

BAB 2

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Keterampilan Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI) pada Remaja

2.1.1 Definisi Keterampilan

Keterampilan dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) berasal dari kata “terampil” yang berarti cakap dalam menyelesaikan tugas, mampu dan cekatan. Sementara itu, keterampilan merujuk pada kecakapan dalam menyelesaikan suatu tugas (Nasihudin & Hariyadin, 2021). Keterampilan merujuk pada kemampuan yang dimiliki seseorang yang diperoleh melalui pemahaman terhadap objek yang telah dikenalnya, sehingga ia dapat melaksanakan tugas tersebut dengan cara mempraktikkannya (Farasari, 2023).

2.1.2 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Keterampilan

Menurut Notoatmodjo (2014), faktor pertama yang mempengaruhi keterampilan adalah tingkat pendidikan. Semakin tinggi pendidikan seseorang, semakin baik pula pengetahuan yang dimilikinya, yang memungkinkan individu tersebut untuk lebih mudah menerima dan memahami informasi baru. Yang kedua yaitu usia, seiring bertambahnya usia, akan terjadi perubahan baik secara fisik maupun psikologis. sehingga akan semakin matang dalam berfikir dan bekerja yang dapat meningkatkan keterampilan. Serta yang terakhir yaitu pengalaman, pengalaman dapat dijadikan dasar untuk meningkatkan diri dan sebagai sumber pengetahuan dalam mencapai kebenaran. Pengalaman yang dimiliki individu akan berpengaruh terhadap tingkat kematangan dalam proses berpikir serta pengambilan keputusan.

2.1.3 Tingkat Keterampilan

Menurut teori Taksonomi yang dikemukakan oleh Benyamin Samuel Bloom terdapat tiga ranah utama yang memengaruhi tingkat kemampuan berpikir, yaitu kognitif, afektif, dan psikomotorik. Meskipun Bloom memperkenalkan tiga tingkatan kemampuan berpikir, penjabaran lebih rinci mengenai ranah psikomotorik kemudian dikembangkan oleh R.H. Dave, yang berfokus pada

keterampilan fisik dan motorik. Dave mengembangkan taksonomi psikomotorik untuk menilai tingkat keterampilan praktis seseorang. Pembelajaran dalam ranah psikomotorik dikategorikan kedalam lima tingkatan, yaitu Imitasi (*imitation*), Manipulasi (*manipulation*), Presisi (*precision*), Artikulasi (*articulation*) dan Naturalisasi (*naturalization*) (Dave, 1970).

Pertama Imitasi (*imitation*), diklasifikasikan sebagai keterampilan dalam mengamati dan meniru perilaku yang telah dilakukan oleh orang lain. Kedua Manipulasi (*manipulation*), diklasifikasikan sebagai keterampilan yang diperoleh setelah individu dapat melaksanakan tindakan tertentu dengan mengingat dan mengikuti instruksi yang diberikan. Ke tiga yaitu Presisi (*precision*), diklasifikasikan sebagai keterampilan yang diperoleh setelah individu mampu melaksanakan suatu tugas dengan tingkat ketepatan yang tinggi serta menyempurnakan pelaksanaan kegiatan tersebut dengan lebih presisi (Dave, 1970).

Selanjutnya Artikulasi (*articulation*), diklasifikasikan sebagai keterampilan di mana peserta dapat mengkoordinasikan serangkaian aktivitas untuk mencapai keselarasan dan konsistensi internal. Serta yang terakhir yaitu Naturalisasi (*naturalization*), diklasifikasikan sebagai pencapaian keterampilan dengan kinerja yang sangat baik, sehingga menjadi suatu hal yang alami tanpa perlu pemikiran lebih lanjut mengenai hal tersebut (Dave, 1970).

2.1.4 Keterampilan Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI) pada Remaja

Keterampilan pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) merupakan kemampuan yang dimiliki individu untuk melakukan pemeriksaan payudara secara mandiri dengan tujuan untuk mendeteksi tanda-tanda awal adanya gejala kanker payudara. Permasalahan yang terjadi saat ini yaitu masih rendahnya pemahaman remaja tentang pentingnya deteksi dini, Sebagian besar dari remaja kebanyakan tidak mengetahui tentang pemeriksaan payudara sendiri (SADARI), sedangkan sebagian kecil lainnya pernah mendapatkan informasi tetapi belum pernah mempraktikannya (Hanriko et al., 2022).

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Anggelina (2023), tentang Gambaran Perilaku dan Praktik Remaja Putri Tentang Pemeriksaan Payudara Sendiri di SMA Negeri 10 Palangkaraya, menunjukkan hasil bahwa dari total 67 responden kebanyakan memiliki keterampilan praktik tidak mahir yaitu sebanyak 76,1% dibandingkan dengan yang memiliki praktik cukup mahir dan mahir. Penelitian oleh Dinana (2025), tentang Pengaruh Health Education Pemeriksaan Payudara Sendiri Terhadap Praktik Deteksi Dini Kanker Payudara Pada Remaja Putri di SMK PGRI 1 Jombang, juga menunjukkan hasil serupa dimana seluruh responden sebelum diberikan edukasi kesehatan memiliki keterampilan yang kurang yaitu sebanyak 100%. Dengan demikian dapat ditarik kesimpulan bahwa saat ini remaja putri masih memiliki pengetahuan dan kemampuan yang rendah berkaitan dengan keterampilan melakukan pemeriksaan payudara sendiri (SADARI).

Jika remaja memiliki keterampilan pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) yang baik mereka akan mendapatkan manfaat signifikan, seperti kemampuan mendeteksi dini gejala kanker payudara, peningkatan kesadaran akan pentingnya menjaga kesehatan payudara, dan pengurangi risiko kematian dini akibat kanker. Sebaliknya jika remaja tidak memiliki keterampilan pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) yang baik, mereka berisiko tidak dapat mendeteksi dini tanda-tanda kanker payudara seperti benjolan atau kelainan lainnya, sehingga meningkatkan kemungkinan diagnosis terlambat, pengobatan yang kurang optimal, dan akhirnya risiko terkena kanker pada stadium lanjut serta kematian dini. Selain itu, kurangnya keterampilan ini juga berimplikasi pada rendahnya kesadaran dan perilaku preventif dalam menjaga kesehatan payudara, yang mengakibatkan minimnya upaya pencegahan serta pengetahuan tentang cara-cara menjaga kesehatan payudara secara mandiri (Farasari, 2023).

2.1.5 Pengukuran Tingkat Keterampilan

Pengukuran data keterampilan dapat dilakukan melalui dua metode, yakni langsung dan tidak langsung. Metode langsung dilakukan melalui observasi, yaitu dengan

mengamati tindakan subjek dalam menjaga kesehatannya. Sementara itu, metode tidak langsung dilakukan dengan meminta subjek untuk mengingat kembali apa yang telah dilakukan. Pengukuran ini dilakukan melalui pertanyaan-pertanyaan terhadap subjek tentang apa yang dilakukan berhubungan dengan objek tertentu (Notoatmodjo, 2010). Alat ukur yang digunakan untuk menilai tingkat keterampilan pada penelitian ini yaitu dengan menggunakan lembar observasi berisi 9 pernyataan tentang langkah-langkah pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) dengan kriteria penilaian 0 jika responden tidak melakukan langkah dan 1 jika responden melakukan langkah. Nilai yang didapatkan selanjutnya dikategorikan yaitu kategori baik (8-9), kategori cukup (6-7) dan kategori kurang (0-5) (Swarjana, 2022).

2.1.6 Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI)

Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI) adalah suatu usaha deteksi dini kanker payudara yang dapat dilakukan oleh setiap individu secara mandiri untuk mengetahui adanya benjolan atau kelainan. pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) merupakan salah satu metode alternatif dengan biaya rendah. Pemeriksaan SADARI perlu dilakukan karena memiliki tujuan dan manfaat penting, terutama dalam konteks kesehatan wanita. Tujuan dari pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) adalah untuk mendeteksi secara dini adanya ketidaknormalan pada payudara dan bermanfaat untuk mengidentifikasi kelainan yang ada di payudara. Dengan demikian, jika kelainan pada payudara terdeteksi, dapat segera dilakukan pemeriksaan klinis dan penanganan tepat, yang diharapkan dapat meningkatkan peluang kesembuhan dan angka harapan hidup (Krisdianto, 2019).

Menurut Krisdianto (2019), kelemahan dari pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) adalah kemampuannya yang terbatas hanya untuk deteksi dini, tanpa dapat mencegah terjadinya kanker payudara. Beberapa wanita mungkin beranggapan bahwa pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) tidak perlu dilakukan karena tidak dapat mencegah kanker payudara. Itu sebabnya, penting untuk menekankan bahwa manfaat utama dari pemeriksaan payudara sendiri (SADARI)

terletak pada kemampuannya untuk mendeteksi kanker pada stadium dini, yang dapat meningkatkan peluang kesembuhan.

Pemeriksaan payudara sebaiknya dilakukan antara hari ke-7 hingga ke-10 setelah hari pertama menstruasi, ketika payudara sudah tidak terasa keras atau nyeri. Saat melakukan pemeriksaan payudara sendiri (SADARI), beberapa tanda yang perlu diperhatikan pada payudara meliputi perubahan ukuran atau pembesaran yang tidak wajar pada payudara, perbedaan posisi antara kedua payudara, munculnya lekukan seperti lesung pipit pada kulit payudara, cekungan atau lipatan pada puting, perubahan bentuk puting, keluarnya cairan dengan warna abnormal, teraba benjolan pada payudara serta pembesaran kelenjar getah bening di sekitar ketiak atau leher (Kurniasih, 2021).

2.1.6.1 Langkah-Langkah Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI)

Didasarkan pada Yayasan Kanker Indonesia 2019, langkah-langkah yang dapat dilakukan dalam mempraktikkan pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) yaitu :

Langkah 1

Berdirilah dengan tegak. Perhatikan dengan seksama apakah ada perubahan pada kulit atau bentuk pada area payudara, teliti juga apakah ada seperti pembengkakan di sekitar puting. Periksa juga apakah kedua payudara memiliki bentuk yang simetris atau tidak. Jangan khawatir, perbedaan ukuran antara keduanya adalah hal yang wajar.



Gambar 2.1 Langkah 1 Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI)

Sumber: Mashitah, (2018)

Langkah 2

Mengangkat bagian dari kedua tangan ke atas, posisikan tangan pada bagian belakang kepala dengan menekuk siku. Siku didorong agak ke arah depan dan teliti area payudara, kemudian dorong situ ke arah belakang untuk melihat bentuk dan ukuran dari payudara.



Gambar 2.2 Langkah 2 Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI)

Sumber: Mashitah, (2018)

Langkah 3

Letakkan dan posisikan kedua tangan pada pinggang, arahkan bahu ke depan hingga sedikit condong sehingga payudara tampak menggantung. kemudian dorong kedua siku ke depan, lalu kecangkan otot dada. Hal ini dilakukan agar payudara dapat terlihat dengan jelas.

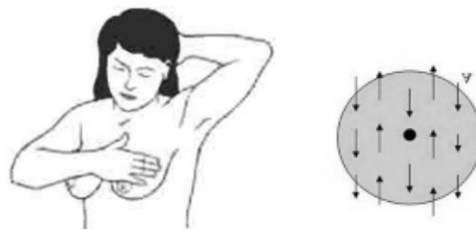


Gambar 2.3 Langkah 3 Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI)

Sumber: Mashitah, (2018)

Langkah 4

Mengangkat lengan tangan kiri ke arah atas, tekuk siku dan letakan ke belakang kepala sehingga bagian payudara dapat terlihat dengan jelas. Raba payudara menggunakan ujung dari jari tangan kanan, raba dan tekan seluruh area payudara untuk mengetahui apakah teraba benjolan dengan gerakan keatas dan kebawah secara vertikal.



Gambar 2.4 Langkah 4 Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI)

Sumber: Mashitah, (2018)., Yarsa et al., (2019)

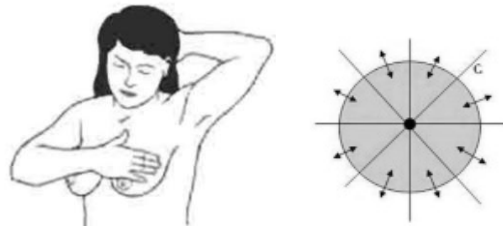
Posisi tangan masih sama. Kemudian raba dan tekan untuk mengetahui apakah terdapat benjolan menggunakan tiga jari dengan gerakan melingkar dari puting ke arah tepi.



Gambar 2.5 Langkah 4 Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI)

Sumber: Mashitah, (2018)., Yarsa et al., (2019)

Posisi tangan masih sama. Kemudian raba dan tekan untuk mengetahui apakah terdapat benjolan menggunakan tiga jari dengan gerakan lurus dari arah tepi payudara ke puting dan sebaliknya. Ulangi tiga gerakan tersebut pada payudara satunya.

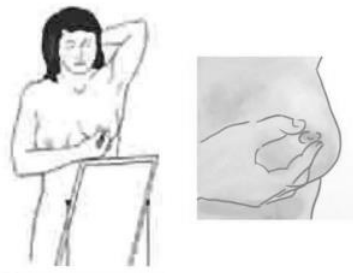


Gambar 2.6 Langkah 4 Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI)

Sumber: Mashitah, (2018)., Yarsa et al., (2019)

Langkah 5

Mencubit kedua puting dan lakukan secara bergantian. Perhatikan dengan teliti apakah ada cairan berwarna yang keluar dari salah puting. Jika hal tersebut benar terjadi pergi ke dokter untuk konsultasi.

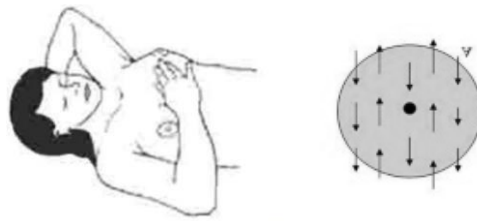


Gambar 2.7 Langkah 5 Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI)

Sumber: Mashitah, (2018)

Langkah 6

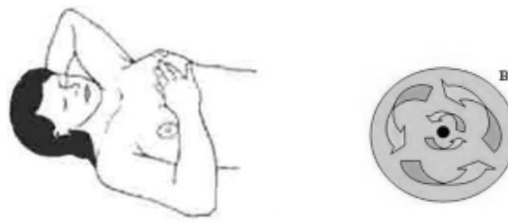
Lakukan dalam posisi berbaring, letakkan bantal atau handuk di bawah pundak sebagai penyangga, kemudian angkat lengan ke atas sehingga akan memudahkan pada saat meraba payudara. Amati dan periksa payudara apakah terdapat benjolan dengan melakukan gerakan atas-bawah secara vertikal.



Gambar 2.8 Langkah 6 Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI)

Sumber: Mashitah, (2018)., Yarsa et al., (2019)

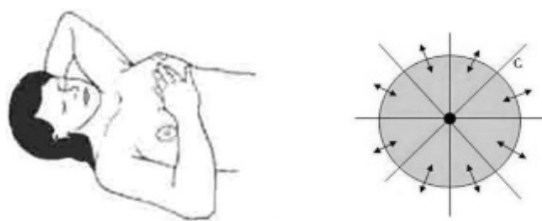
Posisi tangan masih sama. Kemudian raba dan tekan untuk mengetahui apakah terdapat benjolan menggunakan tiga jari dengan gerakan melingkar dari puting ke arah tepi.



Gambar 2.9 Langkah 6 Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI)

Sumber: Mashitah, (2018)., Yarsa et al., (2019)

Posisi tangan masih sama. Kemudian raba dan tekan untuk mengetahui apakah terdapat benjolan menggunakan tiga jari dengan gerakan lurus dari arah tepi payudara ke puting dan sebaliknya. Ulangi tiga gerakan tersebut pada payudara satunya.



Gambar 2.10 Langkah 6 Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI)

Sumber: Mashitah, (2018)., Yarsa et al., (2019)

Langkah 7

Pastikan untuk periksa area atas dada yaitu tulang selangka dan ketiak untuk mengetahui adanya benjolan.



Gambar 2.11 Langkah 7 Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI)

Sumber: Mashitah, (2018)

2.2 Pelatihan Melalui Demonstrasi dan Video Animasi

2.2.1 Konsep Pelatihan

2.2.1.1 Definisi Pelatihan

Pelatihan adalah bentuk pendidikan yang berfokus pada proses belajar guna memperoleh serta meningkatkan keterampilan di luar jalur pendidikan formal, dilakukan dalam waktu yang relatif singkat, dan lebih menitikberatkan praktik dibandingkan teori (Hasan & Imsiyah, 2018).

2.2.1.2 Tujuan Pelatihan

Menurut Moekijat dalam Hasan dan Imsiyah, (2018), menyebutkan bahwa tujuan umum pelatihan ada tiga, yang pertama yaitu untuk mengembangkan keahlian, sehingga pekerjaan dapat diselesaikan dengan lebih cepat dan lebih efektif. Yang kedua yaitu untuk mengembangkan pengetahuan, sehingga pekerjaan dapat diselesaikan secara rasional. Serta yang terakhir yaitu untuk mengembangkan sikap, sehingga dapat menimbulkan kemauan untuk bekerjasama.

2.2.1.3 Fungsi Pelatihan

Fungsi pelatihan menurut Zein dalam Hasan dan Imsiyah, (2018), menyebutkan jika pelatihan dapat memiliki empat fungsi, yaitu *preventive*, *curative*, *rehabilitative*, dan *promotive*. Fungsi *preventive* adalah pelatihan yang diarahkan

untuk mempersiapkan seseorang dalam menghadapi kemungkinan perubahan yang akan terjadi atau yang akan menimpah seseorang. Fungsi *curative* adalah pelatihan yang diselenggarakan untuk memecahkan masalah pribadi bagi orang yang tengah mengalami masalah dalam kehidupannya. Fungsi *rehabilitative* adalah pelatihan yang diselenggarakan bagi orang yang baru meninggalkan tempat dan pola kehidupan lama dan akan memasuki tempat dan pola kehidupan baru. Serta fungsi *promotive* adalah pelatihan yang diselenggarakan bagi orang yang memerlukan pengembangan diri guna memperluas wawasan dan peningkatan kualitas kepribadiannya dalam melaksanakan tugas.

2.2.1.4 Manfaat Pelatihan

Manfaat utama yang diperoleh dari pelatihan adalah penambahan pengetahuan, keterampilan, dan nilai-nilai tertentu sesuai dengan tujuan yang diharapkan. Selain itu, pelatihan juga memberikan berbagai keuntungan lainnya bagi peserta, seperti peningkatan kualitas sumber daya manusia, tumbuhnya rasa percaya diri, serta perkembangan sikap sosial. Dengan berpartisipasi secara aktif dalam pelatihan, peserta akan memperoleh kemampuan tambahan yang dapat memperkuat potensi diri mereka. Pelatihan juga mendorong peningkatan kepercayaan diri dalam menguasai hal-hal baru, serta melatih keterampilan komunikasi. Selain itu, pelatihan memberikan kesempatan bagi peserta untuk menambah pengalaman dalam berinteraksi, yang pada akhirnya mendukung perkembangan sikap sosial mereka (Hasan & Imsiyah, 2018).

2.2.2 Konsep Metode

2.2.2.1 Definisi Metode

Kata "metode", yang sering juga disebut sebagai metodik, berasal dari bahasa Yunani yang terdiri dari dua unsur, yaitu "*Metha*" yang berarti melalui atau melewati, dan "*Hodos*" yang berarti jalan atau cara. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa metode merujuk pada jalan atau cara yang ditempuh untuk mencapai suatu tujuan tertentu (Pakpahan, 2021).

2.2.2.2 Tujuan Penggunaan Metode

Menurut Sutarno et al., (2023) tujuan penggunaan metode yang pertama yaitu untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan petugas kesehatan. Penggunaan metode yang tepat dalam pelatihan kesehatan dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan petugas kesehatan, sehingga mereka mampu melaksanakan tugas penyampaian informasi kesehatan secara efektif. Selanjutnya yaitu untuk meningkatkan partisipasi aktif peserta. Metode pelatihan yang interaktif, seperti diskusi dan demonstrasi, mendorong partisipasi aktif peserta, yang pada gilirannya meningkatkan pemahaman dan retensi materi. Tujuan yang ketiga yaitu berguna untuk menyesuaikan dengan karakteristik sasaran. Pemilihan metode harus disesuaikan dengan karakteristik sasaran, seperti tingkat pendidikan, sosial ekonomi, adat istiadat, dan kepercayaan, agar pesan kesehatan dapat diterima dan dipahami dengan baik. Serta yang terakhir yaitu untuk meningkatkan efektivitas dan efisiensi proses pelatihan dimana dengan menggunakan metode yang tepat dapat meningkatkan efektivitas dan efisiensi proses, sehingga tujuan pelatihan kesehatan dapat dicapai dengan optimal.

2.2.2.3 Jenis-Jenis Metode Pelatihan

Menurut Sikula dalam Hidayat dan Nurasyiah, (2017) mengemukakan metode pendidikan dan pelatihan dibagi menjadi dua yaitu metode latihan (*training*) dan *classroom methods*. Metode latihan (*training*) dibagi menjadi lima, yang pertama yaitu *On The Job*, pada metode ini peserta pelatihan langsung bekerja di tempat untuk belajar dan meniru suatu pekerjaan dibawah bimbingan seorang pengawas. Kedua yaitu *Vestibule*, metode pelatihan dilakukan di dalam kelas yang biasanya dilakukan oleh perusahaan industri. Ketiga yaitu *Demonstration and example*, metode pelatihan dengan cara peragaan dan penjelasan bagaimana cara melakukan suatu pekerjaan melalui contoh atau percobaan yang di demonstrasikan. Keempat yaitu *Simulation*, suatu teknik untuk mencontoh semirip mungkin terhadap konsep sebenarnya dari pekerjaan yang akan dijumpai. Serta yang kelima yaitu *Appreniceship*, yaitu magang adalah suatu cara untuk mengembangkan keahlian sehingga para karyawan dapat mempelajari segala aspek dari pekerjaan.

Selanjutnya yaitu *Classroom Methods* dibagi menjadi tujuh, yang pertama yaitu *Lecture* (ceramah), metode ini banyak diberikan dalam kelas. Kedua yaitu *Conference* (rapat), pelatih memberikan suatu masalah tertentu dan peserta ikut berpartisipasi memecahkan masalah tersebut. Ketiga yaitu Program instruksi, dimana peserta dapat belajar sendiri karena langkah-langkah pengerjaannya sudah diprogram melalui komputer, buku-buku petunjuk. Keempat yaitu Studi Kasus, dalam metode ini dimana pelatih memberikan suatu kasus kepada peserta. Kelima yaitu *Rol Playing*, metode ini dilakukan dengan menunjuk beberapa orang untuk memainkan suatu peranan di dalam sebuah organisasi tiruan. Keenam yaitu Diskusi, melalui metode ini peserta dilatih untuk berani memberikan pendapat dan rumusannya serta cara-cara meyakinkan orang lain agar percaya terhadap pendapat itu. Serta yang terakhir yaitu Seminar, cara ini bertujuan untuk mengembangkan kecakapan dan keahlian peserta dalam menilai dan memberikan saran-saran yang konstruktif mengenai pendapat orang lain (Hidayat & Nurasyiah, 2017).

2.2.2.4 Metode Demonstrasi

Metode demonstrasi menurut Djamarah (dalam Rina et al., 2020) adalah cara penyampaian yang melibatkan peragaan atau penunjukan mengenai suatu proses tertentu yang sedang dipelajari, baik secara nyata maupun tiruan, biasanya disertai dengan penjelasan melalui lisan atau ceramah. Dengan penggunaan metode ini, peserta dapat menerima pengajaran dengan lebih mendalam, sehingga mereka dapat memahami materi dengan lebih baik dan menyeluruh. Metode demonstrasi memiliki beberapa manfaat, antara lain dapat memusatkan perhatian peserta, mengarahkan proses pembelajaran lebih fokus pada materi yang sedang dipelajari, serta membantu peserta dalam mengingat pengalaman dan kesan dari pembelajaran dengan lebih efektif (Susdarwati, 2017).

Menurut Farrurahman (dalam Widayanti et al., 2023) metode demonstrasi memiliki kelebihan dan kekurangan. Kelebihan metode demonstrasi meliputi kemampuan dalam menarik perhatian peserta terhadap aspek-aspek yang dianggap penting, sehingga proses pemberian informasi menjadi lebih terarah dan mengurangi

gangguan dari masalah lain. Metode ini juga dapat meningkatkan partisipasi aktif peserta dalam proses pembelajaran, memperkaya pengalaman mereka, membantu dalam mengingat materi lebih lama, mengurangi potensi kesalahpahaman melalui pengajaran yang lebih jelas dan konkret, serta memberikan kesempatan untuk menjawab pertanyaan yang muncul dalam pemikiran peserta. Namun, ada beberapa kekurangan dari metode demonstrasi, yaitu memerlukan waktu yang relatif lama untuk pelaksanaannya. Jika terdapat kekurangan media, metode ini menjadi kurang efisien. Selain itu, metode demonstrasi juga memerlukan biaya yang cukup tinggi, terutama untuk pengadaan bahan-bahan, serta membutuhkan tenaga yang tidak sedikit. Jika peserta tidak aktif, maka efektivitas metode demonstrasi dapat berkurang.

Menurut penelitian oleh Iriani et al., (2024), tentang Pengaruh Edukasi Demonstrasi Terhadap Kemampuan Dalam Melakukan Praktik SADARI pada Siswi SMA PGII 2 Kota Bandung, menunjukkan hasil bahwa edukasi dengan metode demonstrasi berpengaruh signifikan terhadap peningkatan kemampuan praktik pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) pada siswi. Sebelum diberikan edukasi demonstrasi, sebagian besar siswi, yaitu 97,1%, tidak mampu melakukan praktik pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) dengan benar. Namun, setelah mendapatkan pelatihan berupa penjelasan materi dan praktik langsung menggunakan phantom payudara, kemampuan siswi meningkat pesat, di mana 84,2% siswi mampu melakukan praktik pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) dengan baik. Uji statistik menggunakan *Wilcoxon Signed Rank Test* menghasilkan nilai *p-value* sebesar 0,000, yang menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara kemampuan praktik sebelum dan sesudah diberikan demonstrasi.

Penelitian yang dilakukan oleh Dencik (2024), tentang Pengaruh Video Edukasi Terhadap Kemampuan Periksa Payudara Sendiri (SADARI) Pada Siswi SMA Setia Dharma Palembang, juga menunjukkan hasil serupa dimana rata-rata keterampilan remaja setelah diberikan demonstrasi meningkat sebesar 34%. Rata-rata nilai sebelum intervensi sebesar 55.8 dan sesudah intervensi sebesar 74.8. Berdasarkan

nilai hasil *uji statistic* yang dilakukan didapatkan nilai *p-value* <0.05 yaitu 0,0004 yang artinya bahwa penggunaan metode demonstrasi terbukti efektif dan memiliki pengaruh untuk meningkatkan kemampuan siswi dalam melakukan pemeriksaan payudara sendiri (SADARI). Dalam kedua penelitian tersebut menyatakan demonstrasi terbukti efektif karena dapat lebih mudah dipahami karena dapat langsung memperlihatkan langkah-langkah selain itu peserta dapat mendapatkan umpan balik dari instruktur jika ada kesalahan dalam teknik pemeriksaan, sehingga dapat membantu memperbaiki keterampilan secara langsung.

2.2.3 Konsep Media

2.2.3.1 Definisi Media

Media adalah semua sarana atau upaya untuk menampilkan pesan informasi yang ingin disampaikan oleh komunikator sehingga sasaran dapat meningkatkan pengetahuannya yang akhirnya diharapkan dapat berubah perilakunya ke arah positif terhadap kesehatan (T.Bolon, 2021).

2.2.3.2 Tujuan Penggunaan Media

Adapun tujuan dari penggunaan media menurut Notoatmodjo (dalam Jatmika et al., 2019), penggunaan media bertujuan untuk mempermudah proses penyampaian informasi, mencegah terjadinya salah persepsi, memperjelas pesan yang disampaikan, serta membantu pemahaman. Selain itu, media juga dapat mengurangi komunikasi yang terlalu verbal, menampilkan objek yang dapat dilihat secara langsung, memperlancar jalannya komunikasi, dan lain sebagainya.

2.2.3.3 Jenis-Jenis Media Pelatihan

Menurut Rosdiana, (2022), media secara umum dibagi menjadi tiga alat bantu visual (*visual aids*), alat bantu audio (*audio aids*) dan alat bantu audio-visual (*audio-visual aids*). Alat bantu visual (*visual aids*), berfungsi untuk merangsang indra penglihatan selama penyampaian materi dalam kegiatan penyampaian informasi kesehatan. Contoh dari alat bantu visual ini meliputi leaflet, booklet, flyer, flip chart, poster, dan rubik. Alat bantu audio (*audio aids*), adalah perangkat

yang membantu merangsang indra pendengaran saat materi disampaikan. Contoh alat bantu audio termasuk radio dan rekaman audio. Serta Alat bantu audio-visual (*audio-visual aids*), berfungsi untuk merangsang kedua indra, pendengaran dan penglihatan, sehingga memudahkan penerimaan dan pemahaman pesan yang disampaikan oleh pemateri. Contoh dari alat bantu audio-visual ini adalah slide, televisi, kaset, film, dan video.

2.2.3.4 Media Video Animasi

Video animasi adalah gambar bergerak yang dihasilkan dari berbagai objek yang telah disusun secara khusus dalam urutan tertentu (Mashuri & Budiyo, 2020). Sebagai sarana pembelajaran, video animasi dinilai menarik dan efektif untuk digunakan. Video animasi menggabungkan elemen audio dan visual yang bergerak, memanfaatkan indra pendengaran serta penglihatan dan termasuk dalam media alat bantu lihat dengar (*audio visual aids*) (Hikmah & Purnamasari, 2017).

Berdasarkan berbagai pandangan tersebut, disimpulkan video animasi adalah gabungan media bergerak yang menarik, yang dapat dimanfaatkan sebagai sarana pembelajaran yang fleksibel, memungkinkan penyampaian materi dapat dilakukan kapan saja dan di mana saja. Melati et al., (2023) menyatakan bahwa video animasi bermanfaat untuk memperkaya pengalaman belajar melalui representasi visual yang jelas, interaktif, dan menarik.

Kelebihan video animasi menurut Maramis (2024), antara lain adalah kemampuannya untuk menampilkan objek berukuran besar yang sulit dipresentasikan secara langsung, serta membantu pengajar menjelaskan proses yang kompleks. Video animasi juga menggabungkan berbagai media, seperti audio dan visual, yang dapat menarik minat peserta dan meningkatkan motivasi untuk belajar. Selain itu, video animasi bersifat interaktif, memungkinkan tanggapan dari pengguna, dan dapat digunakan secara mandiri serta memberikan konten yang lengkap.

Namun, ada beberapa kekurangan video animasi yaitu proses pembuatan video animasi memerlukan waktu yang cukup lama, membutuhkan perangkat lunak tertentu untuk menggunakannya, serta keterampilan dan kreativitas yang memadai agar desain animasi dapat digunakan secara efektif sebagai alat bantu belajar. Selain itu, untuk menghasilkan video yang berkualitas, diperlukan software khusus dan dukungan media lain untuk meningkatkan hasil dan motivasi (Maramis, 2024).

Menurut penelitian oleh Putu et al., (2024) tentang Efektifitas Media Visual Berbasis Video dalam Meningkatkan Breast Self-Examination Skills Pada Remaja Putri di SMP Negeri 3 Negara, menunjukkan hasil dimana setelah diberikan video dengan durasi 8 menit dengan 1 kali penayangan keterampilan remaja dalam melakukan praktik sadari meningkat sebanyak 100%. Selisih rata-rata peringkat menunjukkan angka 27,50 sedangkan selisih jumlah peringkat tercatat sebesar 1,485. Hasil dari analisis bivariat yang menggunakan metode *wilcoxon* mengindikasikan nilai z skor sebesar -6,692 dan nilai sig. mencapai 0,000 yang artinya nilai *p-value* <0.05, ini menunjukkan adanya perubahan yang signifikan dalam keterampilan pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) sebelum dan setelah mengikuti pendidikan kesehatan, sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa penggunaan media video terbukti efektif dan memiliki pengaruh untuk meningkatkan keterampilan tentang pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) pada remaja putri.

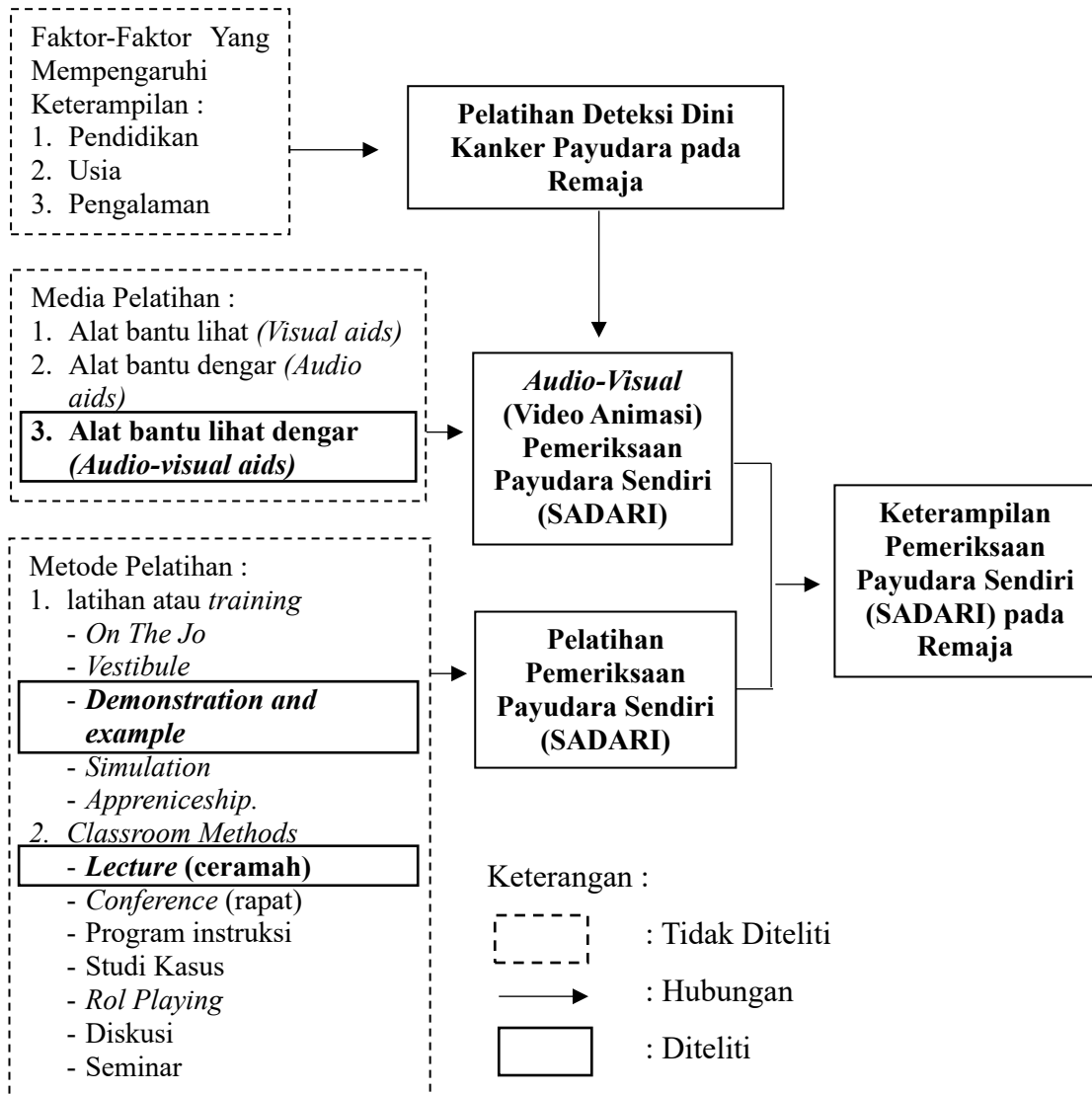
Penelitian yang dilakukan oleh Dencik (2024), tentang Pengaruh Video Edukasi Terhadap Kemampuan Periksa Payudara Sendiri (SADARI) Pada Siswi SMA Setia Dharma Palembang, juga menunjukkan hasil serupa dimana rata-rata keterampilan remaja setelah diberikan video meningkat sebesar 38,8%. Rata-rata nilai sebelum intervensi sebesar 56.2 dan nilai sesudah intervensi sebesar 78.0. Hasil dari analisis *paired sample t-test* diperoleh *p-value* <0.05 yaitu 0.002 sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat pengaruh penggunaan media video untuk meningkatkan kemampuan siswi dalam melakukan SADARI pada Siswi SMA Setia Dharma Palembang. Pada kedua penelitian tersebut video terbukti efektif

karena dianggap dapat menyajikan visual yang jelas sehingga dapat lebih meningkatkan pemrosesan informasi dan daya ingat, selanjutnya video juga bersifat interaktif, menarik dan dapat diputar ulang kapan saja.

Menurut penelitian oleh Rosanti et al., (2024) tentang Pengaruh Pendidikan Kesehatan Menggunakan Media Video Animasi Terhadap Pengetahuan dan Keterampilan SADARI di SMAN 1 Tasikmalaya, menunjukkan hasil bahwa penggunaan media video animasi memiliki efektifitas yang lebih baik dibandingkan dengan media *leaflet*. Hal ini dibuktikan dengan hasil pada kelompok yang diberikan edukasi melalui media video mengalami peningkatan skor yang lebih besar yaitu dari 22,42 menjadi 73,82 sedangkan pada kelompok dengan media *leaflet* menunjukkan peningkatan yang lebih kecil yaitu dari 19,17 menjadi 66,95. Penelitian oleh Olli & Abdul, (2021) tentang Pengaruh *Booklet* dan Video terhadap Kemampuan Praktik Pemeriksaan Payudara Sendiri pada Siswa SMA Negeri 4 Gorontalo, juga menunjukkan hasil serupa, dimana penggunaan media video memiliki efektifitas yang lebih baik dibandingkan dengan media *booklet*. Hal ini dibuktikan setelah remaja diberikan tayangan berupa video tentang pemeriksaan payudara sendiri (SADARI), presentase keterampilan siswi meningkat sebesar 83,3% dibandingkan setelah membaca *booklet* yaitu sebesar 70%. Berdasarkan hasil pada kedua penelitian tersebut menunjukkan bahwa penggunaan media video terbukti memiliki efektifitas yang lebih baik dibandingkan dengan media lainnya,

2.3 Kerangka Teori

Kerangka teori merupakan uraian teori yang berdasar pada masalah yang akan diteliti dan berpengaruh pada pemilihan variabel yang akan diteliti guna mengidentifikasi masalah penelitian (Notoadmojo, 2018).

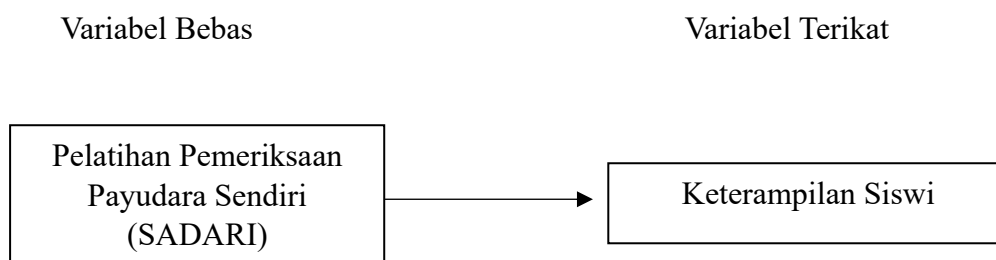


Gambar 2.12 Kerangka Teori Penelitian

Sumber: Notoatmodjo (2014)., Hasan & Imsiyah (2018)., Rahman et al., (2020)., Hidayat & Nurasyiah (2017)., Rosdiana (2022).

2.4 Kerangka Konsep

Kerangka konsep merupakan suatu gagasan tentang hubungan satu variabel dengan variabel yang lainnya yang akan diamati dan diukur dalam penelitian yang akan dilaksanakan (Notoadmojo, 2018).



Gambar 2.13 Kerangka Konsep Penelitian

2.5 Hipotesis

Hipotesis adalah jawaban sementara terhadap pertanyaan yang diajukan dalam rumusan masalah penelitian. Jawaban ini disebut sementara karena masih didasarkan pada teori-teori yang ada. Hipotesis disusun berdasarkan kerangka pikir yang berfungsi sebagai jawaban sementara terhadap masalah yang telah dirumuskan (Sugiyono, 2019).

2.5.1 Hipotesis Noll (H_0)

Tidak ada pengaruh pelatihan pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) terhadap keterampilan siswi di SMP Negeri 2 Adiwerna.

2.5.2 Hipotesis Alternatif (H_a)

Ada pengaruh pelatihan pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) terhadap keterampilan siswi di SMP Negeri 2 Adiwerna.