus yang

disampaikan dengan layak atau digunakan untuk sosialisasi (Difitria Rossiani dkk., 2022).

2. Kelebihan dan Keterbatasan Buku Saku

a. Kelebihan Buku Saku

- 1) Desain yang biasa dan cukup sederhana dan praktis.
- 2) Sangat mudah dibawa.
- 3) Desain yang menarik dibuat supaya pembaca tidak malu membaca ditempat umum.

b. Keterbatasan Buku Saku

- 1) Dalam dari isi buku dapat memfokus pada satu topik.
- 2) Buku saku mudah terselip karena ukurannya yang kecil.

3. Karakteristik Buku Saku

Saran lain dari (Difitria Rossiani dkk., 2022) menyatakan bahwa buku saku harus memenuhi empat syarat, yaitu:

- a. Aspek materi mencakup penyebaran materi yang tepat, yaitu subjek penelitian dalam bidang keilmuan dan penelitian yang sesuai dengan pedoman atau kurikulum untuk mencapai hasil yang diharapkan.
- b. Aspek Penyediaan sebuah buku saku harus menyediakan materi yang lengkap, disesuaikan dengan kebutuhan siswa, dan dengan cara yang mudah dipahami dan tidak membosankan.
- c. Tingkat kesederhanaan bahasa dikaitkan dengan aspek bahasa dan keterbacaan, serta pengutaraan materi dalam buku saku.

- d. Ilustrasi, huruf, warna, dan cetakan adalah komponen sampul buku. Sehingga, seseorang menyukai buku tersebut karena ditulis dengan baik dan mereka akan menjadi lebih baik setelah membacanya.

Keempat aspek yang tercantum dalam pernyataan (Vik dkk., 2016) menjadi dasar teori perancangan peneliti tentang bagaimana mereka membuat alat validasi. Buku saku dirancang dengan mempertimbangkan beberapa hal, seperti bahwa isi harus dirancang dengan baik dan bahwa bahan ajar harus disesuaikan dan ditulis dengan cara yang menarik.

Buku saku, yang terdiri dari buku sederhana yang berisi tulisan dan gambar, memiliki kemampuan untuk menyebarkan pesan lebih cepat dan ke lebih banyak orang. Selain itu, buku saku berisi teks, gambar, dan foto yang, jika dipresentasikan dengan baik, dapat meningkatkan minat seseorang untuk membaca dan membuat pesan lebih mudah dipahami oleh penerima (Difitria Rossiani dkk., 2022).