

**PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN TERHADAP
PENGETAHUAN REMAJA PUTRI TENTANG
SADARI DI SMAN 1 KUALA TUNGKAL**

***THE EFFECT OF HEALTH EDUCATION TOWARD KNOWLEDGE OF YOUNG
WOMEN ABOUT SADARI AT SMAN I KUALA TUNGKAL***

**Salvita Fitrianti¹
Juliandini Haryani²**

¹ Departement of Nursing, Baiturrahim Institute of Health Science/salvita.fitrianti@gmail.com
² Departement of Nursing, Baiturrahim Institute of Health Science/Juliandini@gmail.com

ABSTRACT

INTRODUCTION According WHO, breast cancer incident increased from 12,7 million to 14,7 million cases. Cancer became the cause of death number two after cardiovascular disease. Estimated in 2030 incidence of cancer increases until 26 million cases and 17 million died of cancer. Breast cancer still have a great possibility to be cured if discovered while still at an early stage or earlier. The simplest and cheapest way for early detection of breast lumps themselves (SADARI). This study aimed to determine the effect of health education toward knowledge of young women about SADARI at SMAN I Kuala Tungkal.

METHOD This is a quantitative research by using pre-experiments pre-test and post-test by using one group pre and posttest design. The collecting of data used questionnaire. Populations were 507 students and samples were 20 respondents by using proportional random sampling. It analyzed as univariate and bivariate by using dependent T-test.

RESULT The findings indicated that there is the effect of health education toward knowledge of young women about SADARI at SMAN I Kuala Tungkal with p-value 0.000 (p-value < 0,05)

CONCLUSION AND RECOMMENDATION It is expected that public health office Tanjung Jabung Barat regency can conduct health education regularly and periodically about importance of SADARI on young women who cooperate with the public health center Tanjung Jabung Barat by using additional media such as phantom, leaflet and others.

Keyword : SADARI, Teenagers, Health Education

Pendahuluan

Menurut World Health Organization (WHO), insiden kanker pada tahun 2008 sampai 2012 mengalami peningkatan dari 12,7 juta kasus menjadi 14,2 juta kasus. Kanker menjadi penyebab kematian nomor 2 di dunia setelah penyakit kardiovaskular. Diperkirakan pada tahun 2030 insiden kanker akan meningkat mencapai 26 juta orang dan sebanyak 17 orang meninggal akibat kanker (Pusdatin Kemenkes RI, 2015).

Pada data Globocan, International Agency for Research on Cancer (IARC) diketahui bahwa di dunia kanker payudara merupakan penyakit kanker dengan persentase kasus baru (setelah dikontrol oleh umur) tertinggi, yaitu sebesar 43,3%, dan persentase kematian (setelah dikontrol oleh umur) akibat kanker payudara sebesar 12,9%. Badan Kesehatan Dunia (WHO) mencatat telah terjadi 7,6 juta kematian di seluruh dunia akibat kanker. Kanker pun

Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Remaja Putri Tentang Sadari di SMAN 1 Kuala Tungkal

merupakan salah satu objek terbesar dalam dunia kedokteran. Jutaan kajian dan penelitian telah dilakukan. Di Amerika kanker payudara menduduki peringkat tertinggi di antara kanker yang lainnya. Dari hasil penelitian membuktikan bahwa kanker payudara baik di Indonesia maupun Amerika Serikat memperlihatkan kecenderungan untuk meningkat dari tahun ke tahun (Kemenkes RI, 2014).

Berdasarkan estimasi *Globocan, International Agency for Research on Cancer* (IARC) (Pusdatin Kemenkes RI, 2015), insiden kanker payudara sebesar 40 per 100.000 wanita.

Setiap kabupaten dan kota di Provinsi Jambi memiliki kebiasaan, budaya dan pola hidup yang berbeda-beda termasuk dalam kebiasaan mengonsumsi makanan sehari-hari. Contohnya kabupaten di Provinsi Jambi seperti Kabupaten Batang Hari, Sarolangun, Tebo, Bungo dan lain-lain yang tinggal di dekat tepian sungai lebih suka mengonsumsi ikan-ikan sungai dibanding ikan laut yang lebih tinggi lemak. Sedangkan kabupaten yang tinggal di dekat laut, yaitu Kabupaten Tanjung Jabung Barat, mayoritas masyarakatnya mengonsumsi jenis makanan yang tinggi akan lemak jenuh seperti makanan yang diawetkan atau diolah dan diasapkan.

Bahan makanan berasal dari protein hewani mempunyai hubungan yang erat terhadap kejadian suatu penyakit. Kejadian suatu penyakit merupakan dampak dari suatu bahan makanan yang kita makan. Bahan makanan terdiri dari bahan makanan yang baik dan bahan makanan tidak baik. Bahan makanan yang baik bersumber dari sayuran dan buah, ikan, ayam, tahu dan tempe, susu rendah lemak dan sumber serat yang bersumber dari sayuran dan buah. Bahan makanan yang tidak baik terdiri dari daging merah, daging olahan, jeroan, gula fermentasi, makanan manis dan makanan tinggi lemak dan kebiasaan minum seperti alkohol dan sejenisnya dapat memicu terjadinya kanker payudara (Fitriani, 2011).

Upaya deteksi dini kanker payudara adalah upaya untuk mendeteksi dan

mengidentifikasi secara dini adanya kanker payudara, sehingga diharapkan dapat diterapi dengan teknik yang dampak fisiknya kecil dan punya peluang lebih besar untuk sembuh. Upaya ini sangat penting, sebab apabila kanker payudara dapat dideteksi pada stadium dini dan diterapi secara tepat, maka tingkat kesembuhan akan cukup tinggi (80-90%) (Kemenkes RI, 2010). Cara yang paling sederhana dan paling murah untuk mendeteksi dini benjolan payudara adalah dengan mengenali payudara sendiri melalui pemeriksaan payudara sendiri (SADARI). SADARI membantu mengecek kondisi payudara apakah terdapat benjolan ataupun perubahan lainnya yang dapat menjadi tanda terjadinya tumor atau kanker payudara yang membutuhkan perhatian medis (Irianto, 2014).

SADARI sebaiknya dilakukan satu bulan sekali sehingga terbiasa dengan keadaan payudara (Bustan, 2007). Kebiasaan ini membuat wanita lebih mudah untuk menemukan kalau ada perubahan dari bulan ke bulan. Penemuan yang dini perubahan dari keadaan yang normal adalah ide dasar dari SADARI. Jika sedang menstruasi, maka waktu yang terbaik untuk melakukan SADARI adalah 5-7 hari setelah menstruasi berakhir dan payudara sudah menjadi lembut dan tidak membengkak. SADARI mudah untuk dilakukan, murah, cepat dan efektif untuk semakin mengenal dan menyadari jika terdapat suatu yang tidak normal pada payudara (Olfah, Mendri, & Badiah, 2013).

Pengetahuan yang kurang dapat disebabkan oleh belum adanya mata pelajaran kesehatan reproduksi dan SADARI yang menyebabkan remaja tidak terpapar dengan informasi tentang SADARI (Sinaga & Ardayani, 2016). Selain itu fasilitas multimedia dengan layanan internet yang memadai belum dimanfaatkan secara maksimal oleh remaja putri untuk meningkatkan pengetahuan tentang SADARI di luar jam pelajaran.

Pendidikan kesehatan merupakan salah satu upaya untuk mencegah terjadinya

penyakit dan meningkatkan kemauan serta kemampuan masyarakat melalui pembelajaran sehingga diharapkan masyarakat dapat menolong dirinya sendiri dan juga mau untuk berperilaku hidup sehat ataupun dapat mempertahankan perilaku sehat yang sudah dimilikinya (Kholid, 2012). Pendidikan kesehatan tentang pengertian SADARI, tujuan SADARI, manfaat SADARI, waktu dilakukan SADARI, yang dianjurkan melakukan SADARI dan cara melakukan SADARI sangat diperlukan untuk memberikan informasi kepada remaja putri sehingga dapat meningkatkan minat dan kesadaran remaja putri untuk mau melakukan SADARI secara rutin.

Metode

Penelitian ini adalah penelitian *pre-experiment pre-test* dan *post-test* Sementara rancangan penelitian yang digunakan adalah *one group pre-test* dan *post-test design* di mana pengukuran dilakukan sebanyak 2 kali, sebelum diberikan pendidikan (O1) disebut *pre-test* dan setelah diberikan pendidikan kesehatan (O2) disebut *post-test*.

Populasi pada penelitian ini adalah remaja putri di SMAN 1 Kuala Tungkal dengan jumlah 507 responden. Pada penelitian ini sampel yang digunakan adalah sebanyak 20 responden, dengan menggunakan teknik *proportional random sampling*.

Pada penelitian ini analisis data yang digunakan adalah analisis data univariat dan bivariat. Penelitian ini menggunakan uji *T-test* dependen dengan bantuan program komputerisasi dengan tingkat kemaknaan $\alpha = 0,05$ atau 5% dengan tingkat kepercayaan 95%. Apabila *p-value* $\leq 0,05$ artinya pendidikan kesehatan berpengaruh terhadap pengetahuan, apabila *p-value* $> 0,05$ berarti tidak pengaruh yang bermakna di antara variabel yang diuji tersebut.

Hasil Gambaran Pengetahuan Responden Sebelum dan Setelah Diberikan Pendidikan Kesehatan Tentang SADARI

Tabel 1.

	Mean	N	Std Deviasi	Std Error Mean
<i>Pre-test</i>	54,75	20	7,860	1,758
<i>Post-test</i>	84,00	20	7,182	1,606

Tabel 1. memperlihatkan nilai rata-rata pengetahuan remaja putri tentang SADARI pada hasil *pre-test* sebesar 54,75 sedangkan pada *post-test* terjadi peningkatan nilai sebesar 84,00 setelah diberikan pendidikan kesehatan. Selisih rata-rata peningkatan sebelum dan setelah diberikan pendidikan kesehatan mengalami peningkatan nilai 29,25 dari nilai *pre-test*.

Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Remaja Putri Tentang SADARI di SMAN 1 Kuala Tungkal

Tabel 2.

Variabel	Mean	SD	SE	<i>p-value</i>	N
Pengetahuan sebelum diberikan pendidikan kesehatan (<i>pre-test</i>)	54,75	7,860	1,758	0,000	20
Pengetahuan setelah diberikan pendidikan kesehatan (<i>post-test</i>)	84,00	7,182	1,606	0,000	20

Hasil analisis pada tabel 2. menunjukkan bahwa rata-rata nilai pengetahuan responden sebelum diberikan pendidikan kesehatan adalah sebesar 54,75

Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Remaja Putri Tentang Sadari di SMAN 1 Kuala Tungkal

dengan standar deviasi sebesar 7,860 dan setelah dilakukan pendidikan kesehatan nilai rata-ratanya sebesar 84,00 dengan standar deviasi 7,182.

Pembahasan

Peningkatan pengetahuan remaja putri tentang SADARI di atas terlihat dari pengukuran *pre-test* dan *post-test*. Akan tetapi, berdasarkan analisis jawaban kuesioner responden diketahui setelah diberikan pendidikan kesehatan masih terdapat responden yang menjawab salah pada pertanyaan mengenai tujuan SADARI, waktu dilakukan SADARI, dan cara melakukan SADARI. Hal ini bisa disebabkan oleh kemampuan mengingat responden yang berbeda-beda.

Berdasarkan karakteristik responden diketahui bahwa responden remaja putri berumur 16 dan 17 tahun duduk di bangku kelas 3 SMA. Faktor yang memengaruhi meningkatnya pengetahuan adalah bertambahnya umur seseorang yang mengalami perubahan aspek fisik dan mental (Mubarak, 2012). Umur seseorang dapat memengaruhi tingkat pengetahuan seseorang karena semakin cukup umur, tingkat kematangan dan kekuatan seseorang akan lebih matang dalam berpikir dan bekerja (Wawan & Dewi, 2010). Umur 16-17 tahun merupakan usia reproduksi di mana saat itu termasuk periode usia subur (menstruasi) seorang wanita dan hal tersebut dapat memicu terjadinya kanker payudara (Nurchahyo, 2010). Untuk itu diperlukan pengetahuan yang baik tentang SADARI melalui proses pembelajaran agar remaja putri mau melakukan SADARI secara teratur sehingga dapat meningkatkan derajat kesehatannya dan mencegah terjadinya kanker payudara.

Menurut peneliti, pemberian pendidikan kesehatan yang dilakukan akan menambah dan meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang SADARI. Lebih baik lagi apabila pendidikan kesehatan dilakukan secara rutin dan berkala seperti 1 bulan sekali atau lebih agar ilmu yang didapatkan

terus berkembang dan lebih diingat. Peningkatan pengetahuan juga dapat dipengaruhi oleh faktor eksternal seperti lingkungan, pemberi pendidikan kesehatan, dan media penyebar informasi. Hasil akhir yang diharapkan apabila remaja putri memiliki pengetahuan yang baik tentang SADARI adalah mereka dapat terhindar dari penyakit kanker payudara dengan melakukan upaya pencegahan secara dini.

Hasil uji statistik *paired T-test* menunjukkan *p-value* $0,000 < 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan remaja putri tentang SADARI di SMAN 1 Kuala Tungkal.

Hasil penelitian memperlihatkan bahwa pendidikan kesehatan mempunyai peranan yang sangat penting dalam meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang SADARI. Hal ini terlihat dari nilai rata-rata pengetahuan sebelum diberikan pendidikan kesehatan dan nilai rata-rata pengetahuan setelah diberikan pendidikan kesehatan mengalami peningkatan. Dengan kata lain, pemberian informasi melalui pendidikan kesehatan sangat efektif karena mampu mengubah perilaku remaja putri untuk melakukan pencegahan kanker payudara dengan cara rutin melakukan SADARI.

Salah satu cara untuk meningkatkan pengetahuan seseorang adalah dengan cara memberikan informasi atau pendidikan yang dapat diperoleh melalui proses belajar (Notoatmodjo, 2010). Pengetahuan merupakan hasil dari tahu, dan ini terjadi setelah orang melakukan pengindraan terhadap suatu objek tertentu. Pengindraan terjadi melalui pancaindra manusia, yaitu indra penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan indra peraba (Novita & Franciska, 2011).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan di SMA Negeri I Manado yang menunjukkan bahwa adanya pengaruh yang signifikan pendidikan kesehatan terhadap tingkat pengetahuan siswi tentang SADARI sebagai deteksi dini kanker payudara di SMA Negeri 1 Manado

dengan nilai $p\text{-value} < \text{nilai } \alpha$ ($p = 0,000$) (Suastina, Ticoalu, & Onibala, 2013).

SADARI bertujuan untuk mengetahui ada atau tidaknya benjolan pada payudara pada wanita. Pemeriksaan ini dilakukan dengan cermin dan dilakukan oleh penderitanya sendiri. SADARI adalah langkah penting untuk deteksi dini kanker payudara. SADARI mudah untuk dilakukan, murah, cepat dan efektif untuk semakin mengenal dan menyadari jika terdapat suatu yang tidak normal pada payudara (Olfah, Mendri, & Badiah, 2013). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan di Tangerang bahwa setiap wanita akan terhindar dari kanker payudara jika saja mereka dapat melakukan SADARI sedini mungkin, setidaknya dimulai pada usia remaja (Pratiwi, 2013).

Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga, dalam hal ini pengetahuan remaja putri tentang SADARI diperoleh dari pendidikan kesehatan tentang pentingnya SADARI pada remaja putri dengan menggunakan media tambahan, yaitu *phantom*, *infocus*, *leaflet*, dan modul sehingga informasi yang disampaikan dapat meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang SADARI.

Timbulnya minat untuk melakukan SADARI pada remaja putri dipengaruhi oleh pengetahuan yang dimiliki remaja putri. Menurut hasil penelitian di SMA Pasundan bahwa pengetahuan yang kurang dapat disebabkan oleh belum adanya mata pelajaran kesehatan reproduksi dan SADARI yang menyebabkan remaja tidak memperoleh informasi tentang SADARI (Sinaga & Ardayani, 2016). Selain itu, fasilitas multimedia dengan layanan internet yang memadai belum dimanfaatkan secara maksimal oleh remaja putri untuk meningkatkan pengetahuan tentang SADARI di luar jam pelajaran.

Berdasarkan penjelasan di atas diketahui bahwa untuk mendapatkan pengetahuan diperlukan proses pembelajaran atau pendidikan kesehatan yang dilakukan perawat atau petugas kesehatan kepada remaja putri. Dengan

adanya pendidikan kesehatan, perilaku dapat diubah ke arah yang lebih baik jika yang dipelajari tersebut dianggap remaja putri bermanfaat untuk dirinya dan kesehatannya berupa pengetahuan tentang pengertian SADARI, tujuan SADARI, manfaat SADARI, waktu dilakukan SADARI, yang dianjurkan melakukan SADARI dan cara melakukan SADARI sehingga dapat meningkatkan minat dan kesadaran remaja putri untuk mau melakukan SADARI secara rutin.

Hal di atas sejalan dengan teori bahwa perubahan atau tindakan pemeliharaan dan peningkatan kesehatan yang dihasilkan oleh pendidikan kesehatan harus didasarkan pengetahuan dan kesadarannya melalui proses pembelajaran sehingga dapat merubah perilaku seseorang ke hal yang positif. Dengan demikian, pengetahuan memegang peranan penting (Notoatmodjo, 2010). Dengan pengetahuan manusia dapat mengembangkan apa yang diketahuinya dan dapat mengatasi kebutuhan kelangsungan hidup sehingga akan memengaruhi perilaku seseorang yang dalam hal ini perilaku dalam melakukan SADARI sejak usia remaja.

Remaja putri yang berpengetahuan baik tentang SADARI akan mampu melakukan hal tersebut dalam tindakan nyata, yaitu rutin melakukan SADARI 1 bulan sekali pada pada hari ke-5 sampai ke-7 setelah masa haid bermula, ketika payudara sedang mengendur dan terasa lebih lunak. Hal tersebut sejalan dengan teori yang mengatakan bahwa dengan meningkatnya pengetahuan, seseorang akan timbul kesadaran dan akhirnya akan membuat seseorang berperilaku sesuai dengan pengetahuan yang dimilikinya (Notoatmodjo, 2010).

Pada penelitian ini dapat disimpulkan bahwa adanya pendidikan kesehatan tentang pentingnya SADARI pada remaja putri ternyata dapat memengaruhi peningkatan pengetahuan remaja putri. Hal ini terlihat dari nilai rata-rata pengetahuan setelah diberikan pendidikan kesehatan.

Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Remaja Putri Tentang Sadari di SMAN 1 Kuala Tungkal

Selain itu, pendidikan kesehatan tidak hanya dilakukan dengan metode ceramah, tetapi juga dengan melakukan demonstrasi atau praktik langsung kepada remaja putri misalnya bagaimana cara melakukan SADARI. Tujuannya agar dapat meningkatkan pemahaman remaja putri tentang SADARI.

Hasil observasi memperlihatkan bahwa 11 remaja putri mampu melakukan SADARI dengan mendemonstrasikan ulang cara melakukan SADARI yang telah diajarkan secara berurutan, sedangkan 9 remaja putri lainnya bisa melakukan SADARI tetapi masih ada yang tidak berurutan, yaitu saat melakukan SADARI di hadapan cermin maupun dengan cara berbaring. Sedangkan dari hasil observasi dari pendidikan kesehatan, hampir semua remaja putri mampu menyebutkan kembali pengertian SADARI, tujuan SADARI, manfaat SADARI, waktu dilakukan SADARI.

Pendidikan kesehatan yang dilakukan perawat atau petugas kesehatan kepada remaja putri dapat memberikan aspek positif karena semakin banyak aspek positif yang didapatkan, maka akan timbul perilaku pencegahan kanker payudara, yaitu dengan melakukan SADARI pada usia remaja. Untuk itu, dalam upaya pencegahan kanker payudara pada remaja putri diperlukan kerja sama yang baik antara remaja putri, perawat atau petugas kesehatan dan pihak sekolah dalam membimbing dan memotivasi remaja putri untuk rutin melakukan SADARI seperti yang telah diajarkan oleh perawat atau petugas kesehatan agar upaya pencegahan kanker payudara dengan melakukan SADARI dapat terlaksana secara optimal.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian didapat bahwa ada pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan remaja putri tentang SADARI di SMAN 1 Kuala Tungkal dengan *p-value* 0,000 ($p < 0,05$).

Diharapkan hasil penelitian ini menjadi bahan masukan pada dinas

kesehatan Kabupaten Tanjung Jabung Barat untuk dapat memberikan pendidikan kesehatan tentang SADARI dalam rangka deteksi dini kanker payudara sedini mungkin terutama pada remaja putri.

Daftar Pustaka

- Bustan, M. N. (2007). *Epidemiologi penyakit tidak menular*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Fitriani, S. (2011). *Promosi kesehatan*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Irianto, K. (2014). *Seksologi remaja*. Bandung: Alfabeta.
- Kemenkes R. I. (2014). *Hilangkan mitos tentang kanker*. Diakses dari <http://www.depkes.go.id/article/view/201407070001/hilangkan-mitos-tentang-kanker.html>
- Kholid, A. (2012). *Promosi kesehatan dengan pendekatan teori perilaku, media, dan aplikasinya*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Mubarak W. I. (2012) *Promosi kesehatan untuk kebidanan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Notoatmodjo, S.(2010). *Konsep perilaku kesehatan dalam: Promosi kesehatan teori dan aplikasi*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Novita, N., & Franciska, Y. (2011). *Promosi kesehatan dalam pelayanan kebidanan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Nurchahyo, J. (2010) *Awas!! Bahaya kanker rahim dan kanker payudara (Menenal, mencegah dan mengobati sejak dini dua kanker pembunuh paling ditakuti wanita)*. Yogyakarta: Wahana Totalita.

- Olfah, Y., Mendri, N. K., & Badiah, A. (2013). *Kanker payudara & SADARI*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Pratiwi, W. Hubungan pola makan dengan kejadian kanker payudara di Kabupaten Jayanti Tangerang. 2013.
- Pusdatin Kemenkes RI. (2010). *Pedoman teknis pengendalian kanker payudara dan kanker leher rahim*. Jakarta: Pusat Data dan Informasi, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Pusdatin Kemenkes RI. (2015). *Situasi penyakit kanker*. Jakarta: Pusat Data dan Informasi, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Sinaga, C. F., & Ardayani, T. (2016). Hubungan pengetahuan dan sikap remaja putri tentang deteksi dini kanker payudara melalui pemeriksaan payudara sendiri di SMA Pasundan dan Bandung. *Kartika: Jurnal Ilmiah Farmasi*, 4(1), 16-19.
- Suastina, I. D. A. R., Ticoalu, H., & Onibala, F. (2013). Pengaruh pendidikan kesehatan terhadap tingkat pengetahuan siswi tentang SADARI sebagai deteksi dini kanker payudara di SMA Negeri 1 Manado. *Jurnal Keperawatan*, 1(1), 1-6.
- Wawan, A., & Dewi, M. (2010). *Teori dan pengukuran pengetahuan, sikap dan perilaku manusia*. Yogyakarta: Nuha Medika.