

EFEKTIVITAS EDUKASI “PEMERIKSAAN PAYUDARA SENDIRI (SADARI)” TERHADAP PERILAKU REMAJA PUTRI DALAM PENCEGAHAN DINI KANKER PAYUDARA DI SMP PLUS AL-FATMIAH BOJONEGORO

Andin Ajeng Rahmawati ^{1*}, Fela Putri Hariastuti ²

^{1*}D3 Kebidanan, Fakultas Kesehatan

ISTeK Insan Cendekia Husada Bojonegoro

Email: andinajeng88@gmail.com

Abstrak

Pendahuluan. Kanker payudara merupakan salah satu penyebab utama morbiditas dan mortalitas pada perempuan di dunia. Upaya deteksi dini melalui Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI) dapat meningkatkan peluang ditemukannya kelainan payudara pada stadium awal sehingga penanganan dapat dilakukan lebih cepat. Namun, praktik SADARI pada remaja putri masih belum optimal sehingga diperlukan edukasi kesehatan sebagai upaya meningkatkan perilaku deteksi dini kanker payudara sejak usia remaja.

Tujuan. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis efektivitas edukasi Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI) terhadap perilaku remaja putri dalam deteksi dini kanker payudara di SMP Plus Al-Fatimah Bojonegoro.

Metode. Penelitian ini menggunakan desain pre-experimental dengan pendekatan *one group pretest-posttest design*. Sampel penelitian berjumlah 112 remaja putri yang dipilih menggunakan teknik cluster random sampling. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner perilaku SADARI yang telah memenuhi uji validitas dan reliabilitas dengan nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0,847. Analisis data dilakukan menggunakan uji *Wilcoxon Signed Rank Test* dengan tingkat signifikansi $\alpha=0,05$.

Hasil. Sebelum diberikan edukasi SADARI, sebagian besar responden memiliki perilaku SADARI positif sebanyak 68 responden (60,7%), sedangkan 44 responden (39,3%) memiliki perilaku SADARI negatif. Setelah diberikan edukasi, jumlah responden dengan perilaku SADARI positif meningkat menjadi 95 responden (84,8%), sedangkan perilaku SADARI negatif menurun menjadi 17 responden (15,2%). Hasil uji *Wilcoxon Signed Rank Test* menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara perilaku SADARI sebelum dan sesudah pemberian edukasi ($p<0,001$).

Kesimpulan. Edukasi Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI) menunjukkan efektivitas dalam meningkatkan perilaku remaja putri terkait deteksi dini kanker payudara. Edukasi kesehatan yang dilakukan secara berkelanjutan di lingkungan sekolah dapat menjadi strategi promotif dan preventif untuk meningkatkan kesadaran serta perilaku deteksi dini kanker payudara pada remaja putri.

Kata kunci: SADARI, perilaku, deteksi dini, kanker payudara, remaja putri.

EFFECTIVENESS OF BREAST SELF-EXAMINATION (BSE) EDUCATION ON ADOLESCENT GIRLS' BEHAVIOR IN EARLY BREAST CANCER DETECTION AT SMP PLUS AL-FATIMAH BOJONEGORO

Andin Ajeng Rahmawati^{1*}, Fela Putri Hariastuti²

^{1&2*}*Diploma in Midwifery, Faculty of Health*

ISTeK Insan Cendekia Husada Bojonegoro

Email:andinajeng88@gmail.com

Abstract

Background. Breast cancer is one of the leading causes of morbidity and mortality among women worldwide. Early detection through Breast Self-Examination (BSE) can increase the possibility of identifying breast abnormalities at an early stage, allowing timely management. However, BSE practice among adolescent girls remains suboptimal; therefore, health education is needed to improve early breast cancer detection behavior from adolescence.

Objective. This study aimed to analyze the effectiveness of Breast Self-Examination (BSE) education on adolescent girls' BSE practice behavior for early breast cancer detection at SMP Plus Al-Fatimah Bojonegoro.

Methods. This study employed a pre-experimental design with a one-group pretest-posttest approach. The sample consisted of 112 adolescent girls selected using cluster random sampling. Data were collected using a BSE behavior questionnaire that had been tested for validity and reliability, with a Cronbach's Alpha value of 0.847. Data were analyzed using the Wilcoxon Signed Rank Test with a significance level of $\alpha=0.05$.

Results. Before receiving BSE education, 68 respondents (60.7%) demonstrated positive BSE behavior, while 44 respondents (39.3%) demonstrated negative behavior. After the educational intervention, positive BSE behavior increased to 95 respondents (84.8%), while negative behavior decreased to 17 respondents (15.2%). The Wilcoxon Signed Rank Test showed a significant difference between BSE behavior before and after the intervention ($p<0.001$).

Conclusion. Breast Self-Examination (BSE) education was effective in improving adolescent girls' BSE practice behavior for early breast cancer detection. Continuous school-based health education programs can serve as promotive and preventive strategies to improve awareness and early detection behavior among adolescent girls.

Keywords: Breast Self-Examination (BSE), behavior, early detection, breast cancer, adolescent girls.

Pendahuluan

Masa remaja merupakan periode strategis dalam pembentukan perilaku kesehatan karena kebiasaan yang terbentuk sejak usia dini dapat memengaruhi perilaku kesehatan pada masa dewasa. Pengenalan SADARI sejak remaja tidak bertujuan sebagai metode diagnosis kanker payudara, tetapi sebagai upaya meningkatkan kesadaran terhadap perubahan pada payudara serta membangun kesiapan dalam melakukan deteksi dini secara mandiri. Oleh karena itu, pemberian edukasi SADARI pada remaja putri menjadi salah satu strategi promotif dan preventif dalam meningkatkan kesadaran kesehatan reproduksi. Kanker payudara merupakan salah satu masalah kesehatan yang memiliki beban penyakit tinggi pada perempuan di seluruh

dunia. Penyakit ini menjadi jenis kanker yang paling sering ditemukan pada perempuan dan masih berkontribusi besar terhadap angka kesakitan serta kematian. Tingginya angka kejadian kanker payudara tidak hanya berdampak pada kondisi fisik penderita, tetapi juga menimbulkan dampak psikologis, sosial, dan ekonomi yang signifikan. Keberhasilan penanganan kanker payudara sangat dipengaruhi oleh stadium saat diagnosis ditegakkan, sehingga upaya deteksi dini menjadi komponen penting dalam pencegahan dan pengendalian penyakit ini.

World Health Organization (WHO) melaporkan bahwa pada tahun 2022 terdapat sekitar 2,3 juta kasus baru kanker payudara yang mencakup 11,6% dari seluruh kasus kanker global, dengan sekitar 670.000 kematian. Di Indonesia, data *Global Cancer Observatory* (GLOBOCAN) tahun 2022 menunjukkan terdapat sekitar 66.271 kasus baru kanker payudara atau 16,2% dari seluruh kasus kanker yang terjadi. Tingginya angka kejadian tersebut menunjukkan bahwa kanker payudara masih menjadi masalah kesehatan masyarakat yang memerlukan perhatian serius melalui upaya promotif, preventif, dan deteksi dini yang berkelanjutan.

Pada tingkat provinsi, Profil Kesehatan Provinsi Jawa Timur Tahun 2023 menunjukkan bahwa dari seluruh wanita usia 30–50 tahun yang menjadi sasaran deteksi dini kanker payudara, hanya 22,2% yang telah menjalani pemeriksaan. Dari jumlah perempuan yang diperiksa tersebut ditemukan benjolan payudara pada 2.572 perempuan atau sebesar 0,2%. Selain itu, belum terdapat kabupaten/kota yang mencapai target nasional cakupan deteksi dini kanker payudara sebesar 70%. Sementara itu, data Dinas Kesehatan Kabupaten Bojonegoro menunjukkan bahwa dari 16.188 perempuan yang menjalani pemeriksaan deteksi dini kanker payudara dan kanker serviks ditemukan 41 kasus kanker payudara atau sekitar 0,3%. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa upaya peningkatan kesadaran dan perilaku masyarakat terhadap deteksi dini kanker payudara masih perlu ditingkatkan.

Perilaku deteksi dini kanker payudara perlu dibentuk sejak usia remaja karena masa remaja merupakan periode penting dalam pembentukan perilaku kesehatan. Remaja putri yang memiliki perilaku positif terhadap kesehatan reproduksi cenderung lebih siap menerapkan tindakan pencegahan penyakit pada masa dewasa. Salah satu metode deteksi dini kanker payudara yang sederhana, mudah dilakukan, tidak memerlukan biaya, dan dapat dilakukan secara mandiri adalah Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di SMP Plus Al-Fatimah Bojonegoro, masih ditemukan remaja putri yang belum menunjukkan perilaku optimal dalam melakukan SADARI

sebagai upaya deteksi dini kanker payudara. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa kesadaran dan perilaku remaja terhadap pentingnya deteksi dini kanker payudara masih perlu ditingkatkan. Apabila kondisi ini tidak mendapatkan perhatian, maka perilaku deteksi dini kanker payudara pada remaja berpotensi tetap rendah sehingga dapat memengaruhi kesiapan mereka dalam menjaga kesehatan reproduksi pada masa mendatang.

Salah satu strategi yang dapat dilakukan untuk meningkatkan perilaku remaja putri dalam deteksi dini kanker payudara adalah melalui edukasi kesehatan. Edukasi kesehatan berperan dalam memberikan informasi, meningkatkan pemahaman, serta mendorong terbentuknya perilaku kesehatan yang positif. Edukasi mengenai SADARI di lingkungan sekolah diharapkan mampu meningkatkan kesadaran dan perilaku remaja putri dalam melakukan pemeriksaan payudara secara mandiri sebagai upaya deteksi dini kanker payudara.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini dilakukan untuk menganalisis efektivitas edukasi Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI) terhadap perilaku remaja putri dalam deteksi dini kanker payudara di SMP Plus Al-Fatimah Bojonegoro.

Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis efektivitas edukasi Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI) terhadap perilaku remaja putri dalam deteksi dini kanker payudara di SMP Plus Al-Fatimah Bojonegoro.

Metode

Penelitian ini menggunakan desain pre-experimental dengan pendekatan one group pretest-posttest design. Desain tersebut digunakan untuk mengevaluasi perubahan perilaku remaja putri sebelum dan sesudah diberikan edukasi Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI).

Penelitian dilaksanakan di SMP Plus Al-Fatimah Bojonegoro pada tahun 2025. Populasi penelitian adalah seluruh siswi putri SMP Plus Al-Fatimah Bojonegoro yang memenuhi kriteria penelitian. Sampel penelitian berjumlah 112 responden yang dipilih menggunakan teknik cluster random sampling. Kriteria inklusi dalam penelitian ini meliputi siswi aktif SMP Plus Al-Fatimah Bojonegoro, bersedia menjadi responden penelitian, serta mengikuti seluruh rangkaian kegiatan penelitian dari pretest, pemberian edukasi, hingga posttest. Kriteria eksklusi yaitu responden yang tidak mengikuti salah satu tahapan penelitian.

Instrumen penelitian menggunakan kuesioner perilaku SADARI yang telah memenuhi uji validitas dan reliabilitas. Hasil uji reliabilitas menunjukkan nilai *Cronbach's Alpha* sebesar

0,847 yang menunjukkan bahwa instrumen memiliki reliabilitas yang baik dan layak digunakan dalam penelitian.

Pengumpulan data dilakukan dalam dua tahap, yaitu pretest sebelum pemberian edukasi dan posttest setelah edukasi diberikan. Materi edukasi meliputi pengertian SADARI, manfaat, waktu pelaksanaan, langkah-langkah pemeriksaan, serta pentingnya deteksi dini kanker payudara.

Data yang diperoleh dianalisis menggunakan uji *Wilcoxon Signed Rank Test* dengan tingkat kemaknaan $\alpha = 0,05$ untuk mengetahui perbedaan perilaku remaja putri sebelum dan sesudah pemberian edukasi SADARI.

Hasil

Penelitian ini melibatkan 112 remaja putri di SMP Plus Al-Fatimah Bojonegoro. Analisis dilakukan untuk mengetahui perubahan perilaku remaja putri sebelum dan sesudah diberikan edukasi Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI).

Perilaku Remaja Putri Sebelum Pemberian Edukasi SADARI

Tabel 1. Distribusi Perilaku Remaja Putri Sebelum Pemberian Edukasi SADARI di SMP Plus Al-Fatimah Bojonegoro Tahun 2025

No	Perilaku	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1	Positif	68	60,7
2	Negatif	44	39,3
Jumlah		112	100,0

Sumber: Data Primer, 2025

Berdasarkan Tabel 1 diketahui bahwa sebelum diberikan edukasi SADARI, sebagian besar responden menunjukkan perilaku positif terhadap pelaksanaan SADARI sebagai upaya deteksi dini kanker payudara sebanyak 68 responden (60,7%), sedangkan 44 responden (39,3%) menunjukkan perilaku negatif.

Perilaku Remaja Putri Sesudah Pemberian Edukasi SADARI

Tabel 2. Distribusi Perilaku Remaja Putri Sesudah Pemberian Edukasi SADARI di SMP Plus Al-Fatimah Bojonegoro Tahun 2025

No	Perilaku	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1	Positif	95	84,8
2	Negatif	17	15,2
Jumlah		112	100,0

Sumber: Data Primer, 2025

Berdasarkan Tabel 2 diketahui bahwa setelah diberikan edukasi SADARI, sebagian besar responden menunjukkan perilaku positif sebanyak 95 responden (84,8%), sedangkan 17 responden (15,2%) menunjukkan perilaku negatif.

Pengaruh Edukasi SADARI terhadap Perilaku Remaja Putri

Tabel 3. Hasil Analisis Pengaruh Edukasi SADARI terhadap Perilaku Remaja Putri Menggunakan Uji Wilcoxon Signed Rank Test

Variabel	N	p-value
Perilaku sebelum dan sesudah edukasi SADARI	112	0,000

Sumber: Data Primer, 2025

Hasil uji Wilcoxon Signed Rank Test menunjukkan nilai Asymp. Sig. (2-tailed) sebesar 0,000 ($p < 0,05$), sehingga terdapat perbedaan yang signifikan antara perilaku remaja putri sebelum dan sesudah diberikan edukasi SADARI.

Persentase perilaku positif meningkat dari 60,7% sebelum intervensi menjadi 84,8% setelah intervensi atau mengalami peningkatan sebesar 24,1%. Sebaliknya, persentase perilaku negatif menurun dari 39,3% menjadi 15,2%. Temuan ini menunjukkan bahwa edukasi Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI) efektif dalam meningkatkan perilaku remaja putri terkait deteksi dini kanker payudara.

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum diberikan edukasi SADARI, sebagian besar responden telah memiliki perilaku positif terhadap deteksi dini kanker payudara, yaitu sebesar 60,7%. Setelah diberikan edukasi, persentase perilaku positif meningkat menjadi 84,8%, sedangkan perilaku negatif menurun dari 39,3% menjadi 15,2%. Hasil uji Wilcoxon Signed Rank Test menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara perilaku remaja putri sebelum dan sesudah pemberian edukasi SADARI ($p < 0,05$). Temuan ini menunjukkan bahwa edukasi SADARI memberikan kontribusi positif terhadap peningkatan perilaku remaja putri dalam melakukan deteksi dini kanker payudara.

Peningkatan perilaku positif sebesar 24,1% menunjukkan bahwa edukasi kesehatan memiliki peran penting dalam membentuk perilaku kesehatan pada remaja. Menurut teori perilaku kesehatan yang dikemukakan oleh Notoatmodjo, perilaku seseorang dipengaruhi oleh informasi, pengalaman belajar, dan proses penerimaan stimulus yang diperoleh dari lingkungan. Edukasi yang diberikan secara terstruktur dapat meningkatkan pemahaman individu mengenai suatu masalah kesehatan sehingga mendorong terbentuknya perilaku yang lebih positif. Dalam penelitian ini, edukasi SADARI memberikan informasi mengenai pentingnya deteksi dini kanker payudara serta langkah-langkah pelaksanaan SADARI yang benar, sehingga responden terdorong untuk menerapkan perilaku deteksi dini secara mandiri. Perubahan perilaku yang terjadi setelah intervensi juga dapat dipengaruhi oleh karakteristik responden yang berada pada masa remaja. Masa remaja merupakan periode perkembangan

yang ditandai dengan tingginya rasa ingin tahu dan kemampuan menerima informasi baru. Pada tahap ini, pemberian edukasi kesehatan yang sesuai dengan kebutuhan remaja dapat meningkatkan kesadaran serta membentuk perilaku kesehatan yang lebih baik. Melalui edukasi SADARI, remaja putri memperoleh pemahaman mengenai pentingnya menjaga kesehatan payudara sejak dini sehingga muncul motivasi untuk menerapkan perilaku deteksi dini secara berkelanjutan.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Pratiwi et al. (2024), Rahmawati et al. (2024), dan Rizky et al. (2024) yang menunjukkan bahwa edukasi kesehatan mengenai SADARI mampu meningkatkan perilaku positif remaja putri dalam melakukan deteksi dini kanker payudara. Kesamaan hasil tersebut menunjukkan bahwa edukasi merupakan strategi yang efektif dalam membentuk perilaku kesehatan reproduksi yang positif pada remaja, khususnya dalam praktik deteksi dini kanker payudara melalui SADARI. Semakin baik edukasi yang diberikan, semakin besar peluang terjadinya perubahan perilaku yang mendukung upaya pencegahan dan deteksi dini kanker payudara.

Penelitian ini memiliki keterbatasan karena menggunakan desain one group pretest-posttest tanpa kelompok kontrol sehingga faktor luar yang dapat memengaruhi perubahan perilaku tidak dapat dikendalikan secara optimal. Selain itu, pengukuran perilaku dilakukan menggunakan kuesioner sehingga masih memungkinkan terjadinya bias subjektivitas responden. Meskipun demikian, hasil penelitian tetap memberikan gambaran bahwa edukasi SADARI memiliki kontribusi positif terhadap peningkatan perilaku remaja putri dalam deteksi dini kanker payudara.

Kesimpulan

Edukasi Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI) menunjukkan efektivitas dalam meningkatkan perilaku remaja putri terkait deteksi dini kanker payudara di SMP Plus Al-Fatihah Bojonegoro. Hal ini ditunjukkan dengan peningkatan proporsi perilaku SADARI positif dari 60,7% sebelum pemberian edukasi menjadi 84,8% setelah pemberian edukasi. Hasil uji Wilcoxon Signed Rank Test menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan antara perilaku SADARI sebelum dan sesudah intervensi ($p < 0,05$). Temuan ini menunjukkan bahwa edukasi SADARI dapat dijadikan sebagai salah satu strategi promotif dan preventif untuk meningkatkan kesadaran serta membentuk perilaku deteksi dini kanker payudara pada remaja putri.

Saran

Berdasarkan hasil penelitian, sekolah diharapkan dapat mengintegrasikan edukasi Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI) ke dalam program pendidikan kesehatan secara berkelanjutan guna meningkatkan pengetahuan, kesadaran, dan perilaku remaja putri dalam melakukan deteksi dini kanker payudara melalui SADARI. Tenaga kesehatan juga diharapkan dapat memperkuat kegiatan promosi kesehatan reproduksi melalui penyuluhan dan pelatihan SADARI yang sesuai dengan karakteristik remaja. Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk menggunakan desain penelitian yang lebih kuat, seperti *quasi-experimental* atau *randomized controlled trial* dengan kelompok kontrol, serta melakukan pengukuran jangka panjang untuk mengevaluasi keberlanjutan peningkatan pengetahuan dan perubahan perilaku setelah pemberian edukasi.

Daftar Pustaka

- American Cancer Society. (2023). *Breast Cancer Facts & Figures 2023–2024*. American Cancer Society.
- Dinas Kesehatan Kabupaten Bojonegoro. (2024). *Profil Kesehatan Kabupaten Bojonegoro Tahun 2023*. Dinas Kesehatan Kabupaten Bojonegoro.
- Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur. (2024). *Profil Kesehatan Provinsi Jawa Timur Tahun 2023*. Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur.
- Fitriani, Y., Yuatati, E., & Afriani, B. (2024). Pengaruh penyuluhan pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) dengan media leaflet terhadap pengetahuan remaja putri. *Jurnal Kesehatan Saelmakers PERDANA*, 7(2), 327–331. <https://doi.org/10.32524/jksp.v7i2.1249>
- International Agency for Research on Cancer (IARC). (2024). *Global Cancer Observatory: Cancer Today*. World Health Organization.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2023*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2024). *Panduan Pelaksanaan Deteksi Dini Kanker Payudara dan Kanker Leher Rahim*. Direktorat Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Tidak Menular.
- Khotimah, A., Ispandiyah, W., & Sulistiawati. (2024). Edukasi dan pelatihan pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) pada remaja putri. *Jurnal ABDIMAS Indonesia*, 2(2), 150–

158. <https://doi.org/10.59841/jurai.v2i2.1559>
- Notoatmodjo, S. (2014). *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta.
- Rahmawati, N., Ernawati, & Sumi, S. S. (2024). Komparasi edukasi SADARI antara metode audiovisual dan demonstrasi terhadap peningkatan pengetahuan pada remaja putri Madrasah Aliyah Negeri 3 Makassar. *JIMPK: Jurnal Ilmiah Mahasiswa & Penelitian Keperawatan*, 4(3), 52–58. <https://doi.org/10.35892/jimpk.v4i3.1472>
- Ridwan, M., Fibrila, F., Herlina, & Widiyanti, S. (2024). Edukasi dan pelatihan teknik pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) pada remaja putri di SMAN 4 Kota Metro. *Jurnal Pustaka Mitra*, 6(2). <https://doi.org/10.55382/jurnalpustakamitra.v6i2.1774>
- Rizky, A., Nuruniyah, Hastuti, L., Arfan, I., & Marlenywati. (2024). Peningkatan kesadaran dan keterampilan pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) di kalangan remaja putri. *Jurnal Pembelajaran Pemberdayaan Masyarakat*, 5(4), 805–812. <https://doi.org/10.33474/jp2m.v5i4.22339>
- Saidah, S., Frisilia, M., & Ovany, R. (2024). Hubungan tingkat pengetahuan dengan perilaku pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) pada remaja putri kelas X SMA Negeri 4 Palangka Raya. *Jurnal Surya Medika*, 10(2), 315–323.
- Sari, I., Septiana, M., & Sapitri, A. (2023). Peningkatan perilaku SADARI (Periksa Payudara Sendiri) pada perempuan terhadap upaya deteksi dini kanker payudara. *Indonesian Journal of Community Empowerment*, 5(1), 40–44.
- World Health Organization. (2023). *Global Breast Cancer Initiative Implementation Framework: Assessing, Strengthening and Scaling Up Services for the Early Detection and Management of Breast Cancer*. World Health Organization.