

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **A. Telaah Pustaka**

##### **1. Kanker Payudara**

###### **a. Definisi**

Payudara adalah sel-sel yang tumbuh dan berkembang tanpa terkendali sehingga dapat menyebar diantara jaringan atau organ terdekat payudara atau kebagian tubuh lainnya (Kemenkes RI, 2016). Kanker payudara adalah suatu tumor (maligna) yang berkembang dari selsel di payudara. Kanker payudara tumbuh di kelenjar lobulus yaitu yang memproduksi susu, atau pada duktus saluran kelenjar susu yaitu saluran yang menghubungkan lobulus ke puting susu. Kanker payudara tumbuh dan berkembang dengan cepat tanpa terkoordinasi di dalam jaringan dan menyebar ke pembuluh darah (Putra, 2015).

## **b. Etiologi**

Penyebab kanker payudara masih belum pasti penyebabnya, tetapi ada beberapa faktor yang berkaitan erat dengan munculnya tumor ganas pada payudara. Menurut Putra (2015), faktor risiko yang dapat menyebabkan kanker payudara terbagi menjadi dua kelompok yaitu faktor risiko yang dapat diubah dan faktor risiko tidak dapat berubah. Beberapa faktor penyebab risiko kanker payudara:

### **a. Faktor risiko yang dapat berubah**

#### **1. Obesitas**

Obesitas atau kegemukan akibat kelebihan lemak dalam tubuh. Jaringan lemak dalam tubuh merupakan sumber utama estrogen, jadi jika memiliki jaringan lemak lebih banyak berarti memiliki estrogen lebih tinggi yang meningkatkan risiko kanker payudara.

#### **2. Kecaduan Alkohol**

Alkohol bekerja dengan meningkatkan kadar darah dalam insulin darah, seperti faktor pertumbuhan atau *Insulin Like Growth Factors* (IGFs) dan estrogen. Oleh karena itu alkohol dapat meningkatkan terjadinya risiko kanker payudara.

### 3. Perokok Berat

Perokok merupakan salah satu faktor resiko kanker payudara pada perempuan. Menurut Penelitian WHO menyatakan setiap jam tembakau rokok membunuh 560 orang di seluruh Dunia. Kematian disebabkan dari 3800 zat kimia yang sebagian besar merupakan racun dan karsinogen zat pemicu kanker.

### 4. Stress

Strees yang dapat menjadikan faktor resiko kanker payudara karena stress beresiko yang berat dan terus menerus dapat melemahkan tahan tubuh dan penyakit fisik dapat mudah menyerang.

### 5. Terpapar Zat Karsinogen

Zat karsinogen di antaranya yaitu zat kimia, radiasi dan pembakaran setiap tembakau. Zat karsinogen dapat memicu timbulnya sel kanker payudara (Depkes, 2015).

## **b. Faktor resiko yang dapat berubah**

### 1. Faktor Genetik atau Keturunan

Kanker payudara dikatakan penyakit turun temurun, ada dua gen yang terdapat pada kanker payudara maupun ovarium yaitu gen BRCA1 (*Brest Care*

*Susceptibility Gene 1*) dan BRCA2 (*Brest Care Susceptibility Gene 2*) yang terlibat dari perbaikan DNA (*Deoxyribo Ncleic Acid*). Kedua gen hanya mencapai 5% dari kanker payudara, jika pasien memiliki riwayat keluarga kanker payudara uji gen BRCA dapat dilakukan. Jika memiliki kedua gen BRCA1 dan BRCA2 risiko terkena kanker payudara akan meningkat, BRCA1 berisiko lebih tinggi kemungkinan 60%-85% berisiko kanker payudara sedangkan BRCA2 berisiko 40% - 60% terkena kanker payudara.

## 2. Faktor Seks ataupun Jenis Kelamin

Perempuan memiliki risiko lebih besar terkena kanker payudara, tetapi laki-laki juga dapat terserang kanker payudara. Hal ini disebabkan laki-laki memiliki lebih sedikit hormone estrogen dan progesteron yang dapat memicu pertumbuhan sel kanker.

## 3. Faktor Usia

Faktor risiko usia dapat menentukan seberapa besar risiko kanker payudara. Presentase kanker payudara menurut usia yaitu, dari usia 30-39 tahun berisiko 1 dari 233 perempuan atau 0,43% usia 40-49 tahun berisiko 1 dari 69 perempuan atau 1,4%, usia 50-59 tahun berisiko

1 dari 38 perempuan atau 2,6%, pada usia 60-69 tahun mengalami berisiko 1 dari 27 perempuan atau 3,7%. Jadi, semakin tua usia seseorang kemungkinan terjadinya kanker payudara semakin tinggi karena kerusakan genetik (mutasi) semakin meningkat dan kemampuan untuk begenerasi sel menurun.

#### 4. Riwayat Kehamilan

Perempuan yang belum pernah hamil memiliki resiko kanker payudara lebih tinggi. Pertumbuhan sel payudara pada usia remaja bersifat (imatur) atau belum matang dan sangat aktif. Sel payudara yang imatur lebih rentan mengalami mutasi sel yang abnormal. Ketika seorang perempuan hamil akan mengalami namanya kematuran sel pada payudaranya dan menurunkan resiko kanker payudara.

#### 5. Riwayat Menstruasi

Perempuan yang dapat menstruasi pertama kali sebelum umur 12 tahun berisiko 2-4 kali lebih tinggi terkena kanker payudara. Resiko yang sama juga dimiliki perempuan yang menopause pada usia di atas 55 tahun. Setelah wanita menstruasi akan mengalami perubahan bentuk tubuh tidak terkecuali payudara. Payudara akan

mengalami pertumbuhan dan terdapat hormon yang dapat memicu pertumbuhan sel abnormal.

#### 6. Riwayat Menyusui

Perempuan pada masa menyusui anaknya, terutama lebih dari satu tahun, berisiko lebih kecil menderita kanker payudara. Selama menyusui, sel payudara akan lebih menjadi matang. Dengan menyusui menstruasi akan mengalami penundaan hormon. Hal ini akan mengurangi paparan hormon estrogen terhadap tubuh sehingga menurunkan risiko kanker payudara.

#### **c. Tanda Dan Gejala Kanker payudara**

Gejala dan pertumbuhan kanker payudara biasanya dapat diketahui setelah memasuki stadium kanker lanjut. Pada tahap ini, kanker payudara tidak menimbulkan keluhan ataupun tanda-tanda. Seiring berjalannya waktu, timbul keluhan dan berubah menjadi stadium yang lebih lanjut. Pada tahap lanjut akan mengalami kesulitan untuk dilakukan penyembuhan dan peluang untuk sembuh semakin kecil.

Kanker payudara tersebut dapat diketahui sedini mungkin dapat dilakukan pengobatan untuk memperpanjang harapan hidup. Adapun Tanda-tanda yang dapat muncul pada stadium dini adalah teraba benjolan kecil di payudara dan tidak terasa

nyeri. Menurut *National Breast Cancer Foundation* (2019), terdapat beberapa gejala dan tanda kanker payudara, antara lain:

a. Munculnya benjolan

Benjolan pada payudara yang awalnya lunak, dengan berangsurnya waktu dapat mengeras dan bentuknya tidak beraturan. Benjolan dapat diraba menggunakan tangan, selain itu benjolan memiliki sifat mudah digerakkan (tidak menempel kuat) akan tetapi jika, benjolan ini tidak dapat digerakkan dicurigai benjolan bersifat ganas dan menandakan benjolan sudah berakar ke jaringan payudara lainnya.

b. Perubahan pada payudara

Biasanya segala yang terjadi ialah perubahan ukuran, bentuk payudara dan puting. Gejala itu awalnya ditandai dengan adanya permukaan payudara dan berwarna merah, kemudian perlahan kulit mengerut seperti kulit jeruk.

c. Puting susu mengeluarkan cairan

Pada puting sering mengeluarkan cairan seperti darah, nanah, atau cairan encer.

d. Timbulnya benjolan kecil di bawah ketiak.

e. Pada tahap lebih lanjut bisa timbul nyeri tulang, penurunan

berat badan, dan pembengkakan lengan.

**d. Stadium Kanker payudara**

Penentuan stadium kanker diperlukan guna dijadikan sebagai pengobatan, *follow-up* dan menentukan prognosis. Staging kanker payudara (*American Joint Committee on Cancer*) adalah sebagai berikut:

- a. Stadium 0: Kanker ini merupakan suatu yang menerangkan bahwa sel-sel kanker berada pada tempatnya di dalam jaringan payudara yang normal.
- b. Stadium I: Tumor dengan garis telah yang kurang dari 2 cm dan belum menyebar ke luar payudara.
- c. Stadium II A: Tumor pada garis tengah 2-5 cm belum menyebar ke kelenjar getah bening pada ketiak, atau pada tumor dengan garis tengah kurang dari 2 cm, tetapi sudah menyebar ke kelenjar getah bening ketiak.
- d. Stadium III B: Tumor dengan garis tengah lebih besar dari 5 cm dan belum mengami penyebaran ke kelenjar getah bening ketiak. Tumor dalam garis tengah 2-5 cm sudah menyebar ke kelenjar getah bening pada daerah ketiak.
- e. Stadium III A: Tumor yang berada pada garis tengah lebih besar dari 5 cm dan belum menyebar ke kelenjar getah bening ketiak. Kondisi itu disertai perlengketan satu sama lain maupun perlengkapan ke struktur lainnya. Tumor pada



garis tengah lebih  $\geq 5$  cm dan yang sudah menyebar ke kelenjar getah bening ketiak.

- f. Stadium III B: Tumor telah menyusup ke luar payudara, yaitu kedalam kulit payudara maupun dinding dada, Selain itu tumor sudah menyebar ke kelenjar getah bening didalam dinding dada dan tulang dada.
- g. Stadium IV: Tumor telah menyebabkan ke luar daerah payudara dan dinding dada, misalnya hati, tulang dan paru-paru (El-Manan, 2013).

#### **e. Pencegahan kanker payudara**

Pencegahan yang paling efektif bagi kejadian penyakit tidak menular adalah promosi kesehatan dan deteksi dini, begitu pula pada kanker payudara. Adapun strategi pencegahan yang dilakukan antara lain:

##### **a. Pencegahan Primer**

Merupakan salah satu dengan cara mempromosikan kesehatan karena dilakukan pada orang yang sehat melalui upaya untuk menghindari diri dari keterpaparan pada berbagai resiko. Pencegahan primer dapat deteksi dini, dengan SADARI serta melaksanakan pola hidup sehat untuk mencegah penyakit kanker payudara.

#### b. Pencegahan Sekunder

Pencegahan dilakukan terhadap individu yang memiliki resiko terkena kanker payudara. Pada setiap wanita subur memiliki siklus haid normal, mereka merupakan populasi atrisk dari kanker payudara. Pencegahan ini dilakukan dengan melalui deteksi dini berupa sereening melalui mammografi yang di klaim akutasi 90%. Tetapi keterpaparan terus-menerus pada mammografi pada wanita yang sehat itu tidak baik karena merupakan salah satu faktor resiko terjadinya kanker payudara.

#### c. pencegahan Tersier

Pada pencegahan tersier biasanya darahnya pada individu yang telah positif menderita kanker payudara penanganan yang tepat penderita kanker payudara disesuaikan dengan stadium kanker payudara, tujuan untuk mengurangi kecacatan dan memperpanjang harapan hidup penderita. Pencegahan tersier berpesan penting untuk meningkatkan kualitas hidup penderita dari mencegah komplikasi penyakit serta meneruskan pengobatan (Masriadi, 2016).

**f. Adapun beberapa cara alami untuk mencegah kanker payudara**

a. Berolah raga secara teratur

Berolahraga dapat meningkatnya aktivitas, maka resiko kanker payudara akan berkurang. Dengan berolahraga akan mengalami menurunkan kadar esterogen yang diproduksi tubuh sehingga mengurangi resiko kanker payudara.

b. Kurangi lemak

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa dengan cara diet rendah lemak dapat membantu tercegahnya kanker payudara. Penelitian yang lain menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara lemak dan kanker payudara. Penelitian terakhir menyatakan bahwa yang paling penting adalah jenis lemaknya bukan jumlah lemaknya yang dikonsumsi. Jenis lemak yang memicu terjadinya kanker payudara adalah lemak jenuh dalam daging, mentega, makanan yang mengandung susu full cream dan asam lemak dalam margarine, yang meningkatkan kadar esterogen dalam darah. Jenis lemak yang membantu mencegah kanker payudara adalah lemak tak jenuh dalam minyak zaitun dan asam lemak omega-3 dalam ikan salmon dan ikan air dingin

lainnya yang tidak menyebabkan hormon esterogen menjadi meningkat.

c. Mengonsumsi daging

Jangan dimasak terlalu matang terdapat dari lemak jenuh yang terdapat dalam daging, cara memasak daging akan mempengaruhi risiko kanker payudara. Daging masak atau dipanggang akan menghasilkan senyawa karsinogenik yang tidak terbentuk. Karsinogenik terdapat paling banyak yaitu pada daging bakar yang lapisan luarnya kulit gosong dan hitam.

d. Makan lebih banyak buah dan sayur

Semakin banyak buah dan sayuran yang dimakan, semakin berkurang resiko untuk semua kanker, termasuk kanker payudara. Makanan dari tumbuh-tumbuhan yang mengandung anti-oksidan yang tinggi diantaranya vitamin A, C, E dan mineral selenium yang dapat mencegah kerusakan sel yang bisa menjadi etiologi terjadinya kanker. *National Cancer Institute* NCI merekomendasikan untuk mengonsumsi buah dan sayuran paling tidak 5 kali dalam sehari. Tapi harus dihindari buah dan sayuran yang mengandung banyak lemak, seperti kentang goreng dan pai dengan krim susu.

e. Mengonsumsi suplemen anti-oksidan

Suplemen tidak dapat menggantikan buah dan sayuran, tetapi suatu formula anti-oksidan bisa merupakan tambahan makanan yang dapat mencegah kanker payudara.

f. Makan lebih banyak serat

Selain berfungsi sebagai anti-oksidan, buah dan sayuran juga mengandung banyak serat. Makanan berserat akan mengikat estrogen dalam saluran pencernaan, sehingga kadar dalam darah akan berkurang.

g. Makan lebih banyak tahu dan makanan yang mengandung kedelai

h. Makan lebih banyak kacang-kacangan

i. Jangan merokok

j. Hindari alkohol

Banyak penelitian menunjukkan bahwa semakin banyak mengonsumsi alkohol, maka risiko kanker payudara semakin bertambah karena alkohol meningkatkan kadar estrogen dalam darah.

k. Menyusui, memberikan ASI kepada anak

l. Perhatikan Berat badan

Kenaikan berat badan atau obesitas pada anak usia 18 tahun akan rentang mengalami resiko kanker payudara karena sebabkan sejalan bertambahnya lemak tubuh, maka kadar esterogen sebagai pemicu kanker payudara dalam darah pun akan mengalami peningkatan.

m. Berjemur dibawah sinar matahari

Meningkatkan angka kejadian kanker kulit menjadikan kita takut akan sinar matahari, tetapi sedikit sinar matahari dapat membantu mencegah kanker payudar,karena pada sinar matahari mengenai kulit, vitamin D akan membantu jaringan payudara menyerap kalsium sehingga mengurangi risiko kanker payudara. Agar bisa memperoleh sinar matahari selama 20 menit setiap hari. Dianjurkan untuk berjalan dipagi hari atau sore hari. Bila ingin mendapatkan kalsium atau vitamin D tidak dari sinar matahari, maka dapat mengkomsumsi makanan suplemen (Masriadi, 2016).

## **g. Penatalaksanaan**

Adapun menurut Omoyeni, Oluwafeyikemi, Irinoye, & Adenike (2014) terdapat beberapa jenis deteksi awal kanker payudara yaitu:

1. *Mammography*, merupakan proses menggunakan amplitude yang lebih rendah dari x-ray untuk mengetahui keadaan pada payudara. Tujuan dari mammography sendiri adalah deteksi awal kanker payudara, dengan melihat apakah terdapat benjolan yang berdasarkan karakteristik dan bentuknya. Teknik dapat dipercaya dapat menurunkan angka kematian akibat kanker payudara.
2. *Clinical Breast Examination* (CBE) adalah pemeriksaan fisik pada kanker payudara yang dilakukan oleh ahli kesehatan untuk mengindeteksi benjolan atau pada perubahan payudara yang mungkin merupakan masalah serius seperti kanker payudara yang mungkin membutuhkan tindakan seperti mastitis atau fibroadenomal.
3. *Breast Self Examination* (BSE) adalah pemeriksaan yang dilakukan oleh seseorang untuk deteksi setiap abnormal pada payudara. BSE dilakukan dengan melihat apakah terhadap benjolan pada payudara, perubahan kulit dan benjolan pada kulit serta putting payudara. Dilakukan setiap bulan memasuki usia 20 tahun, lebih baik beberapa

haris setelah periode menstruasi seseorang ketika payudara sedikit bengkak.

## **2. Tinjauan Umum Mengenai Pengetahuan**

### **a. Definisi Pengetahuan**

Pengetahuan merupakan hasil tahu dan terjadi setelah orang mengadakan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan terhadap objek terjadi melalui panca indra manusia baik secara penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba, dengan sendiri (Notoadmojo, 2012). Pada waktu penginderaan sampai menghasilkan pengetahuan tersebut, sangat dipengaruhi oleh intensitas terhadap persepsi objek. Sehingga sebagian besar pengetahuan manusia di peroleh melalui mata dan telinga (Notoadmojo, 2014).

Pengetahuan tentang SADARI merupakan pengetahuan seseorang wanita tentang pentingnya SADARI yang merupakan pemeriksaan secara sendiri dengan manual yang sangat bermanfaat bagi kesehatan sebagai deteksi dini untuk mencegah kanker payudara menuju stadium lanjut. Pengetahuan SADARI meliputi pengertian SADARI, manfaat, tujuan, metode pemeriksaan dan langkah-langkah dalam melakukan SADARI.



## **b. Tingkat pengetahuan**

Di dalam domain kognitif mempunyai 6 tingkatan (Notoadmojo, 2010 dalam Wawan & Dewi, 2011) yaitu:

### **1. Tahu (*Know*)**

Tahu yaitu sebagai mengingat seseorang terhadap suatu materi yang telah dipelajari sebelumnya. Termasuk kedalam tingkat pengetahuan seseorang adalah mengingat kembali (*Recall*) terhadap suatu yang spesifik dan seluruh bahan yang dipelajari atau rangsangan yang telah diterima paling kurang. Kata kerja untuk menandai bahwa orang itu tahu tentang apa yang dipelajari yaitu menyebutkan, menguraikan, mengidentifikasi, menyatakan dan sebagainya.

### **2. Memahami (*Comprehaemtion*)**

Memahami artinya sebagai suatu kemampuan untuk menjelaskan secara benar tentang objek yang diketahui dan dimana dapat menginterpretasikan secara benar. Orang yang telah paham terhadap objek atau materi terus dapat menjelaskan, menyebutkan contoh, menyimpulkan meramalkan dan sebagainya terhadap suatu objek.

### 3. Aplikasi (*Application*)

Aplikasi diartikan sebagai kemampuan untuk menggunakan materi yang telah dipelajari pada situasi ataupun kondisi riil (sebenarnya). Aplikasi disini dapat diartikan aplikasi atau penggunaan hak hukum, rumus, metode, prinsip dan sebagainya dalam konteks atau situasi yang lain.

### 4. Analisis (*Analysis*)

Analisis suatu kemampuan untuk menyatakan materi atau suatu objek ke dalam komponen-komponen tetapi masih dalam struktur organisasi tersebut dan masih ada kaitannya satu sama lain.

### 5. Sintesis (*Syntesis*)

Sintesis yang dimaksud menunjukkan pada suatu kemampuan melaksanakan atau menghubungkan bagian-bagian di dalam suatu keseluruhan yang baru. Sintesis adalah kemampuan untuk menyusun atau mengumpulkan formulasi baru dari formulasi yang ada.

## 6. Evaluasi (*Evaluation*)

Evaluasi yaitu berkaitan dengan kemampuan melakukan justifikasi atau penilaian terhadap suatu materi atau objek. Penilaian merupakan berdasarkan kriteria yang ditentukan sendiri yang sesuai dengan kriteria-kriteria yang telah ada.

### c. Proses Perilaku Tahu

Menurut Rogers yang dikutip oleh Notoatmodjo (dalam Donsu, 2017) menerangkan bahwa proses adopsi perilaku yakni sebelum seseorang mengadopsi perilaku baru didalam diri orang tersebut terjadi beberapa proses, yaitu:

1. *Awareness* ataupun kesadaran yakni pada tahap ini individu sudah menyadari ada stimulus atau rangsangan yang datang padanya.
2. *Interest* atau merasa tertarik yakni individu yang mulai tertarik pada stimulus tersebut.
3. *Evaluation* atau mempertimbangkan, dimana individu akan mempertimbangkan yang mana baik dan tidaknya stimulus tersebut bagi dirinya. Ini lah menyebabkan sikap individu menjadi lebih baik.

4. *Trial* atau percobaan yaitu dimana individu memulai mencoba sesuatu dengan perilaku baru.
5. *Adaption* atau pengangkatan merupakan individu telah memiliki perilaku yang baru yang sesuai dengan pengetahuan, sikap dan kesadaran terhadap stimulus.

#### **d. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Pengetahuan**

Menurut Notoatmodjo (dalam Wawan dan Dewi, 2010) faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan adalah sebagai berikut:

##### **1. Faktor Internal**

###### **a. Pendidikan**

Pendidikan merupakan bimbingan yang diberikan seseorang terhadap perkembangan orang lain untuk menuju impian atau cita-cita yang diharapkan untuk menentukan manusia untuk berbuat dan mengisi kehidupan agar tercapai keselamatan dan kebahagiaan. Pendidikan diperlukan untuk mendapatkan informasi yang berkaitan dengan hal-hal yang menunjang kesehatan sehingga dapat meningkatkan kualitas hidup. Menurut YB Mantra yang dikutip oleh

Notoatmodjo, pendidikan dapat mempengaruhi pola pikir seseorang. Maka makin tinggi pendidikan seseorang maka semakin mudah menerima informasi.

b. Pekerjaan

Menurut Thomas yang kutip oleh Nursalam, pekerjaan adalah suatu keburukan yang harus dilakukan demi menunjang kehidupan keluarganya. Pekerjaan dapat diartikan sebagai sumber kesenangan, akan tetapi merupakan cara mencari nafkah yang membosankan, berulang dan memiliki banyak tantangan. Sedangkan bekerja merupakan kegiatan yang menyita waktu.

c. Umur

Tingkat kematangan seseorang akan kelihatan pada saat bekerja karena memerlukan pikiran yang cukup luas. Dari segi kepercayaan masyarakat seseorang yang lebih dewasa dipercaya dari pada yang masih muda.

d. Faktor Lingkungan

Lingkungan yaitu seluruh kondisi yang berada disekitar manusia yang dapat pengaruhi

perkembangan dan perilaku individu atau kelompok.

e. Sosial Budaya

Sistem sosial budaya pada masyarakat dapat memberikan pengaruh dari sikap, dalam menerima informasi.

**e. Kriteria Tingkat Pengetahuan**

Menurut Nursalam (2016) pengetahuan seseorang dapat di interpretasikan dengan skala yang bersifat kualitatif, yaitu:

- 1) Pengetahuan baik bila responden dapat menjawab 76-100 % dengan benar dari jawab pertanyaan.
- 2) Pengetahuan cukup bila responden dapat menjawab 56-75 % dari dengan jawaban benar.
- 3) Pengetahuan kurang bila responden dapat menjawab > 56 % dari total jawab pertanyaan.

**3. Definisi Wanita Usia Subur**

Wanita Usia Subur (WUS) adalah perempuan yang rentang usia diantaranya 15-49 tahun. Perempuan yang termasuk rentang usia dapat di katagori usia reproduktif. Wanita Usia Subur memiliki reproduksi organ yang berfungsi dengan baik. Oleh karena itu wanita di sarankan

untuk menikah muda karena dinilai bisa lebih mudah mengalami kehamilan. Meskipun pada Wanita Usia Subur adalah 15-49 tahun, namun puncaknya kesuburan pada wanita yaitu memasuki usia 20-29 tahun, dimana puncak kesuburan wanita pada skala kehamilan terbilang sangat tinggi hingga 95%. Ketika seorang perempuan memasuki usia 30 tahun maka kemungkinan besar kehamilan akan menurun. Ketika memasuki usia 40 tahun kehamilan akan mengalami menurun kurang lebih 40%.

#### **4. Tinjauan Umum Mengenai Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI)**

##### **a. Definisi SADARI**

SADARI atau pemeriksaan payudara sendiri (*Breast Self Examination*) adalah pilihan cara pencegahan kanker payudara yang baik dilakukan, khususnya mulai remaja. Wanita harus mengetahui manfaat dan keterbatasan SADARI dan harus segera menceritakan setiap perubahan payudara yang terjadi kepada dokter ketika dugaan kanker payudara. SADARI rutin memainkan peran besar dalam menemukan benjolan kanker payudara dibandingkan dengan menemukan benjolan tersebut secara kebetulan. SADARI dapat dilakukan setiap bulan setelah masa menstruasi selesai.

Selain itu, cara ini juga nyaman karena dilakukan sendiri di rumah kapan saja, saat mandi atau berpakaian (Pebrianti, 2017).

Setiap wanita harus mengetahui bagaimana payudara mereka biasa terlihat dan rasakan lalu melaporkan jika ada perubahan payudara kepada tenaga kesehatan. *Breast Self Exam* (BSE) atau SADARI adalah pemeliharaan kesehatan untuk wanita yang sudah memasuki usia 20 tahun untuk memeriksa kelainan di payudara (*American Cancer Society*, 2017).

Pemeriksaan SADARI dapat dimulai sejak seorang wanita sudah masuk pada masa pubertas atau pada awal menstruasi. Hal ini perlu dilakukan agar dapat mengetahui kelainan payudara. Dengan pemeriksaan payudara sedini mungkin, maka dengan penanganan awal kanker payudara dapat ditangani dengan tepat sehingga meningkatkan umur harapan hidup. Tindakan sangat penting untuk mendeteksi secara dini yang dilakukan sendiri karena hampir 85% benjolan di payudara, ditemukan oleh penderita sendiri. (Rasjiidi, 2009 dalam Endra et al, 2019).



Tujuan SADARI merupakan untuk pemeriksaan payudara sendiri, mendeteksi kanker payudara secara dini bukan merupakan kebetulan, melainkan tanggung jawab dari perempuan sendiri. Perempuan wajib mengetahui bagaimana cara memeriksa payudara yang normal sehingga dapat mengetahui adanya ketidaknormalan pada payudaranya. Sedangkan bagi pihak medis, menemukan kanker secara dini membutuhkan upaya terpadu dan berkesinambungan dengan skrining dan deteksi dini kanker payudara. Upaya SADARI ini sangat penting sebab karena apabila kanker dapat dideteksi pada stadium dini dan diobati dengan tepat maka tingkat kesembuhannya cukup tinggi.

#### **b. Faktor yang mempengaruhi SADARI**

Faktor yang berhubungan dengan perilaku pemeriksaan sendiri (SADARI) payudara menurut Arafah dan Notoboroto (2017), dibagi menjadi tiga, yaitu: Faktor internal, faktor informasi dan faktor eksternal.

1. Faktor internal yang dimaksud antara lain pengetahuan, sikap, dan faktor keturunan pada kanker payudara.

2. Faktor informasi adalah keterjangkauan atau akses untuk mendapatkan informasi mengenai SADARI.
3. Faktor eksternal adalah dukungan penyedia layanan kesehatan, dalam mengimbau dan menyarankan pasien untuk melakukan pemeriksaan payudara sendiri sebagai upaya deteksi dini kanker payudara.

#### **c. Waktu Pelaksanakan SADARI**

1. Haid teratur: pada waktu terbaik adalah hari terakhir masa haid.
2. Haid tidak teratur: setiap 6 bulan sekali, Pada saat awal selesai menstruasi.
3. Waktu: 10 menit setiap bulan melakukan pemeriksaan payudara.

#### **d. Cara Melakukan SADARI**

Langkah-langkah melakukan SADARI menurut Kementerian Kesehatan yang dianjurkan dalam rangka *Breast Awareness Month* (2016) yaitu:

##### **a. Langkah 1**

Berdiri dan menghadap kearah cermin, dengan posisi pundak tegap dan kedua tangan di pinggang, lalu periksa kedua payudara apakah normal atau tidak normal. Perhatikan jika terjadi perubahan

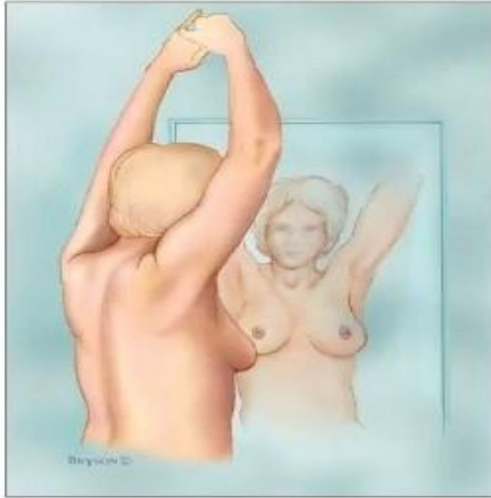
seperti adanya cairan yang keluar pada puting susu, puting mengerut, kulit mengelupas atau damppling.



*Langkah 1. Bercermin dengan kedua tangan  
di pinggang*

b. Langkah 2

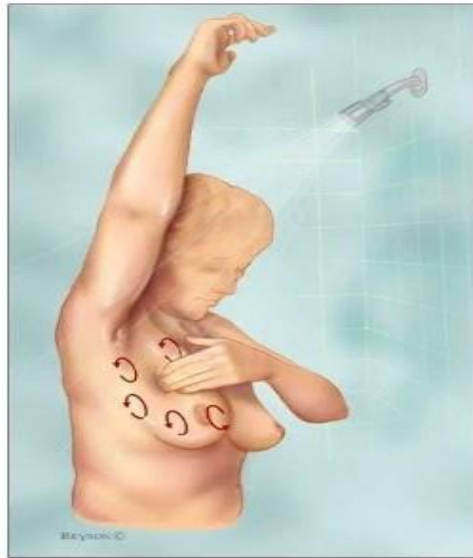
Letakan kedua tangan ke pinggang dan sedikit membungkuk menghadap cermin sambil menarik bahu dan siku ke arah belakang. Perhatikan setiap perubahan pada kedua payudara dan puting. Pemeriksaan payudara dapat dilakukan disetiap mandi dengan cara besabun lalu dipijit dengan jari dapat merasakan adanya perubahan pada payudara.



*Langkah 2. Angkat Kedua Tangan Cermati setiap perubahan pada payudara*

c. Langkah 3

Angkat tangan sebelah kiri dengan posisi tangan ditekuk di belakang kepala, lalu gerakan 3 atau 4 jari pada tangan kanan untuk meraba payudara sebelah kiri dengan lembut, kuat, Dimulai dari bagian tepi luar, tekan bagian yang datar dari jari tangan dalam lingkaran kecil, bergerak melingkar dengan lambat pada sekitar payudara secara perlahan kearah puting susu, beri perhatian khusus pada area di antara payudara dan bawah lengan dan rasakan apakah ada benjolan.



*Langkah 3. Pijat Payudara Saat Mandi*

d. Langkah 4

Pijat putting payudara secara perlahan dan perhatikan apakah ada rabas atau keluarnya cairan. ulangi pemeriksaan, jika ditemukan hal yang tidak normal seperti rabas dari putting susu dalam waktu 1 bulan dan terjadi ketika sedang ataupun tidak melakukan SADARI, segera pergi ke dokter untuk dilakukan pemeriksaan selanjutnya.



*Langkah 4 Pencet puting, perhatikan cairan yang keluar*

e. Langkah 5

Ulangi langkah lima dan keenam namun dalam posisi berbaring. Berbaring mendatar, dengan lengan kiri posisinya letakkan pada bagian bawa kepala dan pada bahu kiri diberi bantal atau lipatan handuk.



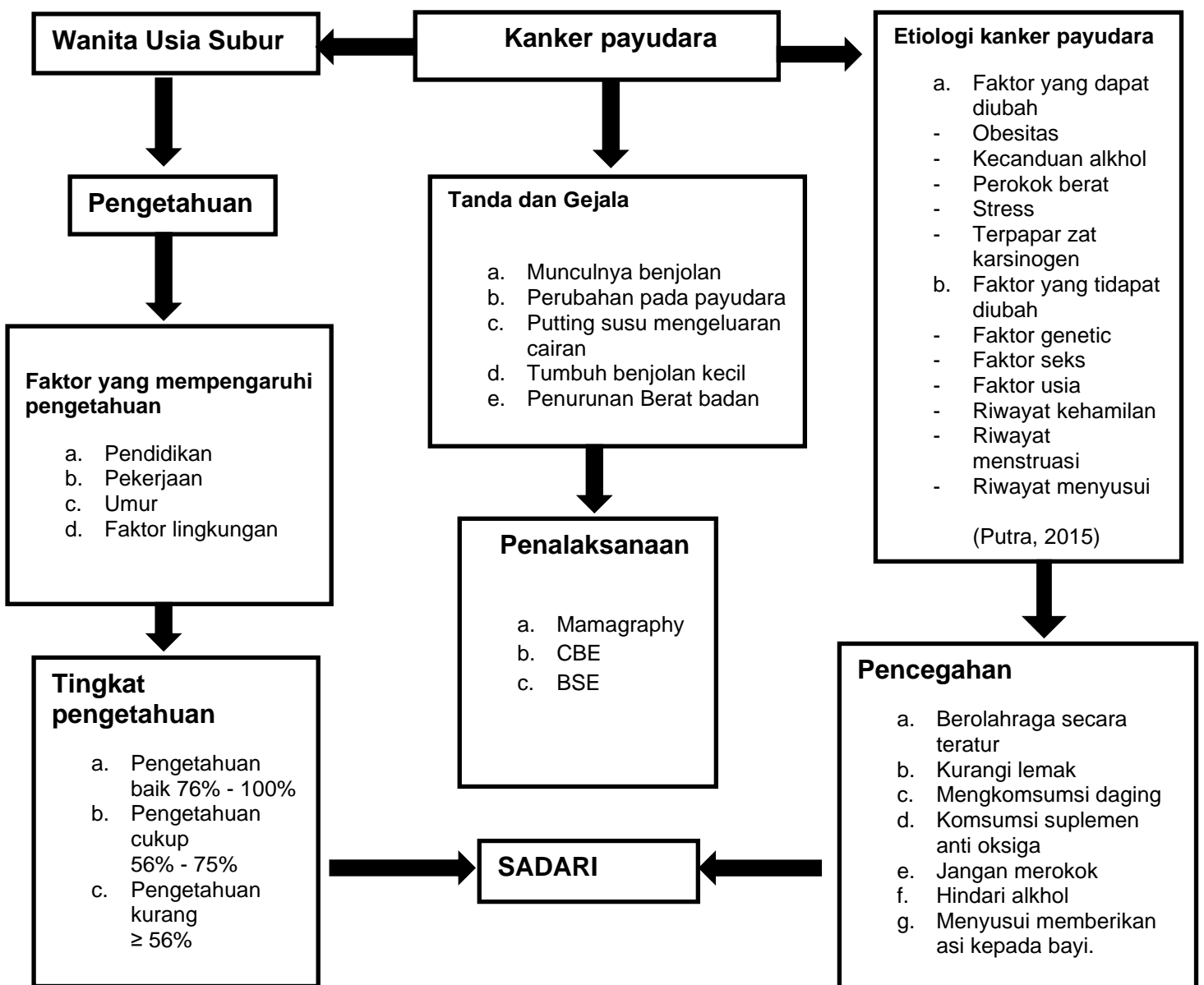
*Langkah 5. Pijat payudara saat berbaring.*

(Handayani, 2011)

**Gambar 1.1 Langkah-langkah SADARI**

## B. Kerangka Teori

Kerangka teori adalah suatu model yang yang menerangkan bagaimana hubungan suatu teori dengan faktor-faktor yang penting diketahui dalam suatu penelitian (Notoatmodjo, 2014). Kerangka teori pada penelitian ini adalah sebagai berikut.



Gambar 1.2 Kerangka Teori

### C. Kerangka Konsep

Kerangka konsep penelitian adalah suatu uraian dan visualisasi yang berhubungan atau kaitan antara konsep satu terhadap konsep yang lainnya, atau antara variabel yang satu dengan variabel yang lain dari masalah yang ingin deliti (Notoatmodjo, 2018) Kerangka Konsep dalam penelitian yaitu mengenal Gambaran tingkat pengetahuan wanita usia subur tentang SADARI, maka variabel yang diteliti yaitu variabel Pengetahuan Wanita Usia Subur Tentang SADARI.

#### a. Pengetahuan

Pengukuran tingkat pengetahuan dapat dikatagorikan menjadi tiga yaitu:

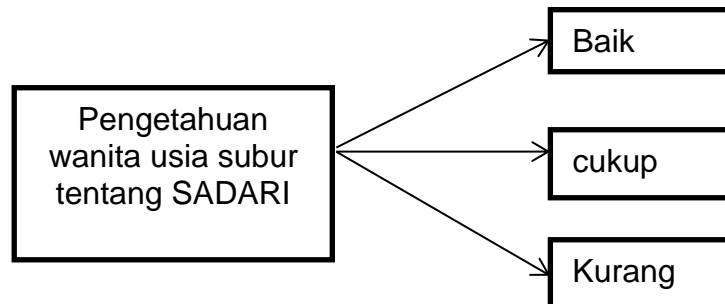
- 1) Pengetahuan baik bila responden dapat menjawab 76-100 % dengan benar dari total jawaban pertanyaan.
- 2) Pengetahuan cukup bila responden dapat menjawab 56-75% dengan benar.
- 3) Pengetahuan kurang bila responden dapat menjawab > 56% dari total jawaban pertanyaan.

#### 4) b. Waktu melakukan SADARI

- 1) Haid teratur: pada waktu terbaik adalah hari terakhir masa haid.
- 2) Haid tidak teratur: setiap 6 bulan sekali, Pada saat awal selesai menstruasi.



3) Waktu: 10 menit setiap bulan memeriksa payudara.



**Gambar 1.3 Kerangka Konsep**

#### **D. Hipotesis**

Menurut Sugiyono (2017) mendefinisikan hipotesis adalah jawaban sementara untuk suatu masalah penelitian. Hipotesis merupakan sifat sementara, Sehingga perlu masalah penelitian. Hipotesis merupakan sifat sementara, sehingga perlu pembuktian untuk kebenaran melalui data empirik dikumpulkan.