

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI)

1. Pengertian

Kanker Payudara atau *Carcinoma Mammae* adalah pertumbuhan sel yang abnormal pada payudara (Suryani 2020). Kanker payudara mulai tumbuh berukuran satu sentimeter dan bertahan selama 8 hingga 12 tahun. Sel kanker akan tetap diam tanpa gejala selama bertahun-tahun dan secara tiba-tiba aktif menjadi tumor ganas (Rukinah and Luba 2021). Maka dari itu pentingnya melakukan pemeriksaan awal dengan cara pemeriksaan payudara sendiri.

Pemeriksaan Payudara Sendiri merupakan metode sederhana untuk mengidentifikasi kelainan payudara seperti benjolan. Metode ini sebagai pemeriksaan mandiri untuk mendeteksi tanda- tanda kanker payudara sejak dini. Prosedur ini mencakup langkah-langkah spesifik untuk mendeteksi kanker payudara dengan mengamati perubahan pada jaringan payudara (Marfianti 2021). SADARI dapat dilakukan pada wanita yang telah memasuki masa pubertas untuk mengetahui kelainan pada payudara dan sebagai diagnosis diri kanker payudara yang dapat mempercepat pengobatan dan berpotensi meningkatkan kualitas hidup, baik dari segi kesehatan maupun harapan hidup (Mulyanti dkk., 2021).

2. Tujuan SADARI

Tujuan pemeriksaan payudara sendiri fokus pada deteksi dini kanker payudara yang bukan merupakan kebetulan melainkan tanggung jawab setiap perempuan. Perempuan harus memahami cara melakukan pemeriksaan yang normal agar dapat mengidentifikasi kelainan pada jaringan payudara. Disisi lain

bagi tenaga medis deteksi dini merupakan upaya terpadu dan berkelanjutan melalui skrining dan deteksi dini kanker payudara. SADARI sangat penting karena jika terdeteksi dini dan ditangani dengan tepat, tingkat kesembuhan yang cukup tinggi (Elkagustia and Ika 2024).

3. Cara Pemeriksaan SADARI

Pemeriksaan payudara sendiri sebaiknya dilakukan setelah menstruasi yaitu hari ke-7 hingga ke-10 siklus menstruasi. Selama fase ini benjolan payudara lebih mudah dideteksi karena payudara tidak terlalu kencang (Nasution and Tanjung 2021). Berikut teknik pemeriksaan payudara sendiri :

- a. Perhatikan kedua payudara dengan berdiri di depan cermin. Letakkan tangan di samping tubuh dan cek apakah ada yang berbeda pada payudara. Amati perubahan pada ukuran, bentuk, warna kulit, kerutan, atau lekukan seperti lesung pipit di kulit.
- b. Perhatikan kedua payudara dengan mengangkat kedua tangan di belakang kepala.
- c. Selanjutnya kedua tangan di pinggang dan tekan supaya otot dada bisa berkontraksi.
- d. Bungkukkan tubuh untuk melihat apakah kedua payudara terlihat sama.
- e. Dengan perlahan, tekan puting susu dengan ibu jari dan jari telunjuk untuk melihat apakah ada cairan yang muncul.
- f. Lakukan perabaan pada payudara, pemeriksaan ini bisa dilakukan secara berdiri.
- g. Pemeriksaan dengan posisi berbaring dengan menggunakan bantal dibawah bahu disisi payudara yang ingin diperiksa dan raba area puting.

- h. Angkat lengan kiri di bawah kepala. Gunakan jari-jari kanan (telunjuk, jari tengah dan jari manis) untuk menekan payudara sebelah kiri dan mulailah dari bagian tepi payudara dan bergerak menuju puting susu dengan cara melingkar ke arah kanan. Pastikan untuk menyentuh seluruh permukaan payudara.
- i. Periksa apakah ada gumpalan atau bagian yang tebal. Jangan lupa untuk melihat area yang terletak di antara payudara bawah tulang selangka.
- j. Angkat tangan kanan letakkan dibawah kepala dan lakukan pemeriksaan dengan tangan kiri.
- k. Apabila ada benjolan sangat penting untuk tetap melihat seberapa banyak benjolan yang ada dan dimana letaknya. Bulan depan perlu di periksa kembali perubahan ukuran atau bentuk benjolan tersebut.
- l. Jika ada cairan dari puting seperti darah atau nanah pada ibu yang tidak menyusui, harus segera hubungi tenaga medis untuk mendapatkan pemeriksaan lebih lanjut.

B. Remaja

1. Pengertian

Masa Remaja merupakan masa yang menghubungkan masa kanak kanak dengan masa dewasa. Yang ditandai dengan perkembangan individu dimulai dengan munculnya ciri-ciri seksual sekunder dan berakhir dengan tercapainya kematangan sosial. Tahapan Perkembangan Remaja Perkembangan remaja dapat diklasifikasikan menjadi tiga tahap, sebagaimana dijelaskan oleh (Pratama dan Sari 2021), yaitu:

- a. Remaja awal, yang mencakup individu berusia 10 hingga 12 tahun. Pada tahap ini, remaja mulai mengalami perubahan fisik, mengembangkan pola pikir baru, merasa tertarik pada lawan jenis, dan mulai berfantasi tentang hal-hal erotis.
- b. Remaja pertengahan, yang mencakup usia 13 hingga 15 tahun. Pada fase ini, remaja cenderung memiliki banyak teman dan merasa senang ketika disukai banyak orang, tetapi mereka juga sering mengalami kebingungan dalam pengambilan keputusan.
- c. Remaja akhir, yang mencakup individu berusia 16 hingga 19 tahun. Pada tahap ini, terjadi pematangan dalam proses pertumbuhan, ditandai dengan meningkatnya minat pada fungsi kognitif, perkembangan ego dalam membangun hubungan interpersonal, dan pembentukan identitas seksual.

C. Teori “*Precede-Proceed Model*” Lawrence Green (1991)

Teori ini dikembangkan oleh Lawrence Green dari teorinya tahun 1980. Lawrence Green mencoba menganalisa perilaku manusia dari tingkat kesehatan, dimana kesehatan seseorang atau masyarakat dipengaruhi oleh faktor perilaku dan faktor diluar perilaku. PRECEDE adalah akronim dari 3 faktor yang mempengaruhi perilaku yaitu *Predisposing, Enabling, dan Reinforcing Causes in Educational and Evaluation*. Menurut Lawrence Green (1991) faktor-faktor yang menentukan perilaku sehingga menimbulkan perilaku yang positif adalah :

1. Faktor Predisposisi (*Predisposing factors*)

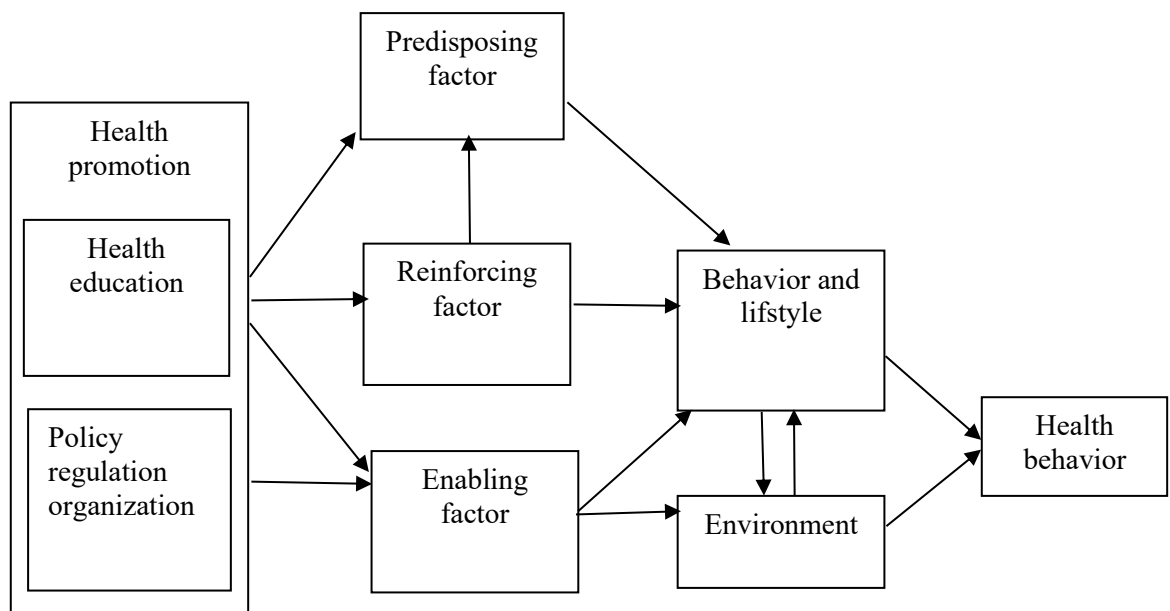
Faktor predisposisi merupakan faktor antesenden terhadap perilaku yang menjadi dasar atau motivasi bagi perilaku. faktor ini meliputi beberapa unsur yaitu unsur pengetahuan, sikap, kepercayaan, nilai.

2. Faktor pemungkin atau pendukung (*Enabling factors*)

Faktor pemungkin adalah faktor anteseden terhadap perilaku yang memungkinkan suatu motivasi atau aspirasi terlaksana. Seorang ibu hamil akan mudah mendapatkan pelayanan kesehatan apabila tersedianya tenaga kesehatan, sarana puskesmas atau rumah sakit. Yang masuk pada faktor ini adalah ketersediaan sumber daya kesehatan berupa tenaga kesehatan, sarana dan prasarana kesehatan, ketrampilan, dan keterjangkauan sumberdaya kesehatan, yang kesemuanya ini mendukung atau memfasilitasi terjadinya perilaku sehat seseorang atau masyarakat

3. Faktor penguat (*Reinforcing factors*)

Faktor ini adalah merupakan faktor penyerta atau yang datang sesudah perilaku itu ada. Ibu hamil akan selalu melakukan pemeriksaan kehamilannya disarana kesehatan atau pada petugas kesehatan apabila dia di dukung oleh atau selalu diingatkan oleh orang disekitarnya seperti suami, orang tua, teman. Yang termasuk pada faktor ini adalah keluarga, teman, suami, petugas kesehatan. Skema 3 (tiga) faktor yang mempengaruhi perilaku kesehatan (L.Green. 1980) sebagai berikut: (Irwan, 2019)



Gambar : Precede-proceed model for health promotion planing and evaluation

Berdasarkan uraian tersebut diatas maka akan berhasilnya suatu program pendidikan kesehatan atau motivasi dalam rangka perubahan perilaku kearah perilaku kesehatan yang positif maka kegiatan pendidikan atau promosi kesehatan diarahkan ke tiga faktor tersebut. Kegiatan promosi kesehatan yang ditujukan kepada faktor predisposisi ini akan memberikan pengetahuan dan sikap tentang kesehatan yang diperlukan oleh seseorang atau masyarakat sehingga akan mempermudah terjadinya perilaku sehat mereka upaya ini dimaksudkan untuk meluruskan tradisi, kepercayaan, nilai-nilai, dan sebagainya yang tidak kondusif bagi perilaku sehat.

Kegiatan promosi kesehatan yang ditujukan pada faktor pendukung/pemungkin diharapkan masyarakat mampu memfasilitasi diri mereka atau masyarakat itu sendiri untuk berperilaku sehat, Selanjutnya kegiatan promosi kesehatan yang ditujukan pada faktor penguat berupa pelatihan-pelatihan kepada petugas kesehatan, suami ,keluarga, tokoh masyarakat dimaksudkan untuk menguatkan perilaku yang sudah terbentuk.

D. Konsep Perilaku Kesehatan

Perilaku kesehatan merupakan respon individu terhadap stimulus atau rangsangan yang berkaitan dengan kesehatan (Notoatmodjo 2018). Perilaku kesehatan terdiri dari dua domain utama :

Faktor Predisposisi yang Mempengaruhi Pelaksanaan SADARI

1. Pengetahuan (*knowledge*)

a. Pengertian

Ilmu pengetahuan adalah sekumpulan pengetahuan yang digunakan untuk memperdalam pemahaman individu terhadap suatu masalah, dengan memanfaatkan konsep dan teori serta menerapkan metode ilmiah yang bersifat objektif, metodologis, sistematis, dan universal (Ridwan dkk., 2021). Pengetahuan

merupakan hasil pemahaman yang diperoleh melalui pengalaman. Notoatmodjo (2018) mengutip pandangan Rogers (1974) yang menyatakan bahwa sebelum individu mengadopsi suatu perilaku baru, terjadi serangkaian proses berurutan dalam diri individu tersebut, yaitu:

- a. *Awareness*, yaitu tahap dimana individu pertama kali mengenali stimulus atau objek tertentu.
- b. *Interest*, yaitu tahap di mana individu mulai merasa tertarik terhadap stimulus dan mulai membentuk sikap terhadapnya.
- c. *Evaluation*, yaitu proses menilai baik buruknya stimulus yang diterima.
- d. *Trial*, yaitu tahap di mana individu mulai mencoba bertindak sesuai dengan harapan yang ditimbulkan oleh stimulus tersebut.
- e. *Adoption*, yaitu ketika individu mengadopsi suatu perilaku yang selaras dengan kesadaran, pengetahuan, dan sikap yang telah terbentuk terhadap stimulus tersebut.

b. Faktor – Faktor yang Mempengaruhi Pengetahuan

Faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan mencakup beberapa aspek, sebagaimana dijelaskan oleh (Hendrawan dkk., 2019) yaitu :

1) Faktor Internal

a) Pendidikan

Pendidikan merupakan proses pembelajaran yang melibatkan penyerapan pengetahuan, pengembangan keterampilan, dan pembentukan sikap secara sadar dan terencana, dengan tujuan meningkatkan potensi individu dan menghasilkan sumber daya manusia yang berkualitas. Pendidikan berperan penting dalam perolehan informasi.

b) Pekerjaan

Pekerjaan tidak hanya dipandang sebagai sumber kesenangan, melainkan sebagai sarana mencari nafkah, yang seringkali monoton, repetitif, dan menantang.

c) Usia

Usia mengacu pada lamanya hidup seseorang. Seiring bertambahnya usia, kemampuan seseorang cenderung meningkat.

2) Faktor Eksternal

a) Lingkungan

Perkembangan dan perilaku individu dan kelompok dipengaruhi oleh segala kondisi di sekitarnya, yang dikenal sebagai lingkungan.

b) Sosial Budaya

Sistem sosial dan budaya yang berlaku di masyarakat mempengaruhi sikap individu dalam menerima dan menanggapi informasi.

c. Tingkat Pengetahuan

Adapun enam tingkatan pengetahuan (Notoatmodjo, 2018) yaitu:

- 1) Tahu (*Know*). Mendefinisikan, menyatakan, menyebutkan, dan menjelaskan adalah beberapa hal yang termasuk dalam tingkat pengetahuan yang paling dasar ini.
- 2) Memahami (*Comprehension*). Kemampuan untuk menjelaskan dengan akurat dan tepat apa yang telah dipahami sebelumnya.
- 3) Aplikasi (*Application*). Menerapkan materi yang didapat atau digunakan dalam situasi atau lingkungan nyata.

- 4) Analisis (*Analysis*). Membandingkan atau membedakan suatu objek yang saling berkaitan.
- 5) Sintesis (*Synthesis*). Mengatur ulang komponen pengetahuan ke dalam suatu struktur baru yang menyeluruh.
- 6) Evaluasi (*Evaluation*). Evaluasi terhadap suatu objek yang dijelaskan sebagai sistem perencanaan, pengumpulan, dan penyediaan data untuk menghasilkan alternatif keputusan.

d. Kriteria Tingkat Pengetahuan

Tingkat pengetahuan dibagi menjadi tiga yaitu (Notoatmodjo, 2014):

- 1) Baik : 76-100%
- 2) Cukup : 56-75%
- 3) Kurang : <56%

2. Sikap (*attitude*)

a. Pengertian

Sikap merupakan respons seseorang untuk berfikir, merasa, dan bertindak terhadap suatu objek, dan orang. Meskipun sifat tidak bisa diamati secara langsung, perilaku tertutup adalah salah satu cara untuk memperkirakannya. Dalam kehidupan sehari-hari, reaksi emosional terhadap stimulus yaitu contoh dari sikap (Martina dkk, 2021: 39).

b. Tingkat sikap

Martina dkk. (2021) menyatakan tingkat sikap dibagi menjadi empat yaitu:

- 1) Menerima (*receiving*). Menerima yaitu ketika seseorang siap untuk menerima stimulus
- 2) Merespon (*responding*). Sikap yang ditunjukkan dengan menjawab pertanyaan melaksanakan, dan menyelesaikan tugas yang diberikan.

- 3) Menghargai (*valuing*). Menghormati orang lain dengan memberikan kesempatan untuk berdiskusi mengenai suatu masalah.
- 4) Bertanggung jawab (*responsible*). Komitmen untuk memenuhi kewajiban.

c. Fungsi Sikap

Martina dkk. (2021) menyatakan bahwa:

- 1) Sikap digunakan untuk beradaptasi. Sikap adalah sesuatu yang mudah menyebar.
- 2) Sikap mempengaruhi perilaku. Sikap dapat mendorong atau memicu perilaku tertentu.
- 3) Sikap sebagai alat pengatur pengalaman. Tidak semua pengalaman dari dunia luar diterima oleh manusia, oleh karena itu, setiap pengalaman dinilai dan dipilih.
- 4) Sikap sebagai cerminan kepribadian. Dengan demikian, dengan mengamati sikap terhadap objek tertentu, orang dapat memperoleh gambaran tentang kepribadian individu tersebut.

d. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Sikap

- 1) Faktor internal

Faktor internal berasal dari individu yang menjadi penentu utama dalam pembentukan sikap, yang dimaksud mencakup aspek fisiologis, psikologis, dan motivasi.

- 2) Faktor eksternal

Faktor eksternal merupakan stimulus yang berasal dari luar individu seperti pengalaman, situasi, pendidikan, dan ekonomi.

e. Pengukuran Sikap

Sikap tidak bisa diamati secara langsung, sikap seseorang terhadap objek tertentu dapat diketahui melalui tiga aspek yaitu pengetahuan, perasaan, dan perilaku. Pada umumnya sikap dapat diukur dengan pertanyaan. Bentuk jawaban yang berupa “ya” atau “tidak” dalam skala Guttman atau berjenjang dari setuju tidak setuju hingga sangat setuju dengan skor 1-5 dalam skala Likert (Lukaningsih, 2010). Pernyataan yang mengukur nilai positif dinilai sebagai berikut:

- | | | |
|----|---------------------|---|
| 1) | Sangat setuju | 5 |
| 2) | Setuju | 4 |
| 3) | Ragu-ragu | 3 |
| 4) | Tidak setuju | 2 |
| 5) | Sangat tidak setuju | 1 |

Pernyataan yang mengukur nilai negatif dinilai sebagai berikut :

- | | | |
|----|---------------------|---|
| 1) | Sangat setuju | 1 |
| 2) | Setuju | 2 |
| 3) | Ragu-ragu | 3 |
| 4) | Tidak setuju | 4 |
| 5) | Sangat tidak setuju | 5 |

Penilaian sikap dikategorikan berdasarkan uji normalitas data. *Mean* digunakan apabila data berdistribusi normal, sementara *median* digunakan untuk data yang berdistribusi tidak normal

3. Nilai-Nilai Budaya

Budaya memengaruhi cara individu memandang kesehatan dan penyakit. Pada beberapa lingkungan masyarakat, pembicaraan mengenai organ reproduksi dan payudara masih dianggap tabu sehingga dapat menghambat remaja memperoleh informasi mengenai SADARI. Sebaliknya, budaya yang mendukung pendidikan kesehatan akan meningkatkan kesadaran dalam melakukan deteksi dini kanker payudara.

4. Persepsi

Persepsi merupakan proses individu dalam menafsirkan informasi yang diterimanya. Persepsi mengenai manfaat, kemudahan, dan pentingnya SADARI dapat memengaruhi keputusan seseorang untuk melakukannya. Remaja yang menganggap dirinya tidak berisiko terkena kanker payudara cenderung memiliki motivasi rendah untuk melakukan SADARI.

5. Keyakinan

Keyakinan berkaitan dengan kepercayaan seseorang terhadap manfaat suatu tindakan kesehatan. Remaja putri yang meyakini bahwa SADARI dapat membantu mendeteksi kelainan payudara secara dini akan lebih terdorong melakukan pemeriksaan secara rutin dibandingkan mereka yang tidak memiliki keyakinan tersebut.

6. Tingkat Pendidikan

Pendidikan berpengaruh terhadap kemampuan seseorang dalam menerima dan memahami informasi kesehatan. Semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang, semakin mudah individu memperoleh dan mengolah informasi mengenai pentingnya deteksi dini kanker payudara melalui SADARI.

7. Tradisi

Tradisi yang berkembang di masyarakat dapat memengaruhi perilaku kesehatan seseorang. Tradisi yang mendukung upaya pencegahan penyakit dapat meningkatkan kesadaran melakukan SADARI, sedangkan tradisi yang menganggap pemeriksaan payudara sebagai hal yang tidak perlu dapat menjadi penghambat pelaksanaannya.

Faktor Pemungkin yang Mempengaruhi Pelaksanaan SADARI

1. Sarana dan Prasarana

Ketersediaan sarana dan prasarana kesehatan berperan dalam mendukung pelaksanaan SADARI. Media edukasi seperti leaflet, poster, video, maupun alat peraga dapat membantu meningkatkan pemahaman remaja mengenai langkah-langkah melakukan SADARI dengan benar.

2. Fasilitas Kesehatan

Fasilitas kesehatan memiliki peran penting dalam memberikan edukasi dan konseling terkait deteksi dini kanker payudara. Akses yang mudah terhadap pelayanan kesehatan dapat meningkatkan kesempatan remaja memperoleh informasi yang benar mengenai SADARI.

3. Media Informasi

Media informasi seperti internet, media sosial, televisi, dan buku kesehatan merupakan sumber pengetahuan yang dapat meningkatkan kesadaran remaja mengenai pentingnya SADARI. Paparan informasi yang berulang dapat memperkuat pemahaman dan mendorong terbentuknya perilaku kesehatan yang baik.

4. Sumber Daya Ekonomi

Kondisi ekonomi keluarga dapat memengaruhi akses terhadap informasi dan layanan kesehatan. Individu dengan kondisi ekonomi yang lebih baik umumnya memiliki kesempatan lebih besar memperoleh informasi kesehatan dari berbagai sumber.

Faktor Penguat yang Mempengaruhi Pelaksanaan SADARI

1. Pendapat Orang Lain

Pendapat dari orang-orang yang dianggap penting dapat memengaruhi perilaku kesehatan seseorang. Dukungan dan anjuran dari orang terdekat dapat meningkatkan motivasi remaja untuk melakukan SADARI secara rutin.

2. Dukungan Sosial, Orang Tua, dan Teman Sebaya

Dukungan sosial merupakan faktor penting dalam pembentukan perilaku kesehatan. Orang tua dan teman sebaya dapat memberikan informasi, motivasi, serta dorongan emosional yang membantu remaja lebih percaya diri dalam melakukan SADARI.

3. Saran dan Umpan Balik dari Petugas Kesehatan

Petugas kesehatan berperan sebagai sumber informasi yang terpercaya. Edukasi dan umpan balik yang diberikan dapat meningkatkan pengetahuan, sikap, dan keyakinan remaja terhadap pentingnya SADARI sebagai upaya deteksi dini kanker payudara.

4. Tokoh Masyarakat

Tokoh masyarakat memiliki pengaruh dalam membentuk norma dan perilaku kesehatan di lingkungan sekitar. Dukungan tokoh masyarakat terhadap program kesehatan dapat meningkatkan penerimaan dan partisipasi remaja dalam

melakukan SADARI.

5. Dukungan Lingkungan

Lingkungan yang mendukung penyebaran informasi kesehatan dapat mendorong terbentuknya perilaku positif. Lingkungan sekolah maupun keluarga yang aktif memberikan edukasi kesehatan akan meningkatkan kesadaran remaja mengenai pentingnya SADARI.

6. Motivasi Sosial

Motivasi sosial merupakan dorongan yang muncul akibat adanya penghargaan, dukungan, atau pengakuan dari lingkungan sekitar. Motivasi yang baik dapat meningkatkan kepatuhan remaja dalam melakukan SADARI secara teratur.

7. Dukungan Keluarga Lainnya

Selain orang tua, anggota keluarga lainnya seperti kakak atau saudara perempuan dapat memberikan informasi dan pengalaman terkait kesehatan payudara. Dukungan tersebut dapat meningkatkan keyakinan dan kemauan remaja untuk melakukan SADARI sebagai langkah deteksi dini.