

## **BAB II**

### **TINJAUAN TEORI**

#### **2.1 Tinjauan Pustaka**

##### **2.1.1 Pengetahuan**

###### **2.1.1.1 Pengertian Pengetahuan**

Pengetahuan (*knowledge*) adalah suatu proses dengan menggunakan pancaindra yang dilakukan seseorang terhadap objek tertentu, pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang (Notoatmojo, 2010).

Pengetahuan adalah informasi yang dikombinasikan dengan pengalaman, konteks, interpretasi, refleksi dan perspektif. Pengetahuan dihasilkan melalui proses pemikiran dan inisiasi yang dilakukan oleh seseorang yang telah menerima data dan informasi (Wawan dan Dewi, 2011).

###### **2.1.1.2 Proses Pengetahuan**

Perilaku yang didasari oleh pengetahuan akan lebih langgeng dan bertahan lama daripada perilaku yang tidak didasari pengetahuan. (Notoatmodjo, 2010) mengungkapkan bahwa sebelum orang mengadopsi perilaku baru terjadi proses berurutan yakni :

1. *Awareness* (kesadaran), dimana orang tersebut menyadari dalam arti mengetahui terlebih dahulu terhadap stimulus (obyek).

2. *Interest* (merasa tertarik) terhadap stimulus atau obyek tersebut. Disini sikap obyek sudah mulai timbul.
3. *Evaluation* (menimbang-nimbang) terhadap baik dan tidaknya stimulus tersebut bagi dirinya. Hal ini berarti sikap responden sudah mulai timbul.
4. *Trial* (mencoba) dimana subyek sudah mulai mencoba melakukan sesuatu sesuai dengan apa yang dikehendaki oleh stimulus.
5. *Adoption*, dimana subyek berperilaku baru sesuai dengan pengetahuan, kesadaran dan sikapnya terhadap stimulus.

Namun Rogers menyimpulkan bahwa perilaku tidak selalu melewati batas-batas diatas. Tetapi apabila perilaku tersebut didasari oleh pengetahuan akan bersifat langgeng (Notoatmodjo, 2010).

#### 2.1.1.3 Tingkatan Pengetahuan

Menurut Nursalam & Efendi (2011) tingkat pengetahuan dapat dibagi menjadi 6 tingkatan yaitu sebagai berikut :

1. Tahu (*Know*)

Tahu diartikan sebagai mengingat suatu materi yang telah dipelajari sebelumnya. Tahu merupakan tingkatan pengetahuan yang paling rendah karena tingkatan ini hanya mengingat kembali (*recall*) terhadap suatu yang spesifik dari seluruh bahan yang dipelajari atau rangsangan yang telah diterima.

2. Memahami (*Comprehension*)

Memahami diartikan sebagai suatu kemampuan untuk menjelaskan

secara benar tentang objek yang diketahui, dan dapat mengikat prestasi materi tersebut secara benar. Mereka yang telah paham terhadap objek atau materi harus dapat menjelaskan, menyebutkan contoh, menyimpulkan, meramalkan dan sebagainya terhadap objek yang dipelajari.

3. Aplikasi (*Application*)

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

4. Analisis (*Analysis*)

Analisis adalah suatu kemampuan untuk menjabarkan materi atau suatu objek kedalam komponen-komponen, tetapi masih dalam struktur organisasi tersebut dan masih ada kaitannya satu sama lain. Kemampuan ini dapat dilihat dari penggunaan kata kerja, seperti dapat menggambarkan (membuat bagan), membedakan, memisahkan, mengelompokkan dan sebagainya.

5. Sintesis (*Synthesis*)

Sintesis adalah suatu kemampuan untuk menyusun formulasi baru dari formulasi-formulasi yang ada. Misalnya dapat menyusun, merencanakan, menyelesaikan terhadap suatu teori atau rumusan-rumusan yang telah ada.

## 6. Evaluasi (*Evaluation*)

Evaluasi berkaitan dengan kemampuan untuk melakukan justifikasi atau penilaian terhadap suatu materi atau objek. Penilaian-penilaian itu berdasarkan suatu kriteria-kriteria yang telah ada. Pengukuran pengetahuan dapat dilakukan dengan wawancara atau angket berisi materi yang ingin diukur dari subjek penelitian.

### 2.1.1.4 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Pengetahuan

Faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan yaitu (Budiman dan Riyanto, 2013):

#### 1. Pendidikan

Pendidikan adalah sebuah proses perubahan sikap atau perilaku seseorang atau kelompok dan juga usaha mendewasakan manusia melalui pengajaran dan pelatihan.

#### 2. Informasi

Informasi adalah sesuatu yang dapat diketahui dan informasi sebagai transfer pengetahuan. Seseorang yang mempunyai sumber informasi baik formal maupun nonformal dapat memberikan pengaruh atau peningkatan pengetahuan.

#### 3. Sosial, budaya dan ekonomi

Tradisi, kebiasaan dan tingkah laku yang dilakukan seseorang tanpa melalui penalaran akan bertambah dalam memenuhi pengetahuan kebutuhan yang memiliki sikap dan kepercayaan. Status ekonomi juga akan menentukan tersedianya suatu fasilitas yang diperlukan untuk kegiatan tertentu

#### 4. Pengalaman

Sesuatu yang dialami seseorang akan menambah pengetahuan dengan cara memperoleh kebenaran pengetahuan dengan cara mengulang kembali pengetahuan yang diperoleh dalam memecahkan masalah yang dihadapi.

#### 5. Usia

Semakin bertambah usia akan semakin berkembang pula daya tangkap dan pola pikir sehingga pengetahuan yang diperoleh semakin membaik.

##### 2.1.1.5 Pengukuran pengetahuan

Pengetahuan dapat diukur dengan wawancara atau angket yang menanyakan tentang isi materi akan diukur dari responden. Hasil ukur pengetahuan dapat terbagi menjadi tiga, yaitu (Notoatmodjo, 2010):

1. Pengetahuan baik, jika skor 76% sampai dengan 100%.
2. Pengetahuan cukup, jika skor 56% sampai 75%.
3. Pengetahuan kurang, jika skor kurang dari 56%.

### **2.1.2 Perilaku**

#### 2.2.1 Pengertian Perilaku

Perilaku (manusia) adalah semua kegiatan atau aktivitas manusia, baik yang dapat diamati langsung maupun yang tidak dapat diamati langsung (Notoatmodjo, 2010). Perilaku adalah kegiatan atau aktivitas organism yang bersangkutan, yang dapat diamati secara langsung maupun

tidak langsung. Perilaku manusia dapat terbentuk akibat adanya dorongan atau stimulus dari dalam diri manusia itu sendiri, dorongan tersebut merupakan suatu usaha untuk memenuhi kebutuhannya. Perilaku juga dapat dipengaruhi oleh pengalaman-pengalaman masa lalu seseorang yang akan menimbulkan respon yang berbeda-beda terhadap stimulus yang diperoleh pada masing-masing individu tersebut (Fitriani, 2011).

Berdasarkan kedua pendapat di atas maka perilaku dapat disimpulkan sebagai semua kegiatan atau aktifitas manusia baik yang dapat diamati langsung maupun tidak langsung maupun tidak dapat diamati pihak luar. Perilaku manusia memang pada hakikatnya tindakan manusia itu sendiri yang bentangnya sangat luas dari mulai berjalan, berbicara, menangis, tertawa, bekerja, dan sebagainya.

### 2.2.2 Bentuk-bentuk Perilaku

Notoatmodjo (2010) membedakan bentuk perilaku menjadi dua jenis yaitu:

1. Perilaku tertutup (*covert behaviour*)

Respons seseorang terhadap stimulus dalam bentuk terselubung atau tertutup. Respons atau reaksi terhadap stimulus ini masih terbatas pada perhatian, persepsi, pengetahuan atau kesadaran dan sikap yang terjadi pada seseorang yang menerima stimulus tersebut, dan belum dapat diamati secara jelas oleh orang lain.

2. Perilaku terbuka (*overt behavior*)

Respons terhadap stimulus tersebut sudah jelas dalam bentuk tindakan atau praktik, yang dengan mudah dapat diamati atau dilihat orang lain.

### 2.2.3 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Perilaku

Menurut teori Lawrance Green dan kawan-kawan (dalam Notoatmodjo, 2010) menyatakan bahwa perilaku manusia dipengaruhi oleh dua faktor pokok, yaitu faktor perilaku (*behaviorcauses*) dan faktor diluar perilaku (*non behaviour causes*). Selanjutnya perilaku itu sendiri ditentukan atau terbentuk dari 3 faktor yaitu:

1. Faktor predisposisi (*predisposing factors*), yang mencakup pengetahuan, sikap, kepercayaan, keyakinan, nilai-nilai dan sebagainya.

- a. Pengetahuan

Apabila penerimaan perilaku baru atau adopsi perilaku melalui proses yang didasari oleh pengetahuan, kesadaran dan sikap yang positif, maka perilaku tersebut akan bersifat langgeng (*long lasting*) daripada perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan. Pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting dalam membentuk tindakan seseorang dalam hal ini pengetahuan yang tercakup dalam domain kognitif mempunyai 6 tingkatan (Notoatmodjo, 2010).

- b. Sikap

Sikap adalah suatu predisposisi (keadaan mudah terpengaruh) terhadap seseorang, ide atau obyek yang berisi komponen-komponen *cognitive*, *affective* dan *behavior* (Linggasari, 2008). Terdapat tiga komponen sikap, sehubungan dengan faktor-faktor lingkungan kerja, sebagai berikut :

- (1) Afeksi (*affect*) yang merupakan komponen emosional atau perasaan.
  - (2) Kognisi adalah keyakinan evaluatif seseorang. Keyakinan-keyakinan evaluatif, dimanifestasikan dalam bentuk impresi atau kesan baik atau buruk yang dimiliki seseorang terhadap objek atau orang tertentu.
  - (3) Perilaku, yaitu sebuah sikap berhubungan dengan kecenderungan seseorang untuk bertindak terhadap seseorang atau hal tertentu dengan cara tertentu (Winardi, 2009).
2. Faktor pemungkin (*enabling factor*), yang mencakup lingkungan fisik, tersedia atau tidak tersedianya fasilitas-fasilitas atau sarana-sarana keselamatan kerja, misalnya ketersedianya alat pendukung, pelatihan dan sebagainya.
  3. Faktor penguat (*reinforcement factor*), faktor-faktor ini meliputi undang-undang, peraturan-peraturan, pengawasan dan sebagainya (Notoatmodjo, 2010).

#### 2.2.4 Perubahan Perilaku

Niven (2008) menjelaskan bahwa proses perubahan perilaku meliputi lima tahap yaitu:

1. Proses kesadaran
2. Merasa tertarik
3. Menimbang-nimbang
4. Mencoba
5. Mengadopsi perilaku baru

### 2.2.5 Pengukuran Perilaku

Notoatmodjo (2010) mengemukakan cara mengukur perilaku atau praktik yang paling akurat dengan pengamatan atau observasi. Namun juga dapat dilakukan dengan wawancara dengan pendekatan *recall* atau mengingat kembali perilaku yang telah dilakukan responden.

## 2.1.3 Periksa Payudara Sendiri (SADARI)

### 2.1.3.1 Pengertian SADARI

SADARI adalah pemeriksaan payudara sendiri yang bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya kanker payudara pada wanita. Pemeriksaan ini dilakukan dengan menggunakan cermin dan dilakukan oleh wanita yang berumur 20 tahun ke atas. Indikasi utama SADARI adalah untuk mendeteksi terjadinya kanker payudara dengan mengamati payudara dari depan, sisi kiri dan sisi kanan, apakah ada benjolan, perubahan warna kulit, puting bersisik dan pengeluaran cairan atau nanah dan darah (Olfah dkk, 2013).

*American Cancer Society* merekomendasikan agar sejak usia 20 tahun, kaum wanita memeriksakan payudaranya setiap tiga tahun sekali sampai usia 40 tahun. Sesudahnya pemeriksaan dapat dilakukan sekali dalam setahun. Meskipun sebelum umur 20 tahun benjolan pada payudara bisa dijumpai, tetapi potensi keganasannya sangat kecil (Setiati, 2009).

Pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) adalah pengembangan kepedulian seorang wanita terhadap kondisi payudaranya sendiri. Tindakan

ini dilengkapi dengan langkah-langkah khusus untuk mendeteksi secara awal penyakit kanker payudara. Kegiatan ini sangat sederhana dan dapat dilakukan oleh semua wanita tanpa perlu merasa malu kepada pemeriksa, tidak membutuhkan biaya, dan bagi wanita yang sibuk hanya perlu menyediakan waktunya selama kurang lebih lima menit. Tidak diperlukan waktu khusus, cukup dilakukan saat mandi atau pada saat sedang berbaring. SADARI sebaiknya mulai dilakukan saat seorang wanita telah mengalami menstruasi. Tingkat sensitivitasnya (kemampuannya untuk mendeteksi kanker payudara) adalah sekitar 20-30% (Nisman, 20011).

Pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) untuk mendeteksi kanker payudara adalah cara termudah dan termurah mengetahui adanya benjolan yang kemungkinan besar berkembang menjadi kanker ganas. SADARI atau periksa payudara sendiri dengan rutin merabanya merupakan langkah penting untuk deteksi dini kanker payudara. Kebiasaan karena mudah, murah, cepat, dan efektif untuk semakin “mengenal” dan menyadari jika terdapat suatu hal yang tidak normal pada payudara.

Sebaiknya jangan tunggu ada benjolan di payudara karena jika hal itu sudah terjadi, maka kemungkinan menderita kanker payudara stadium 1 lebih besar. Pemeriksaan melalui ultrasonografi dan mamografi harus dilakukan secara berkala. Untuk wanita yang berusia 50 tahun ke atas, disarankan setiap tahun. Sementara yang berumur di bawah itu, bisa tiga tahun sekali. Meski begitu, jika ada benjolan, yang terdeteksi kanker

payudara dari lima wanita yang merasa ada benjolan paling hanya satu (Olfah dkk, 2013).

Pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) adalah pemeriksaan payudara sendiri untuk dapat menemukan adanya benjolan abnormal. Pemeriksaan ini dapat dilakukan sendiri tanpa harus pergi ke petugas kesehatan dan tanpa harus mengeluarkan biaya. *American Cancer Society* dalam proyek skrining kanker payudara menganjurkan pemeriksaan SADARI walaupun tidak dijumpai keluhanapapun. Dengan melakukan deteksi dini dapat menekan angka kematian sebesar 25-30%. Dalam melakukan deteksi dini seperti SADARI diperlukan minat dan kesadaran akan pentingnya kesehatan untuk meningkatkan kualitas hidup serta menjaga kualitas hidup untuk lebih baik (Mulyani, 2013).

Bentuk payudara biasanya berubah-ubah sebelum memasuki masa menstruasi, biasanya payudara terasa membesar, lunak, atau ada benjolan dan kembali normal ketika masa menstruasi selesai. Yang terpenting adalah mengenali perubahan mana yang biasa terjadi dan mana yang tidak keadaan normal dari payudara sendiri. Pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) secara rutin untuk dapat merasakan dan mengenal lekuk-lekuk payudara sehingga jika terjadi perubahan dapat segera diketahui. Waktu terbaik untuk memeriksa payudara adalah 7-10 hari setelah menstruasi selesai, pada saat itu payudara terasa lunak. Pemeriksaan tidak tepat dilakukan pada menjelang dan sewaktu menstruasi (Bustan, 2007).

SADARI optimum dilakukan pada sekitar 7-14 hari setelah awal siklus menstruasi karena pada masa itu retensi cairan minimal dan payudara dalam keadaan lembut, tidak keras, membengkak sehingga jika ada pembengkakan akan lebih mudah ditemukan (Mulyani, 2013).

#### 2.1.3.2 Manfaat SADARI

Menurut Nisman (2011) Deteksi dini merupakan langkah awal yang sangat penting untuk:

1. Mengetahui secara dini adanya tumor atau benjolan pada payudara sehingga dapat mengurangi tingkat kematian karena penyakit kanker tersebut.
2. Keuntungan dari deteksi dini bermanfaat untuk meningkatkan kemungkinan harapan hidup pada wanita penderita kanker payudara. Hampir 85% gangguan atau benjolan ditemukan oleh penderita sendiri melalui pemeriksaan dengan benar.
3. SADARI adalah metode termudah, tercepat, termurah, dan paling sederhana yang dapat mendeteksi secara dini kanker payudara

#### 2.1.3.3 Tujuan SADARI

Menurut Nisman (2011) tujuan SADARI sangat perlu dilakukan dengan bertujuan mengurangi kejadian kanker payudara sebagai berikut.

1. SADARI hanya mendeteksi secara dini kanker payudara, bukan untuk mencegah kanker payudara. Dengan adanya deteksi dini maka kanker payudara dapat terdeteksi pada stadium awal sehingga pengobatan dini akan memperpanjang harapan hidup penderita kanker payudara.

2. Menurunkan angka kematian penderita karena kanker yang ditemukan pada stadium awal akan memberikan harapan hidup lebih lama.

#### 2.1.3.4 Cara Memeriksa Payudara Sendiri (SADARI)

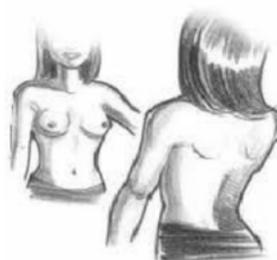
Menurut Proverawati (2010) dengan deteksi dini kanker payudara dapat dilakukan pemeriksaan payudara sendiri. Waktu yang tepat untuk periksa payudara sendiri adalah satu minggu setelah selesai haid. Jika siklus haid telah berhenti, maka sebaiknya dilakukan periksa payudara sendiri pada waktu yang sama setiap bulannya dan waktu yang dibutuhkan untuk melakukannya tidak lebih dari 5 menit. Terbukti 95% wanita yang terdiagnosis pada tahap awal kanker payudara dapat bertahan hidup lebih dari lima tahun setelah terdiagnosis sehingga banyak dokter yang merekomendasikan agar para wanita menjalani SADARI (periksa payudara sendiri) pada saat menstruasi, pada hari ke 7 sampai dengan hari ke 10 setelah hari pertama haid di rumah secara rutin dan menyarankan dilakukannya pemeriksaan rutin tahunan untuk mendeteksi benjolan pada payudara. Pemeriksaan payudara sendiri dapat dilakukan pada usia 20 tahun kurang atau lebih.

1. Buka baju dan tanggalkan pakaian-bra anda dan berdiri tegak di depan cermin dengan kedua lengan lurus ke bawah. Perhatikan ada-tidaknya perubahan ukuran dan bentuk dari payudara anda, seperti lekukan atau kerutan dari kulit.

## 2. Melihat payudara di hadapan cermin

Langkah ini dilakukan untuk mengetahui bentuk payudara simetris atau tidak dengan langkah-langkah sebagai berikut.

- a. Melihat perubahan bentuk dan besarnya, perubahan puting susu, serta kulit payudara didepan kaca. Sambil berdiri tegak depan cermin, posisi kedua lengan lurus ke bawah disamping badan. Perhatikan bentuk dan ukuran payudara. Normal jika ukuran satu dengan yang lain tidak sama. Kemudian, perhatikan juga bentuk puting dan warna kulit. Rata-rata payudara berubah tanpa kita sadari. Perubahan yang perlu diwaspadai adalah jika payudara berkerut, cekung ke dalam, atau menonjol ke depan karena benjolan. Puting yang berubah posisi di mana seharusnya menonjol keluar, malahan tertarik ke dalam, dengan warna memerah, kasar, dan terasa sakit.



Gambar 2.1. Melihat Bentuk Payudara di Cermin

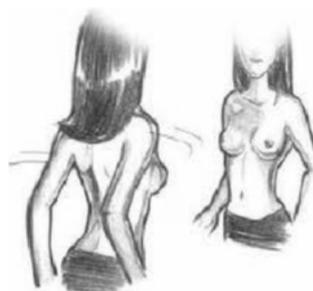
- b. Periksa payudara dengan tangan diangkat diatas kepala. Dengan maksud untuk melihat retraksi kulit, perlekatan tumor terhadap otot atau fascia dibawahnya atau kelainan pada kedua payudara. Kembali amati perubahan yang terjadi pada payudara anda, seperti

perubahan warna, tarikan, tonjolan, kerutan, perubahan bentuk puting atau permukaan kulit menjadi kasar.



Gambar 2.2 Periksa Payudara dengan diangkat Kedua Tangan

- c. Berdiri tegak didepan cermin dengan tangan disamping kanan dan kiri. Miringkan badan ke kanan dan kiri untuk melihat perubahan pada payudara



Gambar 2.3. Gambar Berdiri di Depan Cermin Tangan Disamping

- d. Menegangkan otot-otot bagian dada dengan berkacak pinggang / tangan menekan pinggul dimaksudkan untuk menegangkan otot di daerah axilla. Lalu perhatikan apakah ada kelainan seperti di atas. Masih dengan posisi demikian, bungkukkan badan dan tandai apakah ada perubahan yang mencurigakan atau kelainan pada puting.



Gambar 2.4. Menegangkan Otot Bagian dengan Berkacak Pinggang

- e. Di mulai dari payudara kanan, baring menghadap ke kiri dengan membengkokkan kedua lutut anda. Letakkan bantal atau handuk mandi yang telah dilipat di bawah bahu sebelah kanan untuk menaikkan bagian yang akan diperiksa. Kemudian letakkan tangan kanan anda di bawah kepala. Gunakan tangan kiri anda untuk memeriksa payudara kanan. Gunakan telapak jari-jari anda untuk memeriksa sembarang benjolan atau penebalan. Periksa payudara Anda dengan menggunakan Vertical Strip dan Circular membentuk sudut 90 derajat. Memeriksa seluruh bagian payudara dengan cara vertical, dari tulang selangka dibagian atas ke bra-line di bagian bawah, dan garis tengah antara kedua payudara ke garis tengah bagian ketiak anda. Gunakan tangan kiri untuk mengawali pijatan pada ketiak. Kemudian putar dan tekan kuat untuk merasakan benjolan. Gerakkan tangan anda perlahan-lahan ke bawah bra line dengan putaran ringan dan tekan kuat di setiap tempat. Di bagian bawah bra line, bergerak kurang lebih 2 cm kekiri dan terus ke arah atas menuju tulang selangka dengan

memutar dan menekan. Bergeraklah ke atas dan ke bawah mengikuti pijatan dan meliputi seluruh bagian yang ditunjuk.



Gambar 2.5. Tahap 1 Persiapan SADARI



Gambar 2.6. Tahap 2 Pemeriksaan Payudara dengan Vertikal Strip

- f. Berawal dari bagian atas payudara anda, buat putaran yang besar. Bergeraklah sekeliling payudara dengan memperhatikan benjolan yang luar biasa. Buatlah sekurang-kurangnya tiga putaran kecil sampai ke puting payudara. Lakukan sebanyak 2 kali. Sekali dengan tekanan ringan dan sekali dengan tekanan kuat. Periksa bagian bawah areola mammae. Tekanan payudara memutar searah jarum jam dengan bidang datar dari jari-jari anda yang dirapatkan. Dimulai dari posisi jam 12.00 pada bagian puting susu.



Gambar 2.7. Tahap 3 Pemeriksaan Payudara dengan Cara Memutar

- g. Menggunakan kedua tangan, kemudian tekan payudara anda untuk melihat adanya cairan abnormal dari puting payudara.



Gambar 2.8 Tahap 4 Pemeriksaan Cairan di Puting Payudara

- h. Letakkan tangan kanan Anda ke samping dan rasakan ketiak anda ke samping dan rasakan ketiak anda dengan teliti, apakah teraba benjolan abnormal atau tidak.



Gambar 2.9 Tahap 5 Memeriksa Ketiak

#### 2.1.3.5 Tindak Lanjut Hasil Pemeriksaan SADARI

Henny (2007) menyatakan apabila Anda tidak melakukan Skrining dan deteksi dini dengan pemeriksaan payudara sendiri setiap bulan 5-7 hari setelah menstruasi akan mendapatkan temuan masalah kanker payudara atau kelainan yang terjadi di payudara seperti memiliki ada sejumlah tanda yang harus diwaspadai yang menunjukkan suatu ketidaknormalan pada payudara. Hal-hal berikut ini dapat menandakan

adanya kanker payudara tanda-tanda khusus kanker payudara sebagai berikut:

1. Terdapat benjolan kecil pada jaringan disekeliling payudara biasanya tanpa rasa sakit walaupun 25% kanker dihubungkan dengan suatu rasa tidak nyaman.
2. Puting susu yang terlipat ke dalam.
3. Perubahan tekstur atau rasa seperti perubahan warna kulit dan terdapat kerutan-kerutan pada kulit payudara.
4. Rasa tidak nyaman atau kesadaran rutin terhadap salah satu payudara.
5. Suatu perubahan pada puting susu atau pengeluaran spontan dari puting susu (jarang-jarang).
6. Bintik-bintik getah bening yang membengkak di bawah ketiak Anda yang berbintik-bintik adalah tanda meningkatnya penyakit.
7. Terjadi pembengkakan, benjolan yang keras, padat, tidak sakit, jika ditekan tidak bergerak pada tempatnya, dan hanya teraba pada salah satu payudara.
8. Terjadi perlukaan seperti keluar darah atau nanah dari puting susu
9. Timbul rasa nyeri
10. Terjadi pembengkakan di daerah ketiak atau puting susu seperti gatal, terasa bakar, dan tertarik ke dalam
11. Terjadi perlukaan di daerah ketiak.

Mulyani (2013) SADARI baru dilakukan oleh sebagian kecil kaum wanita. Diperkirakan hanya 25% sampai 30% wanita yang melakukan pemeriksaan payudara sendiri dengan baik dan teratur setiap bulannya. Umumnya langkah ini dihindari karena menimbulkan bayangan menakutkan. Pertama sadarilah bahwa upaya SADARI yang kita lakukan adalah untuk melakukan deteksi dini- sangat awal- sehingga kita punya harapan besar bahwa masalah yang kita temui adalah masalah yang ringan, bisa diobati, dan penyembuhannya dapat dilakukan dengan baik. Yang kedua adalah berusaha untuk tenang jika menemukan benjolan. Jangan berusaha memijat-mijat benjolan tersebut karena pemijatan tidak akan membuat benjolan mengecil, sebaliknya justru dapat membuat masalah menjadi lebih berat jika benjolan ini merupakan masalah atau penyakit. Yang ketiga adalah segera konsultasikan dengan dokter yang tepat untuk mendapatkan pemeriksaan lebih lanjut.

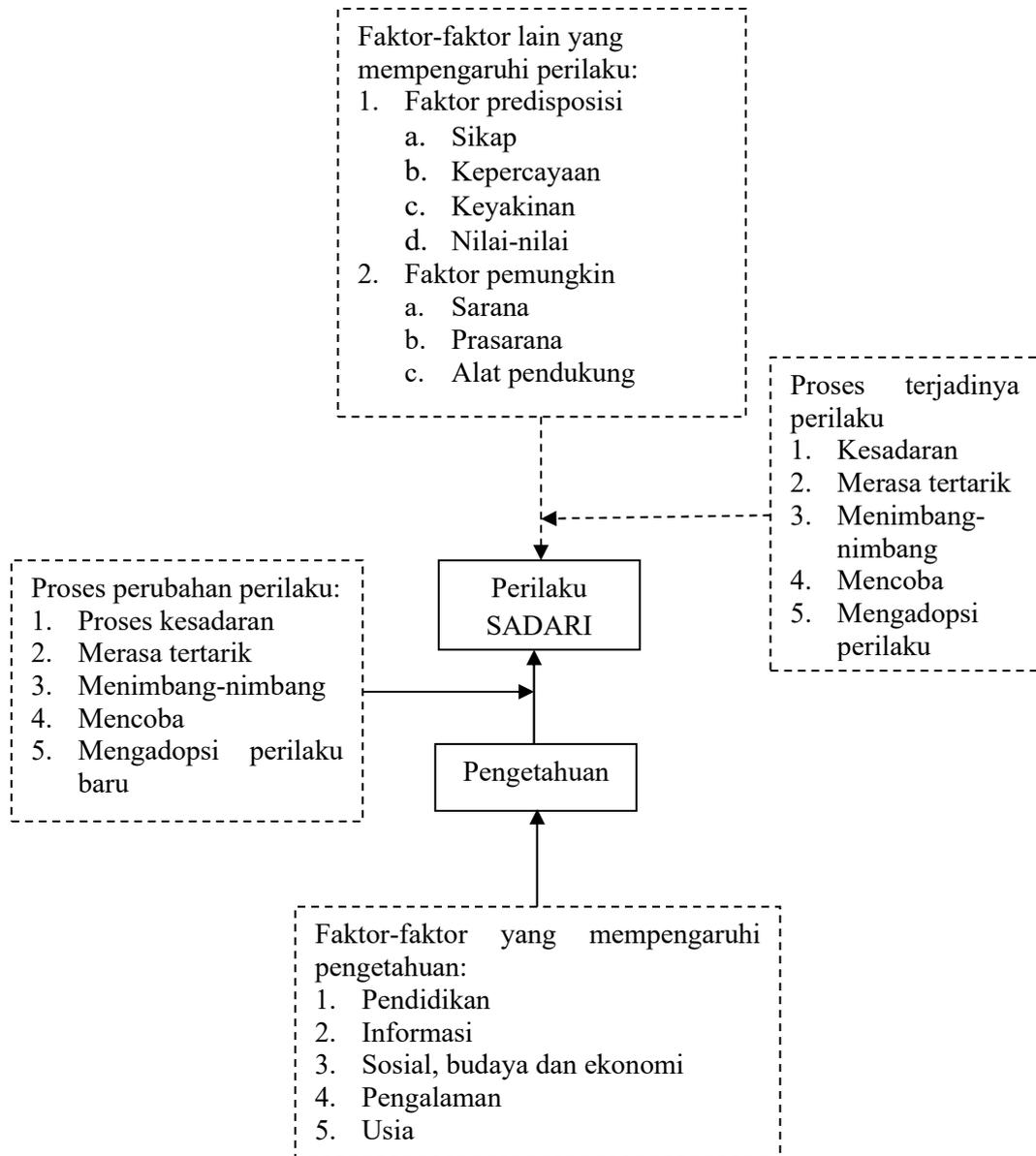
#### 1. Mammografi

Mammografi merupakan proses pemeriksaan payudara manusia menggunakan sinar-X dosis rendah (umumnya berkisar 0,7 mSv). Melalui pemeriksaan Mammografi, angka kematian karena kanker payudara dapat diturunkan sampai 30%. Metode mammografi, sinar X yang dipancarkan sangat kecil, sehingga metode ini relatif mudah. Mammografi merupakan suatu tes yang aman yang bertujuan untuk melihat adanya masalah pada payudara wanita.

## 2. Biopsi

Suatu tes untuk mengambil sejumlah kecil jaringan dari benjolan dan daerah sekitar benjolan. Jaringan tersebut dikirim ke laboratorium untuk dilakukan tes, dicari adanya perubahan-perubahan yang menunjukkan adanya kanker. Benjolan atau perubahan yang ditemukan pada payudara dapat bersifat jinak (bukan kanker) atau ganas (kanker) dan jika kanker payudara dapat lebih dini maka wanita kemungkinan bertahan dari penyakit ini lebih baik serta banyak terapi untuk kanker payudara.

## 2.2 Kerangka Teori



Keterangan:

Diteliti =

Tidak diteliti =

Gambar 2.10. Kerangka Teori

Sumber: Budiman dan Riyanto (2013), dan Notoatmodjo (2010)

### 2.3 Kerangka Konsep



Gambar 2.11. Kerangka Konsep

### 2.4 Hipotesis

Arikunto (2010) mengartikan hipotesis sebagai suatu teori sementara yang kebenarannya perlu diuji. Ada 2 hipotesis yaitu hipotesis statistik atau disebut juga hipotesis 0 atau  $H_0$  dan hipotesis kerja atau  $H_a$  atau hipotesis alternatif. Hipotesis penelitian adalah jawaban sementara penelitian atau dalil sementara sebenarnya akan dibuktikan dalam penelitian (Notoatmodjo, 2010)

$H_0$  : tidak ada hubungan tingkat pengetahuan tentang SADARI dengan perilaku SADARI siswi SMK N 3 Singkawang Kalimantan Barat.

$H_a$  : ada hubungan tingkat pengetahuan tentang SADARI dengan perilaku SADARI siswi SMK N 3 Singkawang Kalimantan Barat.