

BAB 2

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Pengetahuan Remaja Tentang SADARI

2.1.1 Definisi

Pengetahuan ialah hasil tahu yang diperoleh selepas seseorang merasakan sesuatu dari panca indera khususnya mata dan telinga untuk mengetahui suatu obyek. Pengetahuan merupakan aspek utama dalam pembentukan perilaku terbuka (*overt behavior*). Perilaku yang didasarkan pengetahuan cenderung bersifat stabil dan berkelanjutan (Notoatmodjo, 2020). Pengetahuan merupakan usaha seseorang untuk memahami berbagai hal melalui berbagai metode dan alat tertentu. Pengetahuan ini memiliki berbagai jenis dan sifat, ada yang diperoleh secara langsung dan ada pula yang tidak langsung, ada yang bersifat dinamis (dapat berubah), subyektif, dan spesifik, serta ada yang bersifat tetap, objektif, dan umum. Jenis dan sifat pengetahuan dipengaruhi oleh sumbernya, serta cara dan alat yang digunakan untuk memperoleh pengetahuan (Darsini et al., 2019).

Pengetahuan tentang pemeriksaan SADARI merujuk pada pemahaman wanita mengenai pentingnya melakukan SADARI sebagai metode pemeriksaan mandiri yang sangat bermanfaat untuk mendeteksi dini kanker payudara dan mencegahnya ke stadium lanjut. Pengetahuan ini bisa mencakup pemahaman tentang definisi SADARI, manfaat, tujuan, metode pemeriksaan, serta langkah-langkah pelaksanaannya (Elkagustia & Friscila, 2024). Kementerian Kesehatan RI harus mengedukasi masyarakat, khususnya remaja putri untuk menerapkan SADARI guna mencegah keterlambatan penanganan kanker payudara. Pemahaman yang baik tentang SADARI membantu remaja putri sadar akan pentingnya deteksi dini, sehingga mengurangi risiko keterlambatan pengobatan.

2.1.2 Tingkat Pengetahuan

Terdapat enam tingkat pengetahuan menurut Notoatmodjo (2020), yaitu:

2.1.2.1 Tahu (*know*)

Pengetahuan atau *know* adalah tingkat paling dasar dalam tujuan kognitif. Tingkat ini berhubungan dengan kemampuan seseorang untuk mengingat kembali informasi atau hal-hal yang sudah dipelajari yang dikenal sebagai *recall*. Kemampuan mengingat ini mencakup pengambilan informasi dari memori jangka panjang, seperti mengutip definisi, menyebutkan tanggal peristiwa penting, atau mengidentifikasi elemen-elemen dasar dari suatu topik. Tanpa kemampuan mengingat informasi dasar, akan sulit bagi seseorang untuk mencapai tingkat kognitif yang lebih tinggi, seperti pemahaman, aplikasi, analisis, atau evaluasi. Oleh karena itu, penguasaan pengetahuan dasar melalui *recall* merupakan langkah awal yang krusial dalam proses pembelajaran dan pengembangan kemampuan berpikir.

2.1.2.2 Mencerna (*comprehension*)

Dapat didefinisikan selaku keterampilan untuk membahas suatu objek dan mampu menguraikannya dengan benar. Seseorang dengan pemahaman yang baik. Dapat menjelaskan suatu objek atau hal dengan jelas. Pemahaman mencakup berbagai aspek, seperti mentafsirkan, memberi contoh, mengklasifikasikan, merangkum, membandingkan, dan menjelaskan.

2.1.2.3 Aplikasi (*application*)

Kemampuan seseorang yang sudah memahami suatu objek, mampu menjelaskan dan menerapkan prinsip yang sudah dipahami bahkan dalam berbagai situasi. Hal ini menunjukkan bahwa individu tersebut tidak hanya mampu mengingat fakta atau konsep, tetapi juga dapat menghubungkan ide-ide tersebut secara logis, mengaitkannya dengan realitas, dan menggunakannya untuk memecahkan masalah atau menghadapi tantangan yang berbeda. Kemampuan ini mencerminkan tingkat pemahaman yang mendalam dan fleksibilitas kognitif, di mana pengetahuan tidak hanya bersifat statis, tetapi dapat diadaptasikan secara dinamis sesuai dengan kebutuhan dan situasi yang dihadapi.

2.1.2.4 Analisis (*analysis*)

Keahlian seseorang guna menggunakan ide-ide yang dipelajari untuk diterapkan dalam kehidupan sehingga mampu untuk memecahkan masalah. Kemampuan ini memungkinkan individu untuk tidak hanya memahami teori atau konsep secara abstrak, tetapi juga mengaitkannya dengan situasi praktis, sehingga dapat memecahkan masalah yang dihadapi. Keahlian ini melibatkan proses analisis, sintesis, dan evaluasi, di mana seseorang harus mengidentifikasi masalah, memilih ide atau strategi yang relevan, dan mengadaptasikannya sesuai dengan konteks yang spesifik. Dengan demikian, kemampuan ini tidak hanya mencerminkan penguasaan pengetahuan, tetapi juga kemampuan menalar secara kritis dan menciptakan ide baru yang diperlukan untuk menghadapi tantangan dalam kehidupan sehari-hari.

2.1.2.5 Sintesis (*synthesis*)

Sintesis yakni keahlian dalam menyusun elemen-elemen dan menjabarkan suatu objek atau masalah agar saling terhubung dan menjadi sebuah inovasi dalam perumusan. Kemampuan ini melibatkan proses menghubungkan ide-ide, data, atau konsep yang berbeda sehingga terbentuk suatu struktur atau pola yang koheren dan bermakna.

2.1.2.6 Evaluasi (*evaluation*)

Kemampuan individu untuk mengukur atau mengkaji sebuah topik atau objek tertentu. Kemampuan ini melibatkan proses penilaian yang mendalam, di mana seseorang tidak hanya memahami informasi yang ada, tetapi juga mampu membandingkan, mengkritisi, dan mengambil keputusan berdasarkan analisis yang objektif. Dengan kemampuan evaluasi yang baik, seseorang dapat membuat keputusan yang lebih tepat, efektif, dan berdampak positif dalam berbagai aspek kehidupan.

2.1.3 Unsur-unsur yang berdampak pada pengetahuan

Mengacu pada Pariati & Jumriani (2020) pengetahuan seseorang dapat dipengaruhi dari beberapa unsur, yaitu:

2.1.3.1 Pendidikan

Pendidikan mempunyai hubungan yang erat dengan pendidikan, pendidikan yang tinggi dapat memudahkan seseorang dalam mendapatkan informasi, sehingga kita dapat memperoleh manfaat tentang ilmu yang didapatkan. Hal ini membuka peluang untuk memperoleh pengetahuan yang lebih luas dan mendalam, yang pada akhirnya dapat memberikan manfaat besar dalam kehidupan. Ilmu yang didapatkan melalui pendidikan tidak hanya meningkatkan pemahaman, tetapi juga membantu seseorang dalam mengambil keputusan yang lebih baik, memecahkan masalah secara efektif, dan berkontribusi positif bagi masyarakat. Dengan demikian, pendidikan menjadi kunci utama dalam mengembangkan potensi diri dan mencapai kemajuan, baik secara individu maupun kolektif.

2.1.3.2 Lingkungan

Lingkungan menjadi pengaruh awal dalam proses pembelajaran individu, di mana seseorang mulai memahami hal-hal baik atau buruk tergantung jenis kelompok tempat mereka tinggal. Pengalaman yang diperoleh dari lingkungan tersebut memainkan peran penting dalam membentuk pengetahuan dan cara berfikir seseorang.

2.1.3.3 Usia

Semakin bertambah usia, cara pikir dan kemampuan memahami seseorang umumnya akan berkembang yang dapat mempengaruhi ilmu yang didapat seseorang sehingga meningkatkan kualitas informasi yang diperoleh. Perkembangan ini dipengaruhi oleh pengalaman hidup, pembelajaran, dan interaksi dengan lingkungan sekitar. Seiring waktu, seseorang cenderung menjadi lebih bijak, kritis, dan mampu menyerap informasi dengan lebih mendalam. Hal ini berdampak pada peningkatan kualitas ilmu yang diperoleh, karena informasi yang diterima tidak hanya dihafal, tetapi juga dianalisis dan diterapkan dalam konteks yang lebih luas. Usia diukur dalam satuan waktu dan menunjukkan lamanya waktu sejak seorang lahir. Dengan bertambahnya usia, seseorang biasanya memiliki lebih banyak kesempatan untuk belajar, bereksperimen, dan mengasah kemampuan berpikirnya, sehingga kualitas informasi dan pengetahuan yang dimilikinya pun semakin meningkat.

2.1.3.4 Minat

ketertarikan dalam sebuah kegemaran dapat diartikan sebagai dorongan yang kuat terhadap suatu hal, yang mendorong seseorang untuk mencoba dan mendalami aktivitas tertentu, yang pada akhirnya akan menghasilkan pemahaman yang lebih mendalam tentang topik tertentu. Minat tidak hanya sekadar rasa suka, tetapi juga menjadi motivasi yang mendalam untuk terus belajar dan mengembangkan diri dalam bidang tersebut. Seiring waktu, minat yang terus diasah akan menghasilkan pemahaman yang lebih mendalam dan keterampilan yang semakin terlatih. Hal ini dapat membawa seseorang pada pencapaian yang lebih besar, baik secara pribadi maupun profesional. Dengan demikian, minat memainkan peran penting dalam membentuk passion (gairah) dan mengarahkan seseorang untuk mengeksplorasi potensi terbaiknya.

2.1.3.5 Pengalaman

Pengalaman adalah serangkaian peristiwa atau momen yang ditemui oleh seseorang selama berinteraksi dengan lingkungan sekitarnya. Setiap pengalaman, baik yang menyenangkan maupun tidak, membentuk cara pandang dan sikap individu terhadap dunia di sekitarnya. Namun, secara alami, pengalaman yang tidak menyenangkan cenderung lebih mudah dilupakan atau ditekan, sementara pengalaman yang mengasyikan sering kali meninggalkan kesan emosional yang mendalam dan tahan lama. Oleh karena itu, pengalaman tidak hanya sekadar peristiwa yang terjadi, tetapi juga memiliki kekuatan untuk membentuk sikap, emosi, dan perilaku seseorang dalam jangka panjang.

2.1.3.6 Kebudayaan

Sosial budaya memiliki peran penting dalam memengaruhi pengetahuan seseorang karena melalui interaksi sosial, setiap individu akan terpapar pada berbagai adat istiadat, nilai-nilai, norma, dan kebiasaan yang berlaku dalam masyarakat. Proses ini memungkinkan individu untuk memahami berbagai aspek budaya, seperti cara berfikir, bertindak, dan berkomunikasi, yang menjadi bagian dari pengetahuannya (Pariati & Jumriani, 2021).

2.1.4 Cara Mendapatkan Pengetahuan

Terdapat dua strategi untuk menghasilkan sebuah pengetahuan yaitu :

2.1.4.1 Strategi Non Ilmiah atau Tradisional

Sebelum metode ilmiah ditemukan, orang-orang menggunakan berbagai cara untuk memecahkan masalah dan mengungkapkan gagasan atau wawasan baru. Strategi tersebut sudah diterapkan sejak zaman dahulu seperti dengan mencoba-coba (*trial and error*), di mana orang-orang bereksperimen dengan berbagai pendekatan, belajar dari kesalahan, dan menemukan solusi yang berhasil melalui proses pengulangan. Selain itu, banyak penemuan penting terjadi secara tidak terduga (*accidental discovery*), seperti ketika seseorang secara kebetulan menemukan sesuatu yang berguna tanpa rencana sebelumnya.

Pada masa itu, hak istimewa (*privilege*) juga sering dimanfaatkan, di mana individu atau kelompok tertentu menggunakan kekuasaan, status, atau akses khusus untuk mendapatkan pengetahuan atau solusi. Di sisi lain, orang-orang juga banyak mengandalkan pengalaman pribadi (*personal experience*), belajar dari kejadian atau peristiwa yang mereka alami sendiri, dan menerapkan pelajaran tersebut dalam situasi serupa. Selain itu, berpikir logis (*logical thinking*) menjadi alat penting untuk menarik kesimpulan atau memecahkan masalah berdasarkan fakta yang ada. Manusia juga menggunakan metode induktif dan deduktif sebagai pendekatan berpikir. Metode induktif melibatkan pengumpulan informasi spesifik untuk menarik kesimpulan umum, sementara metode deduktif menggunakan prinsip-prinsip umum untuk menjelaskan kasus-kasus spesifik.

2.1.4.2 Strategi Ilmiah atau Modern

Strategi ilmiah atau modern adalah pendekatan sistematis dalam mencari pengetahuan atau kebenaran melalui metode keilmuan yang konsisten, rasional, dan terstruktur. Metode ini dilakukan melalui riset atau penelitian yang dirancang secara cermat, mengikuti langkah-langkah ilmiah seperti observasi, perumusan masalah, pengumpulan data, analisis, dan penarikan kesimpulan. Pengetahuan yang dihasilkan melalui metode ini memiliki dasar yang kuat dan dapat

dipertanggungjawabkan, karena setiap tahapan dilakukan dengan prinsip objektivitas dan ketelitian. Selain itu, metode ilmiah menekankan pentingnya pengujian ulang dan verifikasi oleh pihak lain, sehingga hasilnya tidak hanya akurat tetapi juga dapat dipercaya.

Salah satu keunggulan metode ilmiah adalah sifatnya yang transparan dan dapat diverifikasi. Proses peer review, di mana hasil penelitian dievaluasi oleh para ahli di bidang yang sama, menjadi langkah penting untuk memastikan keabsahan temuan. Hal ini membedakan metode ilmiah dari pendekatan tradisional, yang seringkali bergantung pada pengalaman subjektif atau kebetulan. Dengan pendekatan yang terstruktur dan rasional, metode ilmiah tidak hanya membantu mengungkap kebenaran, tetapi juga memecahkan masalah secara efektif dan mengembangkan ilmu pengetahuan secara berkelanjutan. Inilah yang membuat strategi ilmiah menjadi fondasi penting dalam kemajuan sains dan teknologi modern (Kurniawan & Agustini, 2021).

2.1.5 Kriteria Tingkat Pengetahuan

Dalam penelitian tentang pengetahuan, ada pembagian kriteria tingkat pengetahuan yang mencakup tiga tingkatan (Swarjana, 2022), yaitu:

2.1.5.1 Pengetahuan baik : 80-100%

2.1.5.2 Pengetahuan cukup : 60-79%

2.1.5.3 Pengetahuan rendah : <60%

2.1.6 Alat Ukur Pengetahuan

Salah satu upaya yang digunakan untuk menilai pengetahuan adalah dengan menggunakan kuesioner atau bisa juga dengan wawancara, yang menggunakan skala *Guttman* dengan pendekatan kuantitatif. Peneliti akan membuat kuesioner yang focus pada satu tingkat pengetahuan, yaitu mengetahui (*know*). Responden akan memilih jawaban yang sesuai dari opsi-opsi yang disediakan dalam kuesioner. Pernyataan tersebut mencakup definisi SADARI, tujuan dan manfaatnya, waktu pelaksanaan, serta langkah-langkah melakukan SADARI. Kuesioner ini

menerapkan skala *Guttman* ialah jenis skore yang digunakan untuk mengukur macam jawaban yang bersifat tegas, seperti benar-salah, ya-tidak, pernah-tidak pernah, setuju-tidak setuju, serta positif-negatif. Pada skala ini, jawaban positif “benar” diberi skore 1, sementara jawaban negatif “benar” diberi skor 0 (Kurniawan & Agustini, 2021).

2.2 Sikap Remaja Tentang SADARI

2.2.1 Definisi

Sikap ialah sikap tertutup seseorang mengenai rangsangan maupun objek tertentu, di mana melibatkan aspek persepsi dan respon emosional yang dialami (senang-tidak senang, setuju-tidak setuju, baik-tidak baik, dan lain sebagainya) (Notoatmodjo, 2020). Sikap dapat diartikan sebagai ekspresi perasaan individu yang mencerminkan preferensi atau ketidaksukaannya terhadap suatu objek. Sikap bukanlah tindakan, melainkan kecenderungan untuk berperilaku. Sikap masih berupa reaksi tertutup bukan tindakan atau perilaku yang terlihat (Laoli et al., 2022).

Sikap merupakan kecenderungan yang dimiliki seseorang untuk merespon objek, orang, atau situasi dengan cara tertentu yang melibatkan komponen kognitif, afektif, dan perilaku. Berdasarkan penelitian terbaru, sikap dapat dipahami sebagai hasil interaksi antara pengalaman pribadi dan norma sosial yang memengaruhi perilaku individu (Smith & Jones, 2021). Sikap terhadap pemeriksaan SADARI merujuk pada respons evaluative individu yang mencerminkan penerimaan atau penolakan terhadap praktik SADARI. Sikap ini dipengaruhi oleh tingkat pengetahuan dalam pemahaman individu mengenai pentingnya deteksi dini kanker payudara.

2.2.2 Tingkatan Sikap

Layaknya pengetahuan, sikap memiliki yang didasarkan pada tingkat intensitasnya, yaitu sebagai berikut (Notoatmodjo, 2020):

2.2.2.1 Menerima (*receiving*)

Menerima merupakan sikap kesadaran atau kepekaan seseorang terhadap gejala, kondisi, atau masalah tertentu. Seseorang akan menunjukkan perhatian positif terhadap gejala atau kondisi tertentu setelah ia menyadari keberadaannya, kemudian menunjukkan kerelaan untuk menerima dan memperjatkannya, yang akhirnya akan mengarah pada keinginan untuk fokus pada objek tersebut.

2.2.2.2 Menanggapi (*responding*)

Merespon atau memberikan tanggapan ditunjukkan melalui kemauan untuk berpartisipasi aktif dalam suatu kegiatan tertentu. Menanggapi juga dapat diartikan dengan memberikan tanggapan atas pertanyaan atau topik yang diberikan.

2.2.2.3 Menghargai (*valuing*)

Menghargai adalah sikap atau tindakan seseorang yang menunjukkan apresiasi positif terhadap suatu objek, ide, atau stimulus. Ketika seseorang menghargai sesuatu, ia mengakui nilai atau pentingnya hal tersebut, baik secara emosional, intelektual, maupun moral. Sikap ini tidak hanya sekadar mengakui keberadaan suatu hal, tetapi juga melibatkan penerimaan terhadap nilai-nilai yang terkandung di dalamnya, disertai dengan keyakinan bahwa hal tersebut layak untuk dihargai. Menghargai juga erat kaitannya dengan penerimaan terhadap suatu nilai atau prinsip tertentu. Ketika seseorang menghargai suatu nilai, seperti kejujuran atau kerja keras, ia tidak hanya mengakui pentingnya nilai tersebut, tetapi juga berusaha untuk menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari. Keyakinan akan nilai-nilai ini menjadi dasar bagi sikap menghargai, yang pada akhirnya dapat memengaruhi perilaku dan interaksi seseorang dengan lingkungan sekitarnya.

2.2.2.4 Bertanggung jawab (*responsible*)

Sikap dengan tingkatan teratas yaitu bertanggung jawab dengan apa yang telah dipercayainya. Seseorang yang bertindak sejalan dengan prinsip dan keyakinan harus siap menerima konsekuensi, termasuk jika ada orang lain yang mencemooh atau menghadapi risiko lainnya.

2.2.3 Komponen Sikap

Sikap seseorang terhadap objek tertentu memiliki struktur yang melibatkan beberapa elemen pembentuk. Notoatmodjo (2020) menyebutkan sikap terdiri dari tiga komponen pokok, yaitu:

2.2.3.1 Komponen Kognitif

Komponen kognitif adalah keyakinan dan pemahaman seseorang terhadap suatu objek yang diperoleh melalui proses pengamatan, pendengaran, dan perasaan. Keyakinan dan pemahaman yang tercipta ini dapat menyampaikan informasi dan pengetahuan yang mendetail mengenai objek tersebut. Komponen ini merupakan bagian dari sikap siswi yang muncul berdasarkan pemahaman, kepercayaan, atau keyakinan terhadap suatu objek. Secara garis besar dapat dikatakan bahwa komponen kognitif menjawab pertanyaan tentang apa yang diketahui, dipahami, dan dianggap benar oleh siswi mengenai objek sikap yang menjadi pedoman seseorang.

2.2.3.2 Komponen Afektif

Komponen afektif merujuk pada aspek emosional subjektif individu terkait sesuatu, yang mencakup perasaan atau reaksi emosional terhadap objek atau situasi tertentu. Komponen ini mencerminkan sikap siswi yang muncul dari perasaan mereka terhadap suatu objek. Fungsinya adalah untuk memahami respon emosional siswi saat berinteraksi dengan objek tersebut. Perasaan ini bisa muncul karena pemahaman kognitif atau dipengaruhi oleh faktor-faktor tertentu. Misalnya seorang siswi mungkin merasa senang atau tidak senang, tertarik atau tidak tertarik terhadap sesuatu. Jadi, komponen afektif menggambarkan respons emosional atau perasaan yang dimiliki seseorang terhadap suatu objek.

2.2.3.3 Komponen Konatif

Komponen konatif atau perilaku adalah kecenderungan individu untuk bertindak atau berperilaku terhadap objek yang dihadapinya. Komponen ini merupakan manifestasi nyata dari sikap seseorang, di mana perasaan dan pemikiran yang dimiliki diwujudkan dalam bentuk tindakan atau respons tertentu. Komponen konatif ini penting karena menunjukkan bagaimana sikap seseorang tidak hanya berhenti pada tingkat pemikiran atau emosi, tetapi juga memengaruhi cara mereka

berinteraksi dengan dunia sekitar. Maka dari itu, komponen konatif menjadi indikator nyata dari bagaimana nilai-nilai, keyakinan, atau preferensi seseorang diterjemahkan ke dalam tindakan sehari-hari.

Secara keseluruhan, perpaduan dari ketiga elemen tersebut menghasilkan sikap yang holistik (*total attitude*), saat membentuk sikap yang utuh ini pengetahuan, pemikiran, kepercayaan, dan emosi memiliki peran yang sangat penting (Notoatmodjo, 2020).

2.2.4 Unsur- Unsur yang Berdampak pada Sikap

Terdapat enam unsur yang berperan dalam pembentukan sikap (Laoli et al., 2022), yaitu:

2.2.4.1 Pengalaman pribadi

Pengalaman pribadi merupakan salah satu komponen pendukung dalam membentuk sikap seseorang. Agar seseorang dapat memberikan tanggapan dan memahami objek psikologis tertentu, diperlukan pengalaman yang relevan dengan objek tersebut. Pengalaman yang meninggalkan kesan mendalam, terutama jika melibatkan aspek emosional, akan lebih mudah membentuk sikap seseorang.

2.2.4.2 Pengaruh orang lain

Pihak-pihak yang berotoritas seperti orang tua, guru, teman dekat, pasangan, atau seseorang dengan status sosial lebih tinggi, punya pengaruh besar. Seseorang cenderung mengikuti sikap mereka karena ingin mendapat persetujuan, menjaga hubungan baik, atau menghindari konflik. Keinginan untuk dekat dan tetap harmonis dengan mereka juga jadi alasan kenapa sikap seseorang sering berjalan dengan pihak-pihak yang dipandang berperan besar.

2.2.4.3 Pengaruh kebudayaan

Kebudayaan tempat seseorang dibesarkan memiliki peran besar dalam membentuk sikapnya. Kepribadian seseorang tercipta dari pola perilaku yang konsisten, yang mencerminkan pengalaman penguatan (*reinforcement*) yang diterima sepanjang hidup. Tanpa disadari, kebudayaan menjadi salah satu faktor yang mengarahkan sikap seseorang dalam menghadapi berbagai masalah.

2.2.4.4 Media massa

Media massa sebagai alat komunikasi yang memiliki pengaruh besar dalam menentukan cara berpikir dan keyakinan individu. Informasi yang disampaikan dapat memberikan pengaruh emosional yang menjadi dasar dalam menilai sesuatu.

2.2.4.5 Lembaga pendidikan dan Lembaga agama

Lembaga pendidikan dan lembaga agama menjadi faktor penentu dalam membentuk sikap seseorang. Kedua lembaga ini memberikan pemahaman tentang moral dan ajaran agama yang menjadi dasar system kepercayaan seseorang. Sistem kepercayaan ini yang memengaruhi pembentukan sikap seseorang terhadap berbagai hal.

2.2.4.6 Pengaruh faktor emosional

Terkadang sikap seseorang terbentuk dari dorongan emosi yang berfungsi sebagai sarana untuk mengekspresikan atau meluapkan rasa frustrasi, ketidakpuasan, atau tekanan yang sedang dialami. Emosi ini juga dapat muncul sebagai mekanisme pertahanan diri yang diinisiasi oleh ego untuk melindungi diri dari ancaman, ketidaknyamanan, atau situasi yang dianggap menantang. Dalam hal ini sikap yang ditunjukkan mungkin tidak sepenuhnya memcerminkan pemikiran rasional, melainkan lebih sebagai respon spontan terhadap tekanan emosional.

2.2.5 Kriteria Tingkat Sikap

Sikap memiliki kriteria tingkatan, menurut *Bloom's Cut off Point* sikap dibedakan menjadi tiga kriteria (Swarjana, 2022) yaitu:

2.2.5.1 Sikap baik atau positif : 80-100%

2.2.5.2 Sikap cukup atau netral : 60-79%

2.2.5.3 Sikap kurang atau negative : <60%

2.2.6 Alat Ukur Sikap

Pengukuran sikap dapat dilakukan dengan cara bertanya secara langsung kepada responden terkait objek yang dibahas. Instrumen yang akan dipakai untuk mengukur pada penelitian ini yaitu kuesioner yang mengacu pada indikator sikap

antara lain terdiri dari komponen kognitif, komponen afektif serta komponen konatif. Sikap tidak dinilai dengan cara membandingkan benar atau salah, melainkan menggunakan pilihan jawaban skala *likert* yang diberi skor sebagai berikut: Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS). Jika pernyataan bersifat positif, maka skor terendah diberikan pada angka 0 (untuk jawaban STS) dan skor tertinggi pada angka 3 (untuk jawaban SS). Namun untuk pernyataan negatif, skoring dibalik dengan skor terendah 0 (untuk jawaban SS) dan skor tertinggi 3 (untuk jawaban STS) (Swarjana, 2022).

2.3 Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI)

2.3.1 Definisi

Pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) yaitu cara sederhana yang dapat dilakukan oleh perempuan untuk mengenali sejak awal adanya kelainan pada payudara seperti perubahan bentuk, ukuran, atau tekstur, serta adanya benjolan. Pemeriksaan ini dapat mendukung para perempuan untuk deteksi dini adanya kelainan pada payudara, dengan demikian dapat mengurangi keparahannya (KemenkesRI, 2022). SADARI menunjukkan kepedulian wanita terhadap kesehatan payudaranya. Langkah ini melibatkan serangkaian langkah khusus untuk mendeteksi secara dini adanya kanker payudara. Tahapannya sangat praktis dan dapat dilakukan oleh setiap wanita tanpa rasa malu terhadap pemeriksaan, tidak memerlukan biaya, pemeriksaan ini hanya membutuhkan waktu sekitar lima menit (Rochmawati et al., 2020).

Breast-Self Examination (BSE) atau SADARI adalah cara sederhana dan murah untuk mendeteksi kanker payudara sejak dini. Metode ini dilakukan secara mandiri dan direkomendasikan oleh WHO sebagai alternatif krining yang hemat biaya, terutama bagi perempuan usia 20 tahunan. Meskipun mammogram adalah metode deteksi yang lebih akurat, biayanya tinggi dan aksesnya terbatas di beberapa negara berkembang. Jika kanker payudara ditemukan lebih awal, peluang kesembuhan total akan lebih besar. Oleh sebab itu, penting untuk mengenali tanda-tanda kanker payudara dan rutin melakukan SADARI (Krisdianto, 2019).

2.3.2 Tujuan dan Manfaat SADARI

Menurut Rochmawati, dkk. (2020) tujuan dan manfaat SADARI ada empat, yaitu:

2.3.2.1 Sebagai bentuk deteksi dini

Memeriksa benjolan pada payudara merupakan langkah krusial yang dapat membantu adanya kelainan atau potensi kanker payudara sejak dini. Pemeriksaan ini dapat dilakukan secara mandiri melalui metode SADARI untuk mendeteksi adanya benjolan, perubahan tekstur kulit, nyeri dan kemerahan pada payudara serta keluarnya cairan dari puting.

2.3.2.2 Mengurangi tingkat kematian penderita kanker payudara.

Mengurangi tingkat kematian penderita kanker payudara merupakan tujuan penting dalam upaya meningkatkan kualitas hidup dan kesehatan masyarakat. Salah satu kunci utama untuk mencapai hal ini dengan melalui deteksi dini, di mana kanker payudara dapat diidentifikasi pada stadium awal, ketika peluang untuk pengobatan yang efektif dan kesembuhan masih sangat tinggi. Skrining rutin, seperti mammografi dan pemeriksaan klinis, dapat membantu menemukan kanker sebelum gejala muncul, sehingga penanganan dapat dilakukan lebih cepat. Selain itu, edukasi tentang pentingnya SADARI juga perlu ditingkatkan agar masyarakat lebih sadar akan tanda-tanda awal kanker payudara, seperti benjolan atau perubahan pada payudara.

2.3.2.3 Untuk mengidentifikasi adanya perubahan bentuk pada payudara.

Untuk mengidentifikasi adanya perubahan bentuk pada payudara, langkah pertama yang dapat dilakukan adalah SADARI secara rutin. Pemeriksaan ini melibatkan pengamatan visual dan perabaan untuk mendeteksi perubahan yang tidak biasa, seperti benjolan, pembengkakan, perubahan ukuran, atau asimetri antara payudara kanan dan kiri. Selain itu, penting juga untuk memperhatikan kelainan pada permukaan kulit payudara, seperti kemerahan, kerutan, atau tekstur yang menyerupai kulit jeruk, serta perubahan pada puting, seperti keluarnya cairan abnormal atau puting yang tertarik ke dalam. Dengan melakukan deteksi dini dan pemeriksaan rutin, perubahan bentuk pada payudara dapat diidentifikasi lebih

cepat, sehingga peluang untuk penanganan yang efektif dan kesembuhan pun semakin besar.

2.3.2.4 Untuk menyadari adanya benjolan pada payudara pada stadium awal

Untuk menyadari adanya benjolan pada payudara pada stadium awal, langkah pertama dan paling penting adalah melakukan pemeriksaan mandiri secara rutin setiap bulan. Pemeriksaan ini dapat dilakukan dengan cara meraba payudara secara perlahan dan menyeluruh untuk mendeteksi adanya benjolan atau area yang terasa keras atau tidak biasa. Selain itu, penting juga untuk memperhatikan perubahan lain, seperti pembengkakan, nyeri, atau perubahan tekstur kulit payudara (Rochmawati et al., 2020).

2.3.3 Waktu yang Tepat untuk SADARI

SADARI atau *breast self-examination* (BSE) sangat penting untuk kesehatan payudara wanita, maka dari itu pada usia awal 20 tahun harus diedukasi terkait pemeriksaan SADARI. Saat yang paling ideal untuk melakukan SADARI yaitu ketika payudara tidak terasa lunak atau bengkak. SADARI sebaiknya dilakukan tiap bulan pada usia 20 tahun atau sudah menikah. Pemeriksaan SADARI sebaiknya dilakukan oleh wanita dengan mempelajari teknik untuk mengamati dan memeriksa perubahan pada payudara setiap satu bulan sekali. Melakukan SADARI secara rutin dapat mendeteksi adanya benjolan atau kelainan sejak dini, bahkan jika ukurannya masih kecil, sehingga pengobatan dapat dilakukan lebih cepat dan efektif. Melakukan pemeriksaan disarankan pada hari ke-7 hingga ke-10 selepas menstruasi, ketika payudara sudah tidak terasa keras atau nyeri. *The American Society* merekomendasikan wanita dengan usia 20 tahun ke atas perlu membiasakan diri melakukan pemeriksaan payudara secara rutin tiap bulan (Asmalinda et al., 2022).

2.3.4 Langkah-Langkah Melakukan SADARI

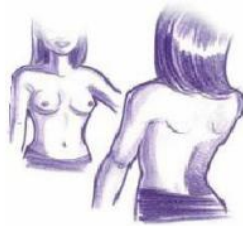
Pemeriksaan payudara dapat dilakukan dengan dua metode, yang pertama mengamati perubahan pada payudara di depan cermin untuk melihat perubahan bentuk, ukuran, atau warna kulit. Kedua dapat dilakukan dengan meraba payudara

secara teliti dalam posisi berbaring untuk mendeteksi adanya benjolan atau kelainan lainnya (Rochmawati et al., 2020).

2.3.4.1 Melihat perubahan payudara di hadapan cermin

Langkah 1 Pemeriksaan SADARI dengan berdiri

Berdirilah tegak di depan cermin dengan kedua lengan di sisi tubuh. Perhatikan bentuk dan ukuran payudara, kondisi puting, serta kulit payudara. Amati apakah ada perubahan, seperti perbedaan ukuran antara payudara kanan dan kiri atau bentuk yang tidak biasa.



Gambar 2. 1 Langkah 1 Pemeriksaan SADARI

Sumber: Rochmawati et al., (2020)

Langkah 2 Pemeriksaan SADARI dengan berdiri

Angkat kedua tangan ke atas, lalu amati payudara dengan saksama. Perhatikan apakah ada perubahan bentuk, kulit tertarik ke dalam, atau perbedaan ukuran antara payudara kanan dan kiri. Waspada jika muncul tanda seperti kemerahan, kerutan, atau kulit tampak seperti kulit jeruk, karena bisa menjadi tanda adanya benjolan atau tumor.

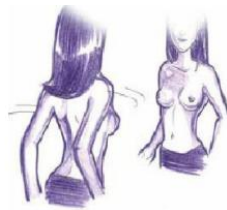


Gambar 2. 2 Langkah 2 Pemeriksaan SADARI

Sumber: Rochmawati et al., (2020)

Langkah 3 Pemeriksaan SADARI dengan berdiri

Berdiri tegak di depan cermin dengan tangan di samping tubuh, lalu miringkan badan ke kanan dan ke kiri. Perhatikan apakah ada perubahan bentuk, ukuran, posisi payudara, atau tanda seperti kulit tertarik, benjolan, dan perbedaan antara payudara kanan dan kiri.



Gambar 2. 3 Langkah 3 Pemeriksaan SADARI

Sumber: Rochmawati et al., (2020)

Langkah 4 Pemeriksaan SADARI dengan berdiri

Tegangkan otot dada dengan berkacak pinggang atau menekan tangan ke pinggul. Posisi ini membantu menegangkan otot di sekitar dada dan ketiak, sehingga lebih mudah melihat perubahan pada bentuk payudara, benjolan, atau kulit yang tertarik. Perhatikan juga apakah ada perbedaan antara payudara kanan dan kiri, serta tanda seperti kemerahan, kerutan, atau kulit yang tampak seperti kulit jeruk.



Gambar 2. 4 Langkah 4 Pemeriksaan SADARI

Sumber: Rochmawati et al., (2020)

2.3.4.2 Melihat perubahan bentuk payudara dengan berbaring

Langkah 1. Persiapan

Mulailah dengan memeriksa payudara kanan. Berbaring menghadap kiri dengan lutut ditekuk, dan letakkan bantal di bawah bahu. Tempatkan tangan kanan di atas

kepala dan gunakan tangan kiri untuk memeriksa payudara, rasakan benjolan atau penebalan dengan gerakan vertikal dan melingkar.



Gambar 2. 5 Permeriksaan payudara dengan cara *circular*

Sumber: Rochmawati et al., (2020)

Langkah 2. Pemeriksaan payudara dengan *vertical strip*

Periksa payudara dari tulang selangka ke garis bra dan dari Tengah payudara ke ketiak. Kenakan tangan kiri untuk memeriksa ketiak, putar dan tekan untuk mencari benjolan. Gerakkan tangan ke bawah garis bra dan tekan tiap bagian, lalu lanjutkan naik ke tulang sekangka. Pastikan seluruh area diperiksa.



Gambar 2. 6 Pemeriksaan payudara dengan *vertical strip*

Sumber: Rochmawati et al., (2020)

Langkah 3. Pemeriksaan payudara dengan cara memutar

Mulailah dari bagian atas payudara, gerakkan tangan membentuk lingkaran besar di sekitar payudara. Periksa dengan teliti apakah ada benjolan yang terasa berbeda, lalu buat tiga lingkaran kecil yang bergerak ke arah puting. Ulangi proses ini dua kali, yang pertama dengan tekanan ringan lalu dengan tekanan lebih kuat dan jangan lupa untuk memeriksa area di bawah puting.



Gambar 2. 7 Pemeriksaan payudara dengan cara memutar

Sumber: Rochmawati et al., (2020)

Langkah 4. Pemeriksaan cairan di puting payudara

Gunakan kedua tangan untuk menekan payudara dan periksa apakah keluar cairan dari puting. Waspada jika cairan berwarna bening, kuning, kecoklatan, atau berdarah, apalagi jika muncul tanpa sebab. Jika disertai benjolan, nyeri, atau perubahan kulit, segera periksa ke tenaga medis. Perhatikan juga jika puting tertarik ke dalam, kemerahan, atau iritasi.



Gambar 2. 8 Pemeriksaan cairan di puting payudara

Sumber: Rochmawati et al., (2020)

Langkah 5. Memeriksa ketiak

Letakkan tangan kanan di atas kepala, lalu gunakan ujung jari kiri untuk meraba area ketiak kanan. Raba dengan gerakan memutar dan tekan lembut untuk memeriksa apakah ada benjolan, pembengkakan, atau bagian yang terasa keras. Langkah ini penting karena kelenjar getah bening di ketiak bisa membengkak jika ada masalah, seperti infeksi atau kanker payudara. Ulangi langkah ini pada ketiak kiri. Perhatikan juga jika ada nyeri, kemerahan, atau perubahan kulit.



Gambar 2. 9 Memeriksa ketiak
Sumber: Rochmawati et al., (2020)

2.3 Remaja

2.3.1 Definisi

Asal kata remaja diambil dari Bahasa Latin *adolescence*, yang maknanya tumbuh untuk mencapai kematangan. Kematangan ini mencakup berbagai dimensi termasuk fisik, mental, emosional, sosial, serta moral. Remaja adalah individu yang sedang dalam tahap pematangan tersebut. Fase remaja sering ditandai dengan perubahan fisik, seperti pertumbuhan tubuh yang cepat, perubahan hormon, dan perkembangan organ reproduksi. Selain itu, remaja juga mengalami perubahan emosional, kognitif, dan sosial yang memengaruhi cara mereka memahami dunia dan berinteraksi dengan orang lain (Hadiningrum, 2024).

Masa remaja merupakan periode yang penuh warna dan dinamika, di mana remaja menghadapi berbagai gejolak emosional dalam proses menuju kedewasaan. Pada tahap ini, mereka mulai memperluas pengetahuan dan pemahaman mereka tentang lingkungan luar, setelah sebelumnya lebih banyak lebih banyak berfokus pada keluarga dan teman-teman dekat. Pada masa ini, remaja juga mulai membentuk identitas diri, mengembangkan kebebasan untuk memilih, dan memperkuat prinsip serta kapasitas pribadi (Syahraeni et al., 2020). Masa remaja dianggap sebagai periode yang rentan dalam kehidupan, karena merupakan fase peralihan dari masa kanak-kanak menuju kehidupan dewasa yang penuh dengan perubahan dan gejolak (Nislawaty et al., 2022). Menurut kemenkes, remaja merupakan individu yang berada pada rentan usia 10-18 tahun (Kemenkes, 2024). *World Health Organization* mendefinisikan remaja sebagai individu yang berusia antara 10 hingga 19 tahun. Pada periode ini, individu mengalami berbagai perubahan fisik, emosional, dan

sosial yang sangat penting dalam pembentukan identitas serta transisi menuju kedewasaan.

2.3.2 Tahap-Tahap Remaja

Masa remaja dibagi menjadi tiga tahapan, yaitu:

2.3.2.1 Masa remaja awal (10-13 tahun)

Remaja mulai mengalami masa pubertas yang ditandai dengan pertumbuhan fisik, munculnya ciri-ciri seks sekunder hingga perubahan hormon. Pada fase ini mulai membentuk identitas diri, keyakinan, serta rasa percaya diri. Remaja awal sering kali tidak sejalan dengan nilai-nilai yang diajarkan orang tua, sehingga mereka cenderung menunjukkan sikap perlawanan. Dalam proses pencarian jati diri remaja biasanya menjadikan figure di luar keluarga, seperti guru atau idola mereka sebagai panutan.

2.3.2.2 Masa remaja pertengahan (14-16 tahun)

Remaja mengalami pertumbuhan fisik yang pesat dan mencapai kematangan seksual. Selain itu mereka juga mengalami perkembangan dalam kemampuan berpikir, seperti berpikir abstrak, logis, dan kritis. Pada masa ini remaja mulai mencari nilai-nilai serta norma-norma yang sesuai dengan identitas dirinya dan membangun hubungan sosial yang lebih erat dengan teman sebaya maupun lawan jenis.

2.3.2.3 Masa remaja akhir (17-19 tahun)

Pada masa ini, remaja telah mencapai kestabilan baik secara fisik maupun psikologis. Mereka telah memiliki identitas diri yang jelas, rencana masa depan yang realistis, serta kesiapan untuk mengambil tanggung jawab yang lebih besar. Selain itu, remaja juga mampu menjalin hubungan yang harmonis dengan orang tua, keluarga, dan lingkungan masyarakat di sekitarnya (Hadiningrum, 2024).

2.3.3 Pertumbuhan Fisik Remaja

Pertumbuhan dan perkembangan fisik remaja dapat dikenali melalui beberapa tanda khas, seperti berikut :

3.3.3.1 Pertumbuhan fisik

Salah satu perubahan yang paling jelas saat remaja adalah tinggi badan yang cepat bertambah. Ini disebut sebagai *growth spurt* atau lonjakan pubertas yang dipicu oleh hormon pertumbuhan dan hormon seksual. Anak laki-laki biasanya mengalami di usia 12-16 tahun sedangkan perempuan di usia 10-14 tahun. Laki-laki akan terlihat lebih tinggi dan bahunya melebar, sementara perempuan mengalami pinggul melebar dan payudara membesar.

3.3.3.2 Perkembangan jaringan tubuh

Secara umum, anak laki-laki akan menghadapi perkembangan otot yang signifikan saat memasuki masa remaja. Sementara itu, remaja perempuan mengalami peningkatan distribusi lemak tubuh sebagai persiapan untuk kesuburan. Perbedaan ini menyebabkan karakteristik jaringan otot, tulang, dan lemak antara laki-laki dan perempuan menjadi berbeda.

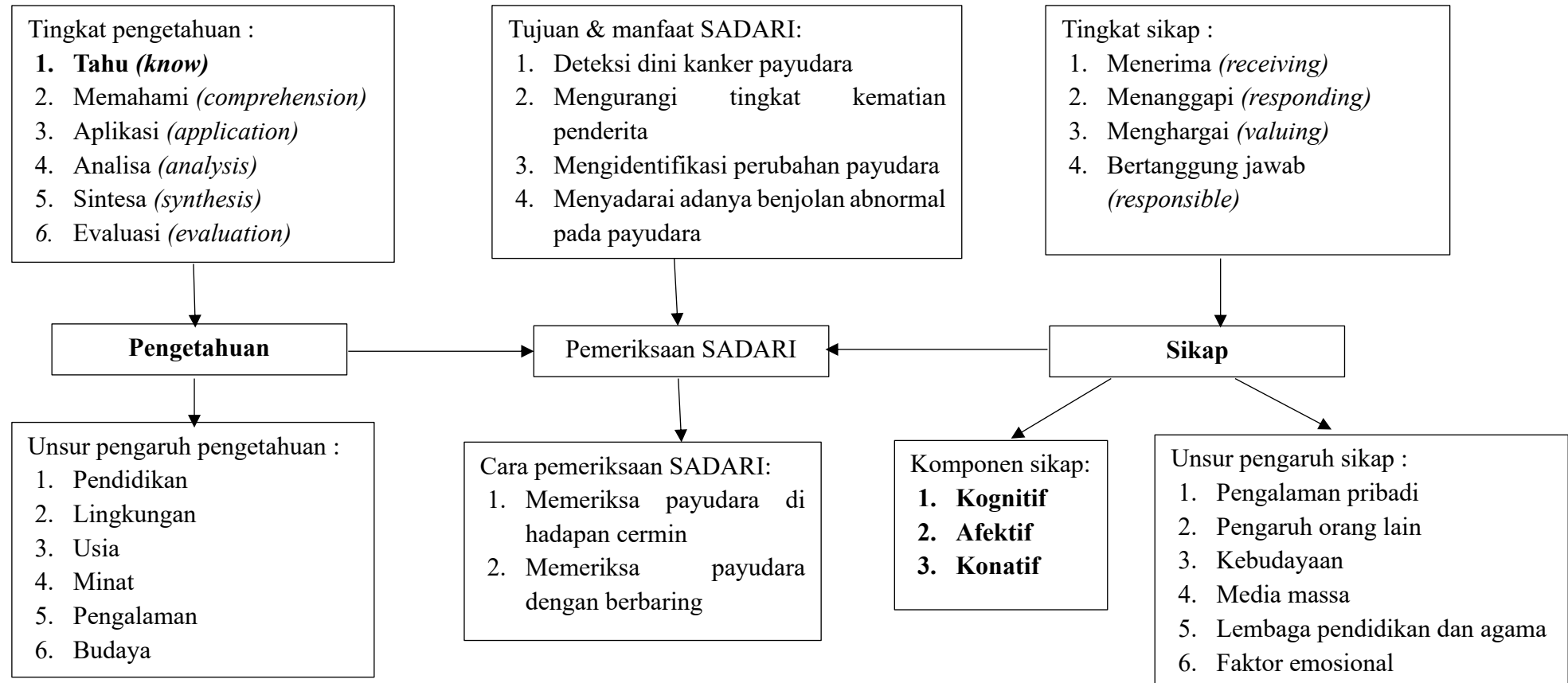
3.3.3.3 Perkembangan kognitif dan emosional

Remaja berkembang pesat dalam berpikir abstrak, memecahkan masalah serta membuat keputusan penting. Namun mereka juga mudah terpancing emosi dan cenderung mengambil risiko. Secara emosional, remaja sering mengalami *mood swing*, bingung akan jati diri, dan konflik dengan orang tua. Dukungan emosional dan pengertian dari orang sekitar sangat dibutuhkan untuk membantu remaja menghadapi tantangan ini.

3.3.3.4 Perkembangan seksual

Masa remaja ditandai dengan perkembangan organ reproduksi. Pada laki-laki, testis mulai memproduksi sperma dan hormon testosterone, sementara pada perempuan ovarium melepaskan sel telur dengan peningkatan hormon estrogen dan progesterone. Pubertas perempuan biasanya dimulai dua tahun lebih dulu dari laki-laki. Perkembangan kematangan seksual perempuan meliputi menstruasi rutin, payudara membesar, dan tumbuhnya rambut di ketiak serta area kemaluan. Sementara itu, laki-laki mengalami mimpi basah, tumbuhnya jakun, kumis, rambut di ketiak dan area kemaluan, serta suara yang semakin berat.

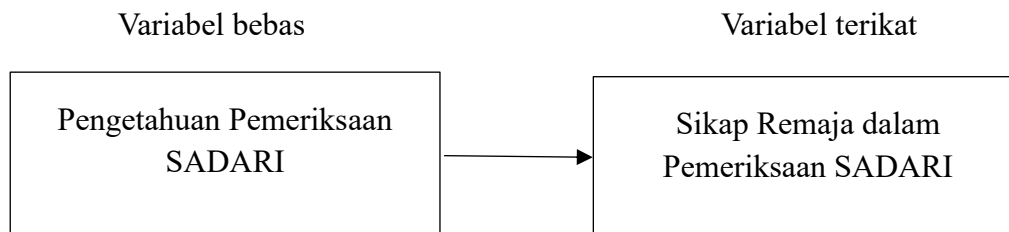
2.5 Kerangka Teori



Gambar 2. 10 Kerangka Teori

Sumber : Notoatmodjo (2020), Pariati & Jumriani (2020), Laoli et al. (2022), Rochmawati et al. (2020), Asmalinda (2022)

2.6 Kerangka Konsep



Keterangan :

- : Yang berhubungan
 □ : Variabel yang diteliti

Gambar 2. 11 Kerangka Konsep

2.7 Hipotesis Penelitian

Hipotesis ialah jawaban sementara atas rumusan masalah penelitian yang disusun dalam bentuk pertanyaan. Pada umumnya hipotesis dirancang untuk menggambarkan hubungan antara dua variabel, yakni variabel independen dan dependen (Sugiyono, 2019).

Ha : Terdapat hubungan pengetahuan dengan sikap remaja putri melakukan pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) di SMAN 1 Pagerbarang.

H0 : Tidak ada hubungan pengetahuan dengan sikap remaja putri melakukan pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) di SMAN 1 Pagerbarang.