

PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP REMAJA PUTRI TENTANG SADARI

^{1*}Iin Aryani, ²Murbiah, ³Miskiyah Tamar

^{1,2,33}Program Studi Sarjana Keperawatan, Fakultas Keperawatan, Universitas Muhammadiyah Ahmad Dahlan, Palembang

*Email: iinaryanie05@gmail.com

Abstrak

Tujuan: Untuk mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan dan sikap remaja putri tentang SADARI di SMP Negeri 2 Palembang

Metode: Penelitian ini merupakan studi kuantitatif dengan desain pra-eksperimen menggunakan pendekatan *one group pre-test post-test*. Instrumen yang digunakan berupa kuesioner pengetahuan (20 pertanyaan) dan sikap (16 pertanyaan) yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Penelitian dilaksanakan pada tanggal 17-19 April 2024 dengan jumlah sampel sebanyak 38 siswi kelas IX yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Analisis data dilakukan dengan menggunakan uji *paired sample t-test*.

Hasil: Rata-rata nilai pengetahuan meningkat dari 54,87 menjadi 86,05 dengan selisih 31,18, sedangkan rata-rata nilai sikap meningkat dari 69,50 menjadi 87,68 dengan selisih 18,18. Hasil uji statistik menunjukkan nilai $p = 0,000$ yang berarti terdapat perbedaan signifikan antara sebelum dan sesudah intervensi.

Simpulan: Ada pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan dan sikap remaja putri tentang SADARI di SMP Negeri 2 Palembang.

Kata kunci: Pendidikan Kesehatan, Pengetahuan, Remaja Putri, SADARI, Sikap

THE EFFECT OF HEALTH EDUCATION ON THE KNOWLEDGE AND ATTITUDES OF ADOLESCENT GIRLS REGARDING BREAST SELF-EXAMINATION

Abstract

Aim: *To determine the influence of health education on the knowledge and attitudes of adolescent girls regarding BSE at SMP Negeri 2 Palembang*

Method: *This research is a quantitative study with a pre-experimental design using a one-group pre-test post-test approach. The instruments used were knowledge questionnaires (20 questions) and attitudes (16 questions), which were tested for validity and reliability. The study was conducted from April 17-19, 2024, with a sample of 38 ninth-grade female students selected using a purposive sampling technique. Data analysis was performed using a paired sample t-test.*

Result: *The average knowledge score increased from 54.87 to 86.05, with a difference of 31.18, while the average attitude score increased from 69.50 to 87.68, with a difference of 18.18. The statistical test results showed a p-value of 0.000, indicating a significant difference before and after the intervention.*

Conclusion: *Health education has an effect on the knowledge and attitudes of adolescent girls regarding breast self-examination at SMP Negeri 2 Palembang*

Keywords: *Adolescent Girls, Attitudes, BSE, Health Education, Knowledge*

PENDAHULUAN

Kanker payudara merupakan jenis tumor ganas yang paling sering dialami wanita dan menjadi salah satu penyebab utama kematian pada perempuan di seluruh dunia¹. Data *World Health Organization* (WHO) tahun 2022 melaporkan bahwa terdapat sekitar 2,3 juta wanita di dunia yang didiagnosis kanker payudara, dengan angka kematian mencapai 670.000 jiwa secara global². Di Indonesia, Kementerian Kesehatan (2021) menyatakan bahwa kanker payudara masih menempati urutan pertama kasus kanker pada wanita dengan estimasi 41,8 per 100.000 penduduk perempuan. Sementara itu, di Provinsi Sumatera Selatan tahun 2021 tercatat 315 kasus tumor atau benjolan payudara, dengan 64 kasus berasal dari Kota Palembang dan 11 di antaranya dicurigai kanker payudara.

Remaja mengalami perubahan fisik, psikis, dan sosial saat memasuki masa peralihan menuju dewasa³. Pertumbuhan dan perkembangan payudara merupakan salah satu perubahan fisik yang dialami remaja putri. Aktivitas hormon estrogen yang belum stabil pada masa ini meningkatkan potensi terjadinya masalah pada payudara. Hal ini penting diperhatikan karena jaringan payudara sebagian besar remaja sudah terbentuk sempurna, sehingga rentan terhadap risiko munculnya tumor payudara apabila tidak dijaga dengan baik⁴.

Tumor payudara saat ini semakin sering terdeteksi pada usia yang sangat muda, bahkan remaja berusia 14 tahun dapat menderita tumor payudara yang berpotensi berkembang menjadi kanker jika tidak terdeteksi sejak dini⁵. Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 juga menunjukkan bahwa prevalensi kanker payudara di Indonesia mencapai 2,9% pada perempuan, dengan kelompok usia 5-14 tahun sebesar 0,31% dan kelompok usia 15-24 tahun sebesar 0,47%. Hal ini membuktikan bahwa risiko kanker payudara dapat muncul sejak usia

remaja, sehingga upaya pencegahan melalui deteksi dini perlu dimulai sejak dini pula⁶.

Salah satu upaya deteksi dini yang sederhana dan mudah dilakukan adalah pemeriksaan payudara sendiri (SADARI). Metode ini efektif dilakukan di semua kelompok usia, termasuk remaja, karena hampir 85% benjolan di payudara ditemukan pertama kali oleh penderita sendiri². *American Cancer Society* merekomendasikan agar SADARI dilakukan secara rutin setiap bulan, terutama pada hari ke-7 hingga hari ke-10 setelah menstruasi, ketika kondisi payudara tidak nyeri dan lebih mudah diperiksa. Dengan demikian, SADARI seharusnya menjadi keterampilan dasar yang penting untuk diajarkan sejak masa remaja⁷.

Namun kenyataannya, tingkat praktik SADARI di masyarakat masih rendah. Data Riset Penyakit Tidak Menular (PTM) 2016 menunjukkan bahwa 53,7% wanita tidak pernah melakukan SADARI, dan hanya 46,3% yang pernah melakukannya⁸. Rendahnya praktik ini dipengaruhi oleh kurangnya pengetahuan, adanya anggapan tabu untuk meraba payudara sendiri, serta persepsi keliru bahwa SADARI hanya penting dilakukan oleh orang dewasa^{4,9}. Kurangnya informasi yang memadai dari sekolah, media, maupun keluarga juga semakin memperburuk keadaan. Akibatnya, banyak remaja putri yang tidak tahu apa itu SADARI, kapan harus dilakukan, serta bagaimana cara melakukannya dengan benar¹⁰.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada tanggal 16 Februari 2024 di SMP Negeri 2 Palembang terhadap 10 siswi kelas IX, diperoleh hasil bahwa 9 dari 10 siswi tidak mengetahui apa itu SADARI, kapan sebaiknya dilakukan, dan bagaimana cara melakukannya sehingga tidak pernah melakukan SADARI. Sementara itu, 1 siswi mengenal SADARI tetapi tidak tahu cara melakukannya dengan benar. Wawancara dengan guru UKS juga menunjukkan bahwa di

SMP Negeri 2 Palembang belum pernah ada informasi atau penyuluhan pendidikan kesehatan tentang SADARI.

Untuk mengatasi masalah tersebut, pendidikan kesehatan merupakan strategi yang efektif. Pendidikan kesehatan dapat meningkatkan pengetahuan, membentuk sikap positif, dan menumbuhkan perilaku kesehatan yang benar¹¹. Pemilihan media juga berperan penting dalam keberhasilan pendidikan kesehatan. Video animasi sebagai media audiovisual terbukti lebih menarik perhatian, mempermudah pemahaman, dan sesuai dengan gaya belajar remaja¹². Hal ini sejalan dengan teori *Cone of Experience* dari Edgar Dale yang menyatakan bahwa lebih dari 50% pembelajaran diperoleh melalui apa yang dilihat dan didengar¹³.

Selain itu, metode demonstrasi juga memberikan pengalaman langsung bagi remaja untuk melihat, mendengar, dan mempraktikkan cara melakukan SADARI, sehingga proses pembelajaran menjadi lebih bermakna¹⁴. Pemberian informasi melalui video dan demonstrasi sangat membantu remaja putri dalam menerima materi karena dapat menarik perhatian untuk lebih fokus, sehingga proses pembelajaran menjadi lebih efektif¹⁵.

Berdasarkan latar belakang di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang "Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Tentang SADARI Di SMP Negeri 2 Palembang". Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bagian dari upaya peningkatan pengetahuan dan sikap

remaja putri tentang SADARI melalui kegiatan pendidikan kesehatan.

METODE

Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan metode eksperimen yang disajikan dalam satu kelompok (*one group pretest-posttest*). Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *purposive sampling* dengan jumlah responden sebanyak 38 siswi kelas IX. Pemilihan sampel dilakukan berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi. Kriteria inklusi meliputi: (1) siswi kelas IX yang telah mengalami pubertas, dan (2) bersedia menjadi responden penelitian. Sedangkan kriteria eksklusi adalah: (1) siswi yang tidak hadir pada saat penelitian berlangsung, serta (2) siswi yang tidak mengikuti penelitian hingga selesai. Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 17-19 April 2024. Proses pengumpulan data dilakukan dengan memberikan pendidikan kesehatan menggunakan media video animasi dan metode demonstrasi. Instrumen penelitian berupa kuesioner pengetahuan dan sikap yang diukur sebelum (*pretest*) dan sesudah (*posttest*) intervensi. Kuesioner tersebut telah diuji validitas dan reliabilitasnya, dengan hasil seluruh item dinyatakan valid serta nilai *Cronbach's Alpha* masing-masing sebesar 0,795 (pengetahuan) dan 0,754 (sikap). Uji statistik yang digunakan adalah *paired sample t-test* karena data berdistribusi normal. Penelitian ini telah memperoleh persetujuan etik dari Komite Etik Penelitian Institut Ilmu Kesehatan Dan Teknologi Muhammadiyah Palembang dengan nomor registrasi 000424/KEP IkesT Muhammadiyah Palembang/2024.

HASIL

Analisis Univariat

Tabel 1
Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia (n=38)

Variabel	n	Mean	SD	Median	Min-Maks
Usia Responden	38	14,03	0,43	14,00	13-15

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa rata-rata usia responden yaitu 14,03 dengan usia termuda 13 tahun dan usia tertua 15 tahun.

Tabel 2
Pengetahuan Remaja Putri tentang SADARI Sebelum dan Sesudah diberikan Pendidikan Kesehatan (n=38)

Variabel	n	Mean	SD	Median	Min-Maks
Pengetahuan Sebelum	38	54,87	11,41	55,00	30-75
Pengetahuan Sesudah	38	86,05	10,72	87,50	60-100

(Sumber : Data Primer Tahun 2024)

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan nilai rata-rata pengetahuan remaja putri tentang SADARI sebelum diberikan pendidikan kesehatan adalah 54,87 dengan standar deviasi 11,41 dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan adalah 86,05 dengan standar deviasi 10,72.

Tabel 4
Sikap Remaja Putri tentang SADARI Sebelum dan Sesudah diberikan Pendidikan Kesehatan (n=38)

Variabel	n	Mean	SD	Median	Min-Maks
Sikap Sebelum	38	69,50	6,88	67,00	58-86
Sikap Sesudah	38	87,68	7,11	88,50	75-97

(Sumber : Data Primer Tahun 2024)

Berdasarkan tabel 4 menunjukkan nilai rata-rata sikap remaja putri tentang SADARI sebelum diberikan pendidikan kesehatan adalah 69,50 dengan standar deviasi 6,88 dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan adalah 87,68 dengan standar deviasi 7,11.

Analisa Bivariat

Tabel 5
Perbedaan Pengetahuan Remaja Putri Tentang SADARI Sebelum Dan Sesudah Diberikan Pendidikan Kesehatan (n=38)

Variabel	Mean	SD	Mean Difference	t	P Value
Pengetahuan Sesudah	86,05	10,72	31,18	20,92	0,000
Pengetahuan Sebelum	54,87	11,41			

(Sumber : Data Primer Tahun 2024)

Berdasarkan hasil analisis pada tabel 5, menunjukkan bahwa nilai rata-rata pengetahuan remaja putri tentang SADARI sebelum diberikan pendidikan kesehatan adalah 54,87 dengan standar deviasi 11,41, sedangkan setelah diberikan pendidikan kesehatan meningkat menjadi 86,05 dengan standar deviasi 10,72. Perbedaan rata-rata nilai pengetahuan ditunjukkan oleh kolom *mean difference* sebesar 31,18. Hasil uji statistik menggunakan *paired sample t-test* menunjukkan nilai signifikansi (p-value) sebesar

0,000 ($p < 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang bermakna antara pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan. Dengan demikian, hipotesis nol (H_0) ditolak dan hipotesis alternatif (H_a) diterima, yang berarti pendidikan kesehatan berpengaruh signifikan terhadap peningkatan pengetahuan remaja putri tentang SADARI di SMP Negeri 2 Palembang.

Tabel 6
Perbedaan Sikap Remaja Putri Tentang SADARI Sebelum Dan Sesudah
Diberikan Pendidikan Kesehatan (n=38)

Variabel	Mean	SD	Mean Difference	T	P Value
Sikap Sesudah	87,68	7,11			
			18,18	13,89	0,000
Sikap Sebelum	69,50	6,88			

(Sumber : Data Primer Tahun 2024)

Berdasarkan hasil analisis pada tabel 6, menunjukkan bahwa nilai rata-rata sikap remaja putri tentang SADARI sebelum diberikan pendidikan kesehatan adalah 69,50 dengan standar deviasi 6,88, sedangkan setelah diberikan pendidikan kesehatan meningkat menjadi 87,68 dengan standar deviasi 7,11. Perbedaan rata-rata nilai sikap ditunjukkan oleh kolom *mean difference* sebesar 18,18. Hasil uji statistik menggunakan *paired sample t-test* menunjukkan nilai signifikansi (p-value) sebesar 0,000 ($p < 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang bermakna antara sikap sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan. Dengan demikian, hipotesis nol (H_0) ditolak dan hipotesis alternatif (H_a) diterima, yang berarti pendidikan kesehatan berpengaruh signifikan terhadap sikap remaja putri tentang SADARI di SMP Negeri 2 Palembang.

PEMBAHASAN

Pengetahuan Remaja Putri tentang SADARI Sebelum dan Sesudah diberikan Pendidikan Kesehatan

Pengetahuan merupakan hasil dari proses tahu yang muncul setelah seseorang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu¹⁶. Faktor internal yang memengaruhi pengetahuan meliputi usia dan jenis kelamin, sedangkan faktor eksternal mencakup pendidikan, pengalaman, informasi, minat, serta lingkungan¹⁷. Kurangnya informasi menjadi salah satu faktor utama yang menghambat kesadaran remaja putri untuk melakukan deteksi dini kanker payudara melalui SADARI. Oleh karena itu, penyediaan informasi yang komprehensif, mudah

dipahami, dan sesuai dengan karakteristik remaja sangat diperlukan untuk meningkatkan pengetahuan mereka¹⁰.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum diberikan pendidikan kesehatan, sebagian besar remaja putri SMP Negeri 2 Palembang memiliki tingkat pengetahuan rendah tentang SADARI. Dari 38 responden, mayoritas tidak mengetahui pengertian, tujuan, waktu yang tepat, maupun langkah-langkah melakukan SADARI. Temuan ini konsisten dengan studi pendahuluan peneliti, di mana 9 dari 10 siswi mengaku belum pernah mengetahui SADARI sama sekali. Kondisi tersebut memperkuat bahwa keterbatasan akses informasi menjadi penyebab rendahnya pengetahuan remaja.

Hasil penelitian ini sejalan dengan temuan Diana & Tresnayanti (2020)¹⁸, yang melaporkan bahwa 28 responden remaja putri kelas VIII memiliki pengetahuan kurang sebelum diberikan pendidikan kesehatan, dengan nilai rata-rata (mean) 14,54 dan standar deviasi 2,659. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa rendahnya pengetahuan remaja putri tentang SADARI memang berhubungan erat dengan kurangnya edukasi yang mereka terima.

Berdasarkan hasil penelitian dan jurnal terkait, peneliti berasumsi bahwa rendahnya pengetahuan remaja putri sebelum diberikan pendidikan kesehatan terutama disebabkan karena mereka tidak pernah mendapatkan informasi tentang pemeriksaan payudara sendiri. Informasi berperan penting dalam membentuk pengetahuan, sehingga ketiadaan informasi berdampak pada ketidaktahuan responden mengenai SADARI.

Pendidikan kesehatan memiliki tujuan utama untuk menyampaikan pesan kesehatan kepada individu, kelompok, maupun masyarakat, dengan harapan dapat meningkatkan pengetahuan dan kesadaran⁹. Proses penyampaian informasi dapat dilakukan melalui berbagai metode, salah satunya dengan media ceramah, video, atau demonstrasi. Selama proses tersebut, pengetahuan penerima informasi bertambah melalui pemahaman materi baru, yang diharapkan dapat mendorong perubahan perilaku ke arah lebih sehat¹⁰. Setelah diberikan pendidikan kesehatan melalui video animasi dan demonstrasi, penelitian ini menunjukkan adanya peningkatan signifikan pada tingkat pengetahuan remaja putri. Analisis paired sample t-test membuktikan bahwa nilai rata-rata pengetahuan responden meningkat secara bermakna dibandingkan sebelum intervensi. Hal ini menegaskan bahwa pendidikan kesehatan efektif dalam menambah wawasan remaja putri mengenai pentingnya SADARI,

kapannya dilakukan, dan bagaimana langkah-langkahnya.

Hasil ini konsisten dengan penelitian Diana & Tresnayanti (2020)¹⁸, yang menemukan bahwa setelah diberikan pendidikan kesehatan, tingkat pengetahuan remaja putri meningkat dengan nilai rata-rata (mean) 16,86 dan standar deviasi 1,995.

Berdasarkan hasil penelitian dan jurnal terkait, peneliti berasumsi bahwa pendidikan kesehatan memiliki peran penting dalam meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang SADARI. Penyampaian informasi yang efektif terbukti membantu mereka memahami materi, mengingat kembali apa yang disampaikan, serta menjawab pertanyaan dengan lebih baik. Dengan demikian, pendidikan kesehatan dapat menjadi strategi yang tepat untuk meningkatkan kesadaran remaja putri mengenai deteksi dini kanker payudara melalui SADARI.

Sikap Remaja Putri tentang SADARI Sebelum dan Sesudah diberikan Pendidikan Kesehatan

Sikap merupakan respon evaluatif yang muncul ketika seseorang dihadapkan pada stimulus tertentu yang menuntut adanya tanggapan¹⁹. Sikap terbentuk setelah individu melakukan penilaian terhadap stimulus dan mengategorikannya sebagai baik atau buruk, positif atau negatif, menyenangkan atau tidak menyenangkan, yang kemudian menjadi dasar untuk bertindak⁴. Faktor-faktor yang dapat memengaruhi sikap antara lain pengalaman pribadi, pengaruh orang lain yang dianggap penting, kebudayaan, media massa, dan kondisi emosional²⁰. Salah satu faktor utama adalah pengaruh dari orang lain yang dianggap penting, seperti tenaga kesehatan. Dalam konteks SADARI, salah satu faktor penting adalah informasi dari tenaga kesehatan. Kurangnya informasi dapat membentuk sikap

negatif, sedangkan informasi yang benar dapat menumbuhkan sikap positif yang memengaruhi tindakan^{4,6}.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan⁴, yang menunjukkan bahwa sebelum diberikan pendidikan kesehatan, sebagian besar responden memiliki sikap yang negatif tentang pemeriksaan payudara sendiri. Dari 39 responden, 21 responden (53,8%) memiliki sikap negatif dengan nilai mean 26,72 dan standar deviasi 4,495.

Berdasarkan hasil penelitian dan jurnal terkait, peneliti berasumsi bahwa sikap negatif remaja putri sebelum intervensi disebabkan minimnya informasi yang mereka peroleh tentang pentingnya pemeriksaan payudara sendiri. Oleh karena itu, diperlukan pendidikan kesehatan yang tepat, menarik, dan sesuai dengan karakteristik remaja untuk membentuk pemahaman serta sikap yang lebih positif terhadap praktik SADARI.

Pendidikan kesehatan terbukti dapat mengubah sikap seseorang dari negatif menjadi positif⁷. Perubahan sikap terjadi seiring dengan peningkatan pengetahuan, karena pengetahuan yang benar akan memengaruhi cara pandang dan kesiapan bertindak¹⁰. Teori Green juga menegaskan bahwa pengetahuan berperan dalam membentuk sikap dan perilaku sehat. Dengan demikian, pemberian informasi yang tepat tentang SADARI akan berkontribusi langsung pada sikap yang lebih mendukung upaya deteksi dini kanker payudara¹⁰.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Jalil & Desreza (2022)⁴, yang menunjukkan bahwa setelah diberikan pendidikan kesehatan tentang pemeriksaan payudara sendiri, sebagian besar responden memiliki sikap yang positif. Dari 39 responden, 27 responden (69,2%) memiliki sikap positif dengan nilai mean 32,69 dan standar deviasi 4,137.

Berdasarkan hasil penelitian dan jurnal terkait, peneliti berasumsi bahwa pendidikan kesehatan memiliki peran penting dalam mengubah sikap remaja putri terhadap SADARI. Sebelum intervensi, sikap mereka cenderung negatif akibat minimnya informasi, namun setelah mendapatkan pendidikan kesehatan, sikap tersebut berubah menjadi positif karena meningkatnya pengetahuan dan kesadaran mengenai pentingnya SADARI sebagai langkah deteksi dini kanker payudara.

Perbedaan Pengetahuan Remaja Putri Tentang SADARI Sebelum Dan Sesudah Diberikan Pendidikan Kesehatan

Hasil analisis statistik dengan uji *paired sample t-test* menunjukkan nilai p-value 0,000. Hal ini membuktikan adanya perbedaan rata-rata pengetahuan remaja putri sebelum dan sesudah intervensi pendidikan kesehatan, sehingga dapat disimpulkan bahwa penyuluhan memberikan pengaruh signifikan terhadap peningkatan pengetahuan tentang SADARI di SMP Negeri 2 Palembang.

Pengetahuan sendiri didefinisikan sebagai hasil dari proses penginderaan seseorang terhadap suatu objek, yang kemudian menimbulkan pemahaman¹⁶. Peningkatan pengetahuan dapat dicapai melalui pendidikan kesehatan, karena kegiatan ini memungkinkan terjadinya komunikasi dua arah sehingga penerima informasi lebih mudah memahami materi¹⁴. Menurut Notoatmodjo, pengetahuan yang baik akan memperkuat pemahaman serta memudahkan penerimaan informasi baru²¹. Penelitian Anggraeni (2022)²² juga menguatkan bahwa pendidikan kesehatan terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang SADARI.

Dalam penelitian ini digunakan media audiovisual berupa video animasi serta metode demonstrasi. Media audiovisual terbukti lebih

unggul dibanding media audio saja karena mampu mengaktifkan lebih banyak area otak, yakni lobus oksipitalis untuk penglihatan dan lobus temporalis untuk pendengaran serta bahasa. Keterlibatan lebih banyak pusat pemrosesan informasi di otak membuat materi lebih mudah diserap dan diingat²³. Sementara itu, metode demonstrasi memberi kesempatan responden untuk melihat langsung dan mempraktikkan langkah SADARI, sehingga materi tidak hanya dipahami secara teori tetapi juga dalam bentuk keterampilan nyata¹⁴. Kombinasi audiovisual dan demonstrasi menjadi strategi yang efektif untuk meningkatkan retensi pengetahuan. Dengan melihat sekaligus mendengar proses SADARI, remaja putri memperoleh pemahaman lebih jelas, serta mampu mengingat materi lebih lama¹⁵.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Murniati (2023)²³ dengan 70 responden menunjukkan peningkatan rata-rata pengetahuan remaja putri tentang SADARI dari 6,30 sebelum menjadi 76,1 setelah diberikan pendidikan kesehatan menggunakan media audiovisual. Hasil statistik dengan p -value 0,000 ($<0,05$) menunjukkan peningkatan yang signifikan, menegaskan efektivitas media audiovisual dalam meningkatkan pengetahuan tentang SADARI.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Emilia (2021)⁸, yang menemukan perbedaan rata-rata pengetahuan remaja putri sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan dengan demonstrasi. Rata-rata pengetahuan meningkat dari 10,30 menjadi 14,25 setelah pendidikan. Hasil uji statistik menunjukkan nilai p -value 0,000 ($<0,05$), yang berarti ada pengaruh signifikan dari penyuluhan dengan demonstrasi.

Berdasarkan teori dan bukti empiris tersebut, dapat disimpulkan bahwa pendidikan kesehatan melalui kombinasi audiovisual dan demonstrasi efektif dalam meningkatkan

pengetahuan remaja putri mengenai SADARI. Proses penyampaian informasi yang melibatkan indera penglihatan dan pendengaran membuat materi lebih mudah dipahami, diingat, dan diaplikasikan. Hasil penelitian ini membuktikan adanya perbedaan signifikan sebelum dan sesudah intervensi, sekaligus menegaskan pentingnya pendidikan kesehatan sebagai sarana peningkatan kesadaran remaja terhadap deteksi dini kanker payudara melalui SADARI.

Perbedaan Sikap Remaja Putri Tentang SADARI Sebelum Dan Sesudah Diberikan Pendidikan Kesehatan

Hasil analisis statistik menggunakan uji *paired sample t-test* menunjukkan nilai p -value sebesar 0,000. Hal ini berarti terdapat perbedaan yang signifikan antara rata-rata sikap remaja putri tentang SADARI sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa pendidikan kesehatan berpengaruh terhadap perubahan sikap remaja putri tentang SADARI di SMP Negeri 2 Palembang.

Sikap merupakan perasaan, pikiran, serta kecenderungan yang relatif menetap terhadap suatu objek atau fenomena di lingkungan seseorang. Sikap mencerminkan kecenderungan evaluatif yang memengaruhi cara seseorang berinteraksi dengan objek tersebut. Informasi yang benar dapat mendorong terbentuknya sikap positif⁴. Pendidikan kesehatan memiliki peran penting dalam mengubah sikap dari negatif menjadi positif⁷. Media yang umum digunakan dalam pendidikan kesehatan meliputi audio-visual dan demonstrasi. Media audio-visual terbukti efektif membantu proses pembelajaran, baik secara massal, kelompok, maupun individual⁶.

Metode demonstrasi juga memberikan keuntungan, antara lain meningkatkan keterampilan sasaran, menarik perhatian, memudahkan pemahaman, serta

memungkinkan peserta mengamati secara nyata²³. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nurhayati et al. (2023)¹⁵, yang menjelaskan bahwa proses pembelajaran menggunakan metode demonstrasi terbukti efektif dalam meningkatkan hasil belajar siswa.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh²³, yang menunjukkan peningkatan nilai rata-rata sikap remaja putri setelah diberikan pendidikan kesehatan menggunakan video audiovisual. Sikap meningkat dari 24,64 menjadi 30,74. Nilai p-value 0,000 (<0,05) menandakan efektivitas penyuluhan dalam mempengaruhi sikap mereka terhadap SADARI.

Berdasarkan teori dan bukti empiris tersebut, dapat disimpulkan bahwa pemberian pendidikan kesehatan dengan media audio visual dan demonstrasi dapat meningkatkan rata-rata sikap remaja putri terhadap SADARI. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan sikap dan pengetahuan remaja putri setelah mendapatkan pendidikan kesehatan, yang mengindikasikan bahwa informasi yang diberikan dapat mempengaruhi sikap dan kesadaran mereka terhadap SADARI. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa pendidikan kesehatan berpengaruh pada sikap remaja putri terhadap SADARI, dengan menyebabkan peningkatan sikap yang lebih positif.

SIMPULAN

Pendidikan kesehatan terbukti berpengaruh signifikan terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap remaja putri tentang SADARI di SMP Negeri 2 Palembang. Rata-rata pengetahuan meningkat dari 54,87 menjadi 86,05, sedangkan sikap meningkat dari 69,50 menjadi 87,68. Hasil uji *paired sample t-test* menunjukkan perbedaan bermakna ($p < 0,05$). Dengan demikian, pendidikan kesehatan

melalui media video animasi dan demonstrasi efektif dalam meningkatkan pemahaman sekaligus membentuk sikap positif remaja putri terhadap SADARI.

Saran pada penelitian ini diharapkan penelitian ini dapat meningkatkan pengetahuan remaja putri dari berbagai sumber serta meningkatkan keterampilan tentang pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) agar setiap remaja putri tahu dan menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari.

REFERENSI

1. Lee SH, Park AR, Cho N. Background Parenchymal Enhancement at Postoperative Surveillance Breast MRI : Association with Future Second Breast Cancer Risk. *Radiology*. 2023;306(1).
2. Syahnel VM, Hasmiwati, Murni AW. Pengaruh Pendidikan Kesehatan terhadap Pengetahuan SADARI sebagai Deteksi Dini Tumor Payudara pada Remaja Putri di SMA N 3 Padang. *J Ilmu Kesehat Indones*. 2021;2(3):163–71.
3. Pratomo H, Sekarrini L, Siregar KN, Hanifah L, Kusumayati A. Kesehatan Reproduksi Remaja. 1 ed. Depok: Pt Raja Grafindo Persada; 2022.
4. Jalil SJ, Desreza N. Pengaruh Pendidikan Kesehatan terhadap Sikap Remaja Putri tentang Pemeriksaan Payudara Sendiri di SMA Babul Maghfirah Kecamatan Kuta Baro Kabupaten Aceh Besar. *J Healthc Technol Med*. 2022;8(2):1703–12.
5. Arfina N, Hamid A, Anggreny Y. Gambaran Pengetahuan Remaja Putri Dalam Melakukan Pemeriksaan Payudara Sendiri. *J Keperawatan Hang Tuah*. 2022;2.
6. Asyima, Rahmat B. Pengaruh Penggunaan Media Audio Visual Video Sadari Terhadap Tingkat Pengetahuan

- dan Sikap Santriwati Pondok Pesantren Tarbiyah Takalar. *J Kesehat Delima Pelamonia*. 2021;5(1):61–6.
7. Hamdanesti R, Rahmi A, Jepisa T. Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Tentang Sadari Di Sma Negeri 2 Padang. *J Ilmu Kesehat Mandira Cendikia*. 2022;130–9.
 8. Emilia, Sunarti, Wulandari S. Pengaruh Penyuluhan dan Demonstrasi terhadap Minat Ibu Melakukan Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI) Untuk Deteksi Dini Kanker Payudara di RW 014 Kelurahan Cibubur Jakarta Timur. *Kesehat dan Kebidanan*. 2021;10(2).
 9. Tulungen G, Sitompul M. Tingkat pengetahuan remaja putri tentang periksa payudara sendiri di sma advent tompaso. *J Kesehat*. 2022;10(1):48–53.
 10. Farlina S. Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri tentang Deteksi Dini Kanker Payudara melalui Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI). *Napande J Bidan*. 2023;2(1):9–18.
 11. Azmi F, Setyawati E, Ratnawati. Pengaruh Pendidikan Kesehatan Melalui Audiovisual Terhadap Kemampuan Sadari Pada Kader Posyandu. *J Compr Sci*. 2023;2(1):119–28.
 12. Adhistry Y. Penyuluhan Tentang Kesehatan Reproduksi Remaja Di Kadisono Guwosari Pajangan Bantul. *J Pengabd Masy Mulia Madani Yogyakarta*. 2023;1.
 13. Puspitasari M, Nainar AAA, Hikmah. Efektifitas Pendidikan Kesehatan Tentang Sadari Melalui Video Dan Leaflet Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Di Smp Nusantara 1 Tangerang. *J IMU Indones Midwifery J*. 2023;6(2).
 14. Purwati E. Perbedaan Hasil Penyuluhan Kesehatan Menggunakan Metode Audiovisual dan Demonstrasi Terhadap Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Sadari di SMPN 3 Pagedongan Banjarnegara. 2022;4:1–9.
 15. Nurhayati P, Hartiningsih SN, Isnaeni Y. Pengaruh Pendidikan Kesehatan Menggunakan Media Video, Demonstrasi, Dan Leaflet Terhadap Pengetahuan Sadari Pada Remaja Puteri. *J Ilmu Keperawatan*. 2023;12:106–11.
 16. Setyowati A, Meikawati PR. Efektifitas Media Pembelajaran Terhadap Peningkatan Pengetahuan Tentang Sadari Pada Remaja Putri Di Sma N Kota Pekalongan. 2021;6(1).
 17. Isnaeldha AS, Soelistyowati E, Padoli P, Kesehatan P, Kesehatan K, Putri R. Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Tentang Pemeriksaan Payudara Sendiri (Sadari) Di Bumi Cabean Asri Sidoarjo. *J Keperawatan*. 2023;17(2):59–64.
 18. Diana I, Tresnayanti N. Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Tentang Sadari Pada Remaja Putri Kelas Viii Di Smp Perjuangan Terpadu Kota Depok Tahun 2020. *J Kesehat dan Kebidanan*. 2020;10(2).
 19. Induniasih, Ratna W. Promosi Kesehatan Pendidikan Kesehatan dalam Keperawatan. Yogyakarta: Pustaka Baru Press; 2021.
 20. Philip RL, Aziz H, Larince, Nabila U. Efektivitas Penyuluhan Sadari Menggunakan Media Video Terhadap Peningkatan Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Di Wilayah Kerja Puskesmas Tanjung Buntung. *J Ilm Ilmu Kesehat dan Kedokt*. 2023;1(1).
 21. Putri L. Perbedaan Pengetahuan Dan Keterampilan Remaja Putri Tentang Pemeriksaan Payudara Sendiri Sebelum Dan Sesudah Penyuluhan Kesehatan Dengan Metode Demonstrasi Di Mtsn 1 Bondowoso Tahun 2023. *Jember*; 2023.
 22. Anggraeni E. Pengaruh Edukasi Kesehatan Reproduksi tentang Pemeriksaan Payudara Sendiri (

- SADARI) terhadap Pengetahuan Remaja Putri. 2022;3(3).
23. Murniati, Nurliah, Meutia CJ. Efektivitas Penyuluhan Menggunakan Video Audio Visual Sadari Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri. Darussalam Indones J Nurs Midwifery. 2023;1(5):1–10.