



Analisis Tingkat Pemahaman Siswa SMA 5 Tegal Tentang Pentingnya Pemeriksaan Payudara Sendiri (Sadari)

Meyliya Qudriani ^{1*}, Seventina Nurul Hidayah ², Riska Arsita Harnawati ³

¹⁻³ Politeknik Harapan Bersama Indonesia, Indonesia

Alamat : Jl. Mataram No. 9, Pesurungan Lor, Kota Tegal

Email : meyliya.qudriani@gmail.com *

Abstrac, Breast self-examination (BSE) is learning to see and examine your own breasts every month (Rasjidi, 2021). The main goal of BSE is to find breast cancer at an early stage so that treatment can be better. Lack of understanding or lack of information about breast cancer and steps to prevent early detection causes many women to be less or less interested in having this examination. Breast cancer is the cancer with the second highest prevalence after cervical cancer in Central Java in 2021, namely cervical cancer at 1.2% or the equivalent of 19,734 people and breast cancer at 0.7% or the equivalent of 11,511 people. Based on the preliminary study conducted, the results showed that of the 10 questions about BSE at SMA 5 Tegal, 6 out of 10 respondents answered that they did not know or had a low understanding of BSE, while the other 4 respondents indicated sufficient understanding about BSE. The aim of this study was to evaluate SMA 5 Tegal students' understanding of the importance of breast self-examination (BSE) in early detection of breast cancer. The research method that will be used in this research is a quantitative approach with a cross sectional design. The population of this research was 117 female students of SMA 5 Tegal class XI (adolescent girls), with sampling using the total sample. The results of this research show that the majority of respondents have a good understanding of BSE, namely 89 respondents (76.1%), where this respondent's understanding is obtained from good knowledge about BSE, knowing the correct BSE examination techniques.

Key Word: Breast Self-Examination, Importance of Breast Self-Examination, Adolescents

Abstrak, Pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) yaitu belajar melihat dan memeriksa payudara sendiri setiap bulan. Tujuan utama dari SADARI adalah untuk menemukan kanker payudara dalam stadium dini sehingga pengobatannya menjadi lebih baik. Ketidapahaman atau minimnya informasi mengenai kanker payudara serta langkah-langkah pencegahan deteksi dini menyebabkan banyak wanita yang kurang tertarik atau tidak berminat untuk melakukan pemeriksaan ini. Penyakit kanker payudara merupakan penyakit kanker dengan prevalensi tertinggi kedua setelah kanker serviks di Jawa Tengah pada tahun 2021, yaitu kanker serviks sebesar 1,2% atau setara dengan 19,734 jiwa dan kanker payudara sebesar 0,7% atau setara dengan 11.511 jiwa. Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan, hasil menunjukkan bahwa dari 10 pertanyaan tentang SADARI di SMA 5 Tegal, sebanyak 6 dari 10 responden menjawab bahwa mereka kurang tahu atau memiliki pemahaman yang rendah tentang SADARI, sementara 4 responden lainnya mengindikasikan pemahaman yang cukup tentang SADARI. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengevaluasi pemahaman siswa SMA 5 Tegal tentang pentingnya pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) dalam deteksi dini kanker payudara. Metode penelitian yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif dengan desain *cross sectional*. Populasi penelitian ini adalah siswi SMA 5 Tegal kelas XI (remaja putri) yang berjumlah 117 orang, dengan pengambilan sampel menggunakan total sample. Hasil dari penelitian ini menunjukkan sebagian besar responden mempunyai pemahaman baik tentang SADARI yaitu 89 responden (76,1%) dimana pemahaman responden ini didapatkan dari pengetahuan yang baik tentang SADARI, mengetahui tentang teknik pemeriksaan SADARI dengan tepat.

Kata Kunci: SADARI, Pentingnya SADARI, Remaja

1. PENDAHULUAN

SADARI atau Pemeriksaan payudara sendiri merupakan salah satu metode pemeriksaan sederhana yang dapat dilakukan sendiri guna untuk mendeteksi perubahan pada payudara, seperti benjolan atau adanya tanda-tanda yang mengarah ke kanker payudara. SADARI dapat dimulai sejak perempuan dimasa pubertas (Siregar et al., 2022). Tujuan utama

dari SADARI yaitu untuk mendeteksi adanya kanker payudara dalam stadium dini sehingga pengobatannya menjadi lebih baik.

Berdasarkan data dari GLOBOCAN, International Agency for Research on Cancer (IARC) tahun 2022 disimpulkan bahwa kanker payudara menempati posisi tertinggi dalam kasus baru penyakit kanker (setelah disesuaikan berdasarkan umur) mencapai angka sebesar 11,6%, dan tingkat kematian akibat kanker payudara (setelah disesuaikan berdasarkan usia) sebesar 6,9%. IARC juga menyebutkan 1 dari 12 perempuan dinyatakan menderita kanker payudara seumur hidupnya. Kanker payudara merupakan jenis kanker yang umum terjadi di Jawa Tengah. Pada tahun 2021 kanker payudara menempati peringkat kedua setelah kanker serviks dengan angka kejadian kanker serviks mencapai 1,2% dengan 19.734 jiwa sedangkan kanker payudara mencapai 0,7% dengan 11.511 jiwa (Dinkes Prov, 2021).

Kanker payudara menjadi ancaman serius dan menakutkan untuk perempuan. Kanker payudara merupakan kondisi serius yang biasanya menimbulkan kekhawatiran bagi perempuan. Di Indonesia, masalah kanker payudara semakin meningkat menjadi lebih dari 70% pasien mengunjungi dokter dalam stadium lanjut. Pemeriksaan awal terhadap kanker payudara sejak awal memungkinkan kesembuhan lebih besar (Kurniawati et al., 2021).

Salah satu hal yang dapat mempengaruhi risiko terkena kanker payudara adalah faktor-faktor seperti usia saat melahirkan anak pertama, obesitas dan riwayat pemberian ASI. Selain itu, faktor resiko lain yang bisa memengaruhi risiko terkena kanker payudara seperti umur pertama kali haid, jumlah kelahiran, pengalaman menyusui, penggunaan alat kontrasepsi hormonal serta riwayat penyakit keluarga. Dengan pemahaman yang mendalam tentang langkah-langkah pencegahan, diagnosis awal, pengobatan maupun perawatan serta upaya rehabilitasi yang terencana dengan baik, akan sangat membantu dalam memberikan pelayanan yang optimal bagi penderita kanker (Dwitania et al., 2021a).

Ketidakhahaman atau minimnya informasi seputar kanker payudara serta langkah-langkah pencegahan dan deteksi dini telah membuat banyak wanita kehilangan minat untuk menjalani pemeriksaan SADARI. Oleh karena itu, peningkatan pengetahuan dalam bentuk penyuluhan sangat penting untuk meningkatkan pemahaman tentang SADARI (Wati & Rezal, 2023). Perilaku yang dipengaruhi oleh pengetahuan, kesadaran, dan sikap positif biasanya lebih konsisten, sedangkan perilaku yang tidak didasari oleh pemahaman dan kesadaran cenderung tidak berkelanjutan. Penyuluhan kesehatan merupakan salah satu bentuk penting dari kegiatan pendidikan kesehatan yang diperlukan untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap individu terhadap kesehatan.

Masa remaja adalah periode yang berarti di kehidupan dalam menjalani perjalanan menuju kedewasaan dari masa kecil. Pada masa ini, terjadi sejumlah perubahan yang melibatkan hormon, kesehatan fisik, keseimbangan psikologis dan hubungan sosial. Di masa remaja, tubuh seseorang berkembang secara bertahap termasuk segi psikologisnya serta interaksi sosialnya. Sehingga pada periode remaja ini, sebaiknya ia mulai memperhatikan perubahan yang sedang terjadi pada dirinya. Seperti yang kita ketahui perubahan atau pertumbuhan pada payudaranya yang rentan berisiko terjadinya kanker payudara, maka dari itu remaja dianjurkan dapat melakukan SADARI (Ali M, 2019).

Pada saat ini terdapat 13 kasus (4,2%) kanker payudara yang banyak terjadi pada remaja dengan usia 13-25 tahun. Hal ini disebabkan oleh kurangnya kesadaran dalam melakukan deteksi dini kanker payudara dikalangan remaja. Sangat penting bagi remaja untuk melakukan SADARI, mengingat adanya kasus kanker payudara pada remaja yang tergolong banyak (Nurfazriah et al., 2024). Upaya tertentu yang bisa dilakukan untuk mengendalikan kanker payudara yaitu melalui deteksi dini yang dapat mengurangi tingkat kematian hingga 25-30%. Salah satu yang paling mudah dilakukan yaitu dengan melakukan pemeriksaan rutin payudara sendiri.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan, hasil menunjukkan bahwa dari 10 pertanyaan tentang SADARI di SMAN 5 Tegal, sebanyak 6 dari 10 responden menjawab bahwa mereka kurang tahu atau memiliki pemahaman yang rendah tentang SADARI, sementara 4 responden lainnya mengindikasikan pemahaman yang cukup tentang SADARI. Adapun salah satu penyebab remaja tidak melaksanakan SADARI disebabkan karena remaja tersebut belum pernah mendapatkan informasi tentang kesehatan reproduksi tentang SADARI baik dari guru maupun dari petugas kesehatan sehingga siswanya belum tahu apa itu SADARI dan bagaimana cara melakukan SADARI.

2. METODE

Metode penelitian yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif dengan desain *cross sectional*. Populasi penelitian ini adalah siswi SMA 5 Tegal kelas XI (remaja putri) yang berjumlah 117 orang, dengan pengambilan sampel menggunakan total sample.

Instrumen penelitian yang digunakan adalah kuesioner yang disusun berdasarkan literatur terkait dan kajian awal. Data akan dikumpulkan melalui distribusi kuesioner kepada responden secara daring melalui platform *Google Forms* Data yang terkumpul akan dianalisis

menggunakan metode statistik deskriptif untuk menganalisis Tingkat pemahaman siswa tentang SADARI menggunakan analisis univariat.

3. HASIL

Hasil dari penelitian ini dapat dipaparkan sebagai berikut:

1. Pengetahuan Responden

		F	%
Informasi SADARI	Tidak	63	53,8%
	Pernah		
	Pernah	54	46,2%
Pentingnya SADARI	Salah	14	12%
	Benar	103	88%
Teknik SADARI	Salah	48	41%
	Benar	69	59%
Praktik SADARI	Tidak	28	23,9%
	Pernah		
	Pernah	89	76,1%

Berdasarkan tabel diatas didapatkan:

- Sebagian besar responden tidak pernah mendapatkan informasi tentang sadari 63 responden (53,8%).
- Sebagian besar responden menyatakan bahwa SADARI itu penting 103 responden (88%)
- Sebagian besar responden menjawab dengan benar tentang Teknik Pemeriksaan SADARI yaitu 69 responden (59%)
- Sebagian besar responden pernah melakukan SADARI yaitu 89 responden (76,1%).

2. Pemahaman Responden

	F	%
Baik	89	76,1%
Cukup	28	23,9%
	117	100%

Sebagian besar responden mempunyai pemahaman yang baik tentang SADARI yaitu 89 responden (76,1%), dan 28 responden (23,9%) masih mempunyai pemahaman cukup.

Pembahasan

Kanker payudara adalah kanker yang sering terjadi pada Wanita dan dapat menyebabkan kematian yang kedua setelah kanker leher Rahim di seluruh dunia (Tae & Melina, 2020). Kanker payudara merupakan penyakit yang tidak mengenal golongan usia, untuk itu deteksi dini kanker payudara sangat dianjurkan untuk dilakukan. Peningkatan kasus kanker payudara masih menjadi perhatian bagi pemerintah khususnya pada remaja, karena didapatkan kasus kanker payudara telah banyak didapatkan pada usia remaja. Untuk itu perlu dilakukan deteksi dini kanker payudara pada usia remaja agar dapat mengurangi kasus kanker payudara dan mengurangi terjadinya kanker stadium lanjut dengan Tingkat kematian yang tinggi.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa Sebagian besar responden tidak mendapatkan informasi tentang sadari 63 responden (53,8%). Informasi disini yang dimaksud yaitu seperti penyuluhan ataupun pelatihan tentang sadari, meskipun responden yang tidak pernah mendapatkan informasi mereka tetap pernah terpapar tentang pentingnya pemeriksaan SADARI dari social media (Youtube, Instagram, Tiktok, Facebook, dll).

Sumber informasi yaitu kemudahan untuk memperoleh suatu informasi dapat membantu mempercepat seseorang untuk memperoleh informasi yang baru. Sumber informasi yang di peroleh dari berbagai sumber akan mempengaruhi 11 tingkat pengetahuan seseorang. Seseorang banyak memperoleh informasi cenderung mempunyai pengetahuan yang luas. Pengetahuan atau kognitif merupakan dominan yang sangat penting untuk terbentuknya perilaku (tindakan) individu atau masyarakat. Paparan informasi perlu dilakukan secara berkala karena dengan begitu pemahaman seseorang terhadap informasi tersebut dapat meningkat seiring dengan seringnya paparan yang diterima dan sebagian besar pengetahuan itu dapat diperoleh dari pendengaran dan penglihatan (Yanti N.L.G.P. et al., 2022). Pada usia remaja memiliki tingkat pengetahuan yang patut diperhitungkan, hal ini wajar terjadi karena mereka biasanya belajar dan menerima informasi mengenai kanker payudara. Semakin mengerti banyak informasi yang di dapat tentang deteksi dini kanker payudara, semakin mendorong remaja untuk lebih banyak mencari informasi terkait deteksi dini kanker payudara (Dwitania et al., 2021).

Dari hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa sebagian besar responden 103 (88%) menganggap penting untuk melakukan SADARI. Dan Sebagian besar responden pernah melakukan SADARI yaitu 89 responden (76,1%). Tujuan melakukan SADARI untuk dapat mendeteksi gejala kanker payudara sejak dini pada setiap individu. Jadi melakukan SADARI

sangat penting karena jika kanker payudara bisa terdeteksi pada stadium awal dan diobati dengan benar maka angka kesembuhan cukup tinggi, dan bisa mencapai 90%. Hal ini diperkuat oleh hasil penelitian (Dwitania et al., 2021b) bahwa mayoritas responden memiliki pengetahuan baik dan 4 responden (30,8%) melakukan praktik SADARI dengan baik yang menunjukkan bahwa pengetahuan seseorang dapat mempengaruhi praktiknya. Dengan adanya pengetahuan baik diharapkan dapat menjalankan praktik SADARI yang baik. Sebab melakukan SADARI memberikan banyak manfaat salah satunya adalah dapat mendeteksi kanker payudara secara dini. Dengan melakukan pemeriksaan SADARI seseorang dapat mengenali payudaranya sendiri dan dapat diketahui secara dini jika terdapat adanya benjolan pada payudaranya (Hastuti et al., 2020).

Untuk teknik pemeriksaan SADARI hasil penelitian ini menunjukkan bahwa mayoritas responden menjawab benar 69 responden (59%). Sebagian besar responden pernah melakukan SADARI yaitu 89 responden (76,1%). Siswi yang pernah melakukan praktik sadari yaitu mereka yang pernah mengikuti penyuluhan ataupun pelatihan melalui posyandu remaja maupun penyuluhan yang dilakukan oleh tenaga kesehatan di sekolahannya serta dari melihat media social. Pemeriksaan SADARI biasanya dilakukan oleh responden setiap setelah menstruasi. Hal ini sejalan dengan penelitian (Kurniawati et al., 2021) praktik pemeriksaan SADARI bisa dilakukan 1 minggu se usai menstruasi. Bila siklus menstruasi sudah selesai maka lebih baik dilakukan pemeriksaan payudara di waktu yang sama tiap bulannya karena pemeriksaan tidak memerlukan waktu yang lama hanya kurang lebih 5 menit.

Pada hasil penelitian tentang pemahaman responden didapatkan sebagian besar responden mempunyai pemahaman yang baik tentang SADARI yaitu 89 responden (76,1%). Hal ini sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh (Juwita et al., 2018) bahwa mayoritas remaja putri melakukan pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) yang didasari beberapa factor yakni predisposisi seperti umur, pengetahuan dan pekerjaan, faktor yang memungkinkan berupa aksesibilitas jarak, adanya sarana dan prasarana, dan keterampilan, dan faktor penguatan seperti paparan informasi, dukungan keluarga dan dukungan petugas kesehatan. Melakukan SADARI sangat disarankan untuk Perempuan karena metodenya yang sederhana dan praktis. SADARI adalah tindakan penting karena Sebagian besar benjolan payudara pada Wanita ditemukan sendiri (Widyaningsih, 2019). Penelitian (Ganda Sari et al., 2022) menjelaskan bahwa Sebagian besar remaja putri tetap melakukan (SADARI) meskipun penyuluhan terkait SADARI tidak pernah diselenggarakan di sekolah mereka. Namun, sebagian dari mereka mencari informasi terkait pemeriksaan SADARI melalui media sosial. Menurut peneliti hal ini membuktikan bahwa factor pengetahuan memiliki peran yang krusial

dalam memengaruhi perilaku seseorang, Dimana semakin tinggi pengetahuan seseorang maka semakin tinggi pula Tingkat pemahaman serta kesiapan untuk melakukan pemeriksaan SADARI.

4. KESIMPULAN

Sebagian besar responden tidak pernah mendapatkan informasi tentang sadari 63 responden (53,8%). Sebagian besar responden menyatakan bahwa SADARI itu penting 103 responden (88%). Sebagian besar responden menjawab dengan benar tentang Teknik Pemeriksaan SADARI yaitu 69 responden (59%). Sebagian besar responden pernah melakukan SADARI yaitu 89 responden (76,1%).

Saran

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat meneliti variabel lain yang berkaitan dengan perilaku SADARI dengan penggunaan uji statistik yang lainnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Ali M. (2019). *Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik*. Bumi Aksara.
- Dinkes Prov. (2021). *Profil Kesehatan Provinsi Jawa Tengah*.
- Dwitania, E. F., Azizah, N., & Rosyidah, R. (2021a). The Practice of Breast Self-Examination (SADARI) in Adolescent Based on Knowledge. *Jurnal Kebidanan Midwiferia*, 7(2), 39–46. <https://doi.org/10.21070/midwiferia.v7i2.1330>
- Dwitania, E. F., Azizah, N., & Rosyidah, R. (2021b). The Practice of Breast Self-Examination (SADARI) in Adolescent Based on Knowledge. *Jurnal Kebidanan Midwiferia*, 7(2), 39–46. <https://doi.org/10.21070/midwiferia.v7i2.1330>
- Ganda Sari, I., Evelianti Saputri, M., Lubis, R., Ilmu Kesehatan, F., & Nasional Jakarta, U. (2022). FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN PERILAKU SADARI PADA REMAJA PUTRI DI SMK PANDUTAMA BOGOR TAHUN 2021. *Jurnal Penelitian Keperawatan Kontemporer*, 2(1), 98–106.
- Hastuti, L., Noer, R. M., Agusthia, M., Studi, P., Keperawatan, I., Awal, S., & Batam, B. (2020). METODE DEMONSTRASI SADARI TERHADAP KEMAMPUAN MELAKUKAN SADARI PADA WANITA USIA SUBUR. *Volume 4, Nomor 2, Oktober 2020* ISSN 2623-1581 (Online)ISSN 2623-1573 (Print)PREPOTIF *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 4, 141–148.
- Juwita, L., Ayu, N., Program, P., Keperawatan, S. I., Katolik, U., & Surabaya, W. M. (2018). PENGETAHUAN PEMERIKSAAN PAYUDARA SENDIRI (SADARI) TERHADAP SIKAP DAN PERILAKU PADA REMAJA PUTRI. *ADI HUSADA NURSING JOURNAL*, 4(2). www.Depkes.go.id

- Kurniawati, T., Setiyowati, W., Puspitasari, A., & Guna Bangsa, S. (2021). HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN SADARI DENGAN PRAKTIK SADARI PADA REMAJA PUTRI DI DESA SINAR AGUNG KECAMATAN WAY TENONG KABUPATEN LAMPUNG BARAT. In *Midwifery Care Journal* (Vol. 2, Issue 3).
- Nurfazriah, I., Yuli Anggraeni, D., Irianti, S., Studi Sarjana dan Pendidikan Profesi Bidan, P., & Ilmu Kesehatan, F. (2024). *Hubungan Pengetahuan Remaja Putri Tentang SADARI dengan Perilaku SADARI Siswi Kelas XII SMKN 1 Cikulur*. <https://doi.org/10.62383/ikg.v1i3.734>
- Siregar, R., Kunci, K., Pemeriksaan, :, Sendiri, P., Payudara, K., & Remaja, G. (2022). FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI PERILAKU PEMERIKSAAN PAYUDARA SENDIRI (SADARI) PADA REMAJA PUTRI KELAS X. *Indonesian Journal for Health Sciences*, 6(1), 35–42.
- Tae, M. M., & Melina, F. (2020). HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN TENTANG SADARI DENGAN KEPATUHAN MELAKUKAN SADARI PADA MAHASISWA DIII KEBIDANAN DI STIKES YOGYAKARTA RELATIONSHIP OF KNOWLEDGE LEVEL ABOUT BREAST SELF-EXAMINATION (BSE) WITH COMPLIANCE OF BREAST SELF-EXAMINATION (BSE) OF DIII MIDWIFERY STUDENT AT STRIKES YOGYAKARTA. In *Jurnal Kesehatan "Samodra Ilmu"* (Vol. 11, Issue 02).
- Wati, L., & Rezal, F. (2023). FAKTOR YANG BERHUBUNGN DENGAN PERILAKU PEMERIKSAAN PAYUDARA SENDIRI (SADARI) DALAM UPAYA DETEKSI DINI KANKER PAYUDARA PADA REMAJA SISWI SMP N 2 PARIGI TAHUN 2023. In *Teman Sebaya 114 Jurnal WINS* (Vol. 4, Issue 2). <http://ojs.uho.ac.id/index.php/winsjo>
- Widyaningsih, E. B. (2019). Faktor- Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Remaja Tentang Periksa Payudara Sendiri (SADARI) Pada Siswi Kelas XI SMAN 86 Jakarta Tahun 2016. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Delima*.
- Yanti N.L.G.P., Oktaviani N.PW., Faidah N, Adiputra I.M.S, & Muliawati N.K. (2022). EDUKASI “PEMERIKSAAN PAYUDARA SENDIRI (SADARI)” PADA REMAJA SEBAGAI UPAYA PENCEGAHAN DINI KANKER PAYUDARA. *JAI: Jurnal Abdimas ITEKES Bali*, 1, 125–136.