

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Pengetahuan

Pengetahuan merupakan hasil dari mengetahui, pengetahuan muncul ketika seseorang melakukan penelitian tentang suatu topik tertentu. Lima indera manusia, seperti penglihatan, pendengaran, penciuman, pengecap, dan peraba, merupakan sumber persepsi. Pengetahuan terbesar manusia didapat melalui mata dan telinga. (Darsini et al., 2019).

aktivitas berikut ini membentuk enam tingkatan pengetahuan:

1. Tahu (*Know*)

Bagian ini berfokus pada kemampuan untuk menerapkan materi yang telah diperoleh sebelumnya, Di antaranya adalah pengetahuan tentang subjek, fakta-fakta spesifik, konvensi, urutan dan kecenderungan, klasifikasi dan kategorisasi, metodologi, dan kriteria.

2. Memahami (*comprehension*)

Diartikan sebagai keterampilan yang dapat digunakan untuk menjelaskan objek yang diamati secara jelas dan memahami materi yang dimaksud secara akurat. Individu yang sudah mengemukakan pendapatnya tentang suatu objek atau materi tertentu harus mampu menjelaskannya, memberikan contoh, memotivasi orang, membuat prediksi, dan sebagainya, terkait dengan objek yang sedang dipelajari.

3. Aplikasi (*Application*)

Dalam konteks ini, aplikasi didefinisikan sebagai kemampuan untuk menerapkan informasi ke dalam situasi dunia nyata, di mana pengguna dapat menggunakannya dengan cara yang masuk akal.

4. Analisis (*Analysis*)

Dalam konteks ini, analisis dapat diartikan sebagai keterampilan memastikan bahwa ide-ide yang rumit disederhanakan menjadi lebih sederhana. Kemampuan ini mencakup analisis materi, identifikasi hubungan, dan identifikasi organisasi.

5. Sintesis (*Synthesis*)

Dalam konteks ini, sintesis dipandang sebagai kemampuan untuk menghasilkan dan menggabungkan unsur-unsur untuk menciptakan susunan unik. Kemampuan ini dapat digunakan untuk menghasilkan komunikasi unik, rencana, dan hubungan abstrak yang terpisah.

6. Evaluasi (*Evaluation*)

Kemampuan untuk memastikan, berdasarkan standar yang telah ditentukan, nilai suatu komponen dalam rangka mencapai tujuan yang ditetapkan merupakan inti dari penilaian dalam konteks ini. Hal ini sejalan dengan prinsip, teori, dan prosedur yang berlaku.

Faktor yang mempengaruhi pengetahuan antara lain:

a. Pendidikan

Selain meningkatkan kesejahteraan siswa, tujuan pendidikan adalah untuk meningkatkan kemampuan kerja dan keterampilan mereka di dalam dan di luar kelas.

b. Sumber informasi, atau media massa

Banyak bentuk komunikasi massa, termasuk televisi, radio, surat kabar, dan internet, sangat memengaruhi kredibilitas opini publik.

c. Sosial budaya

Budaya yang menyertai gaya hidup suatu keluarga dapat memengaruhi pengetahuan, kesadaran, dan sikap masyarakat terhadap suatu hal.

d. Pengalaman

Pengalaman, Bila digunakan sebagai basis pengetahuan, hal ini memungkinkan integrasi pemahaman saat ini dengan pemahaman yang telah diperoleh melalui penyelesaian masalah sebelumnya.

e. Lingkungan

Lingkungan mencakup semua hal yang ada dalam kehidupan seseorang, termasuk lingkungan biologis, sosial, dan fisik.

f. Usia

Semakin tua seseorang, semakin tinggi kemampuan mereka untuk memahami dan berpikir. Dengan demikian, pengetahuan yang diperoleh juga semakin bermanfaat dan bertambah.

B. Sikap

Sikap adalah tanggapan terhadap penilaian yang ditujukan pada suatu benda, orang, atau peristiwa tertentu. Hal ini memungkinkan orang untuk mengungkapkan pendapatnya tentang apa pun. Sikap dapat diwujudkan melalui perilaku, tetapi tidak sama dengan perilaku itu sendiri. Sikap adalah keengganan subjektif untuk bereaksi dalam cara yang dapat diprediksi terhadap suatu hal (Anggraini et al., 2022).

Sikap memiliki tiga komponen utama, yaitu sebagai berikut:

1. Keyakinan, juga dikenal sebagai keyakinan, ide, dan konsep yang terkait dengan suatu objek; yaitu, bagaimana keyakinan, opini, atau pemikiran seseorang tentang suatu objek.
2. Emosi atau penilaian terhadap suatu objek adalah saat kita menganalisis faktor emosional terhadap objek yang spesifik.
3. Kecenderungan akan bertindak (*tend to behave*), berarti sikap ialah penunjuk dari tindakan atau perilaku terbuka yang berkontribusi pada perilaku terbuka.

Selain pengetahuan, sikap ini terdiri dari berbagai tingkatan:

1. Menerima (*receiving*)
Hal ini menunjukkan bahwa subjek (orang yang menerima) peka dan mau menerima rangsangan (objek).
2. Merespons (*responding*)
Mengerjakan, menyelesaikan tugas yang diberikan, dan memberikan jawaban ketika ditanya merupakan sikap indikatif. Sebagai hasil dari usaha ini, yang bertujuan untuk menjawab pertanyaan atau melaksanakan tugas, orang dapat menerima ide-ide yang disebutkan di atas.
3. Menghargai (*valuing*)
Mengajak orang lain berdiskusi mengenai isu tertentu merupakan tanda keseriusan.
4. Bertanggung jawab (*responsible*)
Sikap tertinggi adalah bertanggung jawab atas segala hal.

C. Tindakan

Tindakan mengacu pada setiap kegiatan atau aktivitas yang dilakukan dengan tujuan dan maksud tertentu. Tindakan dapat berupa hal yang buruk atau baik.

Faktor-faktor yang mempengaruhi tindakan ialah:

1. *Stimulus (Pressure)*: Alasan mengapa orang melakukan hal ini adalah karena adanya tekanan, yang dapat berasal dari kebutuhan finansial, target keuangan yang sedang dipenuhi, kondisi ekonomi keluarga yang membaik, dan faktor lainnya. Hal ini mendorong orang untuk lebih giat dalam menangani tugas-tugas yang berhubungan dengan bisnis.
2. *Capability* (kapabilitas): Hal ini mengacu pada seberapa mampu dan sanggupnya suatu entitas tertentu melakukan kecurangan dalam lingkungan bisnis. Pada titik ini, salah satu contoh nyata adalah pergantian direksi, yang menciptakan suatu bentuk konflik kepentingan (Sari & Nugroho, 2020).
3. *Opportunity* (peluang): Selain kelemahan dalam pengembangan bisnis internal, pengawasan yang sangat efektif mendorong orang untuk berhati-hati dalam menjalankan tugas. Hal ini dapat mengidentifikasi situasi yang berpotensi mematikan bagi bisnis jika karyawan menggunakan kelemahan dalam pengendalian internal.
4. *Ego (Arrogance)*: Arogansi adalah rasa superioritas yang memengaruhi persepsi diri seseorang bahwa kendali internal mereka tidak ada pada diri mereka sendiri. Hal ini terjadi ketika kedudukan seseorang lebih tinggi daripada orang lain (Desviana dkk., 2020).

D. Remaja

Menurut WHO, populasi remaja berada di antara usia (10-19 tahun) Masa remaja, yang dikenal sebagai masa adolescence, Kemenkes menciptakan tiga periode berbeda untuk remaja: pertama (10–13 tahun), kedua (14–16 tahun), dan ketiga (17–19 tahun). Secara fisik, masa remaja ditandai dengan perubahan fisik dan psikologis, terutama yang berkaitan dengan organ reproduksi. Secara psikologis, masa remaja merupakan masa ketika individu mengalami perubahan dalam perkembangan kognitif, emosional, sosial, dan moral. (Kemenkes RI, 2020).

Pubertas adalah istilah lain untuk masa remaja. Kata ini digunakan untuk menggambarkan perubahan fisik dan mental yang cepat yang terjadi dalam tubuh sejak bayi hingga usia tua. Menurut psikologi, remaja adalah sebuah komunitas di mana setiap individu terintegrasi ke dalam komunitas yang lebih besar, suatu masyarakat di mana seorang anak tidak merasa lebih dari seorang anak, yang menunjukkan bahwa mereka adalah sebuah tim (Kumalasari dkk, 2012).

E. Kanker Payudara

1. Pengertian Kanker Payudara

Kanker payudara, yang secara medis dikenal sebagai karsinoma mammae, dapat berkembang di duktus atau lobulus payudara. Kanker payudara berkembang ketika proses dan kondisi normal jaringan payudara terganggu, yang menyebabkan pertumbuhan abnormal, cepat, atau substansial. Kasus baru kanker payudara dilaporkan setiap tahun, menjadikannya kanker yang paling sering terjadi pada wanita. Dalam hal kanker pada wanita, kanker payudara sejauh ini merupakan yang paling mematikan. Pria memiliki peluang 1 banding 1000 untuk terkena kanker payudara, yang jauh lebih rendah daripada risiko pada wanita.

Tumor ganas, termasuk kanker payudara, berasal dari sel-sel payudara yang berproliferasi dan bermetastasis (menyebarkan) ke organ dan jaringan lain tanpa menunjukkan identitas aslinya. (Kemenkes RI, 2016).

Ada beberapa jenis kanker payudara, yaitu sebagai berikut:

a. Ductal Carcinoma In Situ

DCIS tidak terlihat di jaringan di area banjir, tetapi ada di area banjir susu. DCIS memiliki stadium kanker yang mudah diperbaiki. Namun, jika tidak segera terhubung, DCIS dapat mengirimkan pesan ke jaringan terdekat.

b. Lobular Carcinoma In Situ

LCIS adalah jenis kanker yang berkembang di area yang rentan terhadap partikel di udara. Jenis kanker ini tidak membahayakan jaringan di sekitarnya, mirip dengan karsinoma duktal in situ. Namun, risiko kanker dapat meningkat pada dua payudara lain akibat LCIS pada satu payudara.

c. Invasive Ductal Carcinoma

Selain terdapat di banyak lokasi, IDC dapat terhubung ke jaringan lain, sehingga berpotensi memengaruhi area lain. IDC terjadi pada 70–80% kasus kanker payudara..

d. *Invasive Lobular Carcinoma*

Jenis ini bersifat persisten dan dapat menular ke jaringan lain, bahkan mungkin ke bagian tubuh lain. IDC terjadi pada 70–80% kasus kanker payudara..

2. Faktor Penyebab Kanker Payudara

Faktor-faktor yang berkontribusi terhadap risiko kanker payudara adalah faktor hormonal, genetik, dan gaya hidup. Berikut ini adalah daftar masing-masing faktor tersebut:

a. Faktor Genetik

Dibandingkan dengan wanita tanpa kanker payudara riwayat, wanita dengan keturunan riwayat memiliki risiko kanker payudara. Gen BRCA1 dan BRCA2 diidentifikasi dari riwayat kanker payudara mereka sendiri. Diketahui bahwa gen ini dapat menyebabkan tumor dan membantu menjaga stabilitas DNA serta mengendalikan pertumbuhan sel baru. Begitu gen tersebut mengalami gangguan di dalam tubuh, maka fungsinya akan berubah dan bermutasi, yang kemudian mengakibatkan kanker payudara.

b. Faktor Hormonal

Estrogen, hormon yang diproduksi oleh ovarium, secara luas diakui sebagai faktor utama dalam perkembangan kanker payudara, yang menyebabkan lebih banyak wanita yang terkena kanker payudara daripada pria. Seiring dengan meningkatnya kadar estrogen, semakin banyak wanita yang menyadari bahwa mereka menderita kanker payudara. Hormon estrogen, yang terdapat pada sel-sel yang rentan terhadap kanker, berpotensi merangsang sel-sel tersebut untuk tumbuh lebih cepat, yang menyebabkan perkembangan abnormal dan pembentukan kanker.

c. Terpapar Radiasi

Rentan payudara terhadap efek radiasi yang merusak, dan risikonya umumnya bergantung pada dosis, durasi, dan waktu sejak lahir. Jika dibandingkan dengan perempuan yang tinggal di wilayah yang sama,

mereka yang tinggal di Hiroshima sekitar 20 tahun lalu memiliki risiko hampir 15 kali lebih tinggi. Efek karsinogenik dari radiasi pengion dosis rendah dan tinggi telah terdokumentasi dengan baik. Meningkatnya paparan radiasi pengion dari prosedur Nuklir .(Gobel et al.,2011)

d. Gaya Hidup

Obesitas dikaitkan dengan sejumlah masalah kesehatan, seperti payudara, dan risiko payudara berlebih secara signifikan lebih tinggi pada Orang yang menderita obesitas. Mereka yang menderita obesitas memiliki risiko kanker payudara lebih tinggi dibandingkan orang dengan indeks massa tubuh normal..

Risiko kanker payudara pada wanita telah dikaitkan dengan konsumsi alkohol, tetapi konsumsi alkohol dalam jumlah belum terbukti menyebabkan kanker payudara. (Almutlak dkk, 2017)

3. Tanda dan Gejala

Keluarnya cairan dari puting susu, benjolan, nyeri, kelainan, pembengkakan kelenjar getah bening, atau indikasi metastasis ke bagian tubuh lainnya adalah beberapa gejala umum yang bisa dijelaskan. adalah jenis tanda dan gejala yang sering terlihat.

Berikut fase gejala kanker payudara terdiri dari:

I. stadium Kanker Payudara pada awalnya bersifat asimtomatik (tanpa gejala). Benjolan dan penebalan pada payudara seringkali merupakan tanda dan gejala yang paling umum. Sekitar 90% pasien tidak menunjukkan gejala apa pun.

II. Tahap selanjutnya:

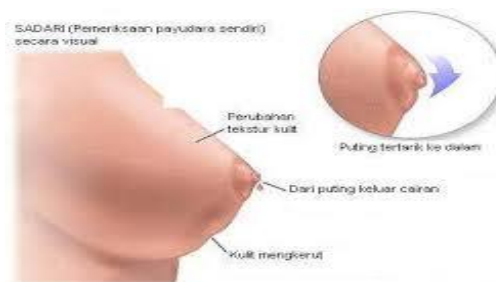
- 1) Bentuk ukuran payudara berbeda dari sebelumnya.
- 2) Di payudara, Luka tidak kunjung sembuh dalam waktu lama meski telah diobati.
- 3) Puting terasa nyeri, berdarah, bernanah, atau mengeluarkan cairan bening, atau ASI keluar dari puting tanpa menyusui saat hamil.
- 4) Puting susu masuk kedalam dan kulit payudara berkerut seperti kulit jeruk.

III. Metastase luas, meliputi:

- 1) Bening supraklavikula dan servikal kelenjar getah bening sebagai contoh.
- 2) Toraks abnormal atau tidak adanya efusi pleura..
- 3) Penyebaran ke tulang berkaitan dengan peningkatan alkali fosfatase, nyeri tulang.

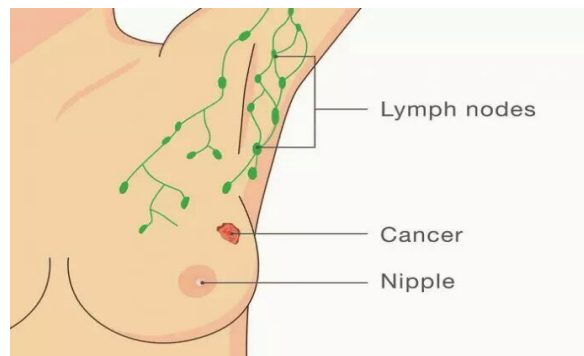
Di sisi lain, jika didasarkan pada fakta bahwa tumor tersebut terdiri dari banyak stadium, yaitu:

1. Stadium I : Tumor yang terletak di payudara, berukuran sekitaran 2 cm, tidak terbatas pada kulit atau pektoralis, dan tanpa metastasis aksila.



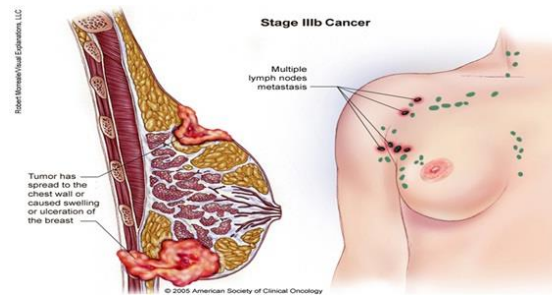
Gambar 1. Kanker Payudara stadium

2. Stadium II: tumor diameter 2 cm dan metastasis aksila, atau tumor dengan diameter lebih dari 5 cm dan metastasis aksila atau tidak.



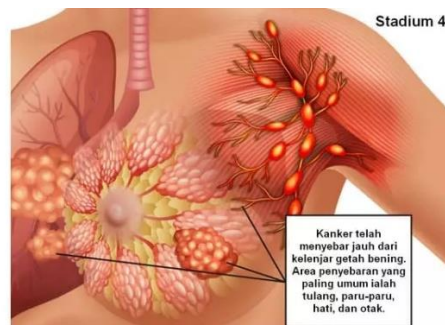
Gambar 2. Gambar Payudara Stadium II

3. Stadium IIIa; tumor dengan diameter lebih dari 5 cm yang masih relatif kecil dibandingkan dengan jaringan di sekitarnya atau tidak memiliki metastasis aksila sebanyak tumor lainnya.
4. Stadium IIIb: tumor yang telah menyebar ke infraklavikula, supraklavikula, atau telah menginfiltrasi kulit atau dinding toraks.



Gambar 3. Kanker Payudara Stadium III

5. Stadium IV: tumor dengan bukti metastasis jauh.



Gambar 4. Kanker Payudara Stadium IV

4 Struktur Payudara

Payudara juga disebut kelenjar susu. Setiap payudara mengandung dua puluh lobus (lingkaran kecil) dan beberapa belas lobus, yang merupakan sisa-sisa penyisipan ASI. Kelompok lobus terhubung ke puting susu oleh saluran, yang dikenal sebagai duktus ASI. Lobus mengandung sejumlah besar lobulus, yang merupakan alat untuk mengumpulkan ASI.

Setelah ASI berkembang di lobus, ASI dialihkan melalui duktus ASI untuk diimunisasi di sinus. ASI menghilang di sinus hingga dilepaskan melalui hisapan. Istilah "areola" mengacu pada area yang lebih bawah tanah dan memiliki duktus-duktus yang lebih kecil.

Payudara tidak memiliki otot-otot sendiri; melainkan, mengandung lemak dan jaringan yang menopangnya dan ditopang di dinding otot-otot dada oleh ikatan berserat (ikatan Cooper). Payudara merupakan komponen sistem reproduksi, dan perubahan pada payudara sepanjang hidup dipengaruhi oleh hormon progesteron dan estrogen. Dua hormon ini sebagian besar diproduksi di dalam sel telur, sedangkan hormon chorionic gonadotrophin (HCG) dan

prolaktin bertanggung jawab atas fungsi payudara, sementara oksitosin berperan penting dalam laktasi (kerentanan).

5. Patofisiologi

Mutagenesis DNA dapat menghasilkan gen yang bermutasi. Beberapa gen menggambarkan pertumbuhan, pembelahan, transformasi menjadi sel baru, dan kematian. Lubang-lubang vagina ini terkait dengan keganasan dan dapat mengganggu penanganan rutin. Gen yang dikenal sebagai proto-onkogen membantu perkembangan sel secara tepat. Proliferasi sel yang tidak terkendali terjadi ketika proto-onkogen berubah menjadi gen yang aktif secara permanen. Kanker adalah salah satu kemungkinan hasilnya. Tumor genital normal dapat merangsang proliferasi sel, perbaikan DNA, atau sinyal kematian sel terprogram. Jika pertumbuhan tumor genital tidak berfungsi dengan baik, tumor tersebut dapat menyebar ke bagian tubuh lainnya., yang dapat mengakibatkan pertumbuhan lebih banyak di luar kendali dan berkurangnya sensitivitas dari biasanya, yang dapat berujung pada kanker. (ACS,2017)

Kanker payudara stadium lanjut artinya kanker sudah mulai menyebar ke bagian tubuh lain. Nama lain dari Stadium Kanker Payudara adalah Kanker Sekunder. Lokasi penyebaran kanker payudara yang paling umum adalah tulang, hati, paru-paru, otak, dan bening getah. Gejala yang mungkin terjadi pada pasien bergantung pada lokasi penyebaran kanker. (Cancer Research UK, 2017).

6. Pencegahan Kanker Payudara

Pencegahan kanker payudara melibatkan berbagai faktor yang dapat mengurangi risiko terjadinya kondisi ini. Ada beberapa cara memulai bisnis, antara lain:

1. Berat Badan Ideal:

Obesitas meningkatkan risiko kanker payudara, terutama setelah menopause. Temui dokter atau ahli gizi untuk mendapatkan saran tentang cara menjaga gaya hidup sehat yang sesuai dengan kebutuhan dan preferensi Anda.

2. Konsumsi Makanan Sehat dan Bergizi:

Banyak makanan yang berbahan dasar antioksidan, sayuran, dan buah-buahan. Batasi lemak jenuh, gula, dan olahan.

3. Olahraga Rutin:

Aktivitas fisik yang teratur, seperti berjalan kaki atau berenang, dapat membantu mengurangi risiko kanker payudara. Sisihkan setidaknya 30 menit setiap hari untuk berolahraga.

4. Hindari Merokok:

Merokok dihindari: Merokok meningkatkan risiko payudara dan kanker lainnya. Segera hentikan kebiasaan ini jika merokok.

5. Batasi Minuman Beralkohol:

Batasi Minuman Beralkohol: Konsumsi alkohol yang lebih tinggi dapat meningkatkan risiko kanker payudara. Batasi asupan hindari sama sekali atau alkohol.

6. Batasi Terapi Hormon:

Konsultasikan ke dokter tentang terapi hormon, terutama setelah menopause, karena dapat meningkatkan risiko kanker payudara.

7. Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI):

Setiap bulan setelah menstruasi, terapkan SADARI secara konsisten untuk mengidentifikasi adanya perubahan pada payudara.

8. Pemeriksaan Klinis (SADANIS):

Konsultasikan dengan dokter untuk pemeriksaan klinis, seperti mamografi, jika Anda memiliki anggota keluarga dengan payudara kanker atau faktor risiko lainnya.

9. Periksa Diri ke Dokter:

Penting untuk memberi tahu dokter jika Anda mengalami masalah, perubahan gaji, atau masalah lain yang mengkhawatirkan.

7. Penatalaksanaan Kanker Payudara

Siddharth dkk. (2016) menyatakan bahwa terdapat tiga metode untuk mendeteksi dini kanker payudara, yaitu sebagai berikut:

a) Pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) Breast Self-Examination (BSE)

Mendeteksi kanker payudara secara mandiri bukanlah suatu kebetulan, karena hal ini menunjukkan tanggung jawab wanita itu sendiri. Wanita harus memahami perilaku payudara normal untuk mengenali setiap perubahan di dalamnya. Namun, bagi tenaga medis, mendeteksi

kanker secara mandiri memerlukan reaksi dan kerja sama yang kuat untuk mendeteksi dan mengidentifikasi dini kanker payudara.

SADARI dapat dilakukan dalam 6 posisi berbeda, 5 di antaranya melibatkan berbaring dan enam lainnya melibatkan bercermin (Kemenkes RI, 2018).

Berikut ini adalah beberapa contoh pelaporan payudara sendiri:

- 1) Periksa perubahan pada bercermin.
 - a) Lakukan sambil bercermin payudara ditandai dengan dua tangan yang letaknya di atas kepala. Mari kita lanjutkan dengan hati-hati di sisi kanan. Periksa dan bandingkan kedua payudara berdasarkan ukuran, bentuk, dan peringatan kulitnya. Pertimbangkan kemungkinan berikut: memar atau bengkak pada kulit, posisi dan bentuk puting (mungkin cekung atau bengkak), dan kulit yang merah, keriput, atau mengalami ulserasi dan bengkak. Berdirilah di depan cermin, angkat kepala dan letakkan di atas cermin, lalu gunakan tangan kanan untuk menekan payudara kiri dari atas ke bawah, untuk melihat dengan jelas apakah ada benjolan.
 - b) Kemudian payudara melingkari tekan, dimulai dari putaran besar payudara. Untuk mengetahui ada tidaknya benjolan, memutar menekan merasakan.
 - c) Kecilkan putarannya hingga mencapai payudara. Dengan menggunakan jari jempol dan telunjuk kedua tangan, periksa keluarnya cairan dan tekan payudara kerah puting.
 - d) Setelah bantal diletakkan pada bagian punggung dengan posisi berbaring, lanjutkan pemeriksaan dengan menggunakan Langkah pada posisi 1, 2, 3, dan 4..
- 2) Periksa perubahan pada payudara pada bentuk berbaring.
 - a) Tahap persiapan

Saya akan mulai dengan memeriksa payudara kanan. Letakkan di sisi kiri dan seimbangkan di atas lutut Anda. Saya harap Anda berhasil memulai dengan payudara kanan. Geser ke kiri dan sangga lutut Anda dengan bantal. Untuk menandai titik yang perlu diperiksa, letakkan

bantal di bawah payudara kanan Anda. Lihat telapak tangan kanan Anda di bawah dagu. Temukan payudara kanan dengan menggunakan tangan kiri Anda. Rasakan adanya penebalan atau benjolan dan tandai dengan ujung jari Anda. Saat memeriksa payudara, pastikan untuk bergerak dalam gerakan vertikal dan melingkar..

b) Tahap pemeriksaan payudara menggunakan *Vertical Strip*

Dari atas tulang selangka hingga ke dasar bra, payudara adalah area vertikal yang membentang dari tengah kedua payudara hingga ke tengah ketiak. Gunakan tangan kiri Anda untuk mulai melihat ke bawah lengan. Benjolan adalah putar dan tekan dengan kualitas tinggi. Putar perlahan dan tekan kuat, sambil menggerakkan tangan di sepanjang garis bawah, di setiap lokasi. Gerakkan agak lebih dari 2 cm ke arah kiri di area bawah bra., lalu ke arah tulang dengan memutar dan menekan.

c) Tahap pemeriksaan cairan keluar dari puting payudara

Dengan menggunakan kedua tangan, Anda dapat menggunakan penekan payudara untuk mengamati cairan abnormal dari puting payudara.

Ketika payudara mengalami episode lunak akibat perubahan hormonal, hal ini juga dapat dilakukan secara sistematis seperti di bawah ini:

1. Meraba

Untuk memeriksa payudara1 kiri, tetap berdiri didepan cermin, bergantian dengan tangan kanan, dan seterusnya:

- a. Pada waktu meraba gunakan jari.
- b. Lakukan gerakan kiri kiri pada payudara yang teratur dengan tangan kanan dan, secara bergantian, lakukan gerakan pada setiap payudara;
- c. Ketika meraba payudara selesai, maka raba juga bagian ketiak.

2. Menilai Puting Susu

Menyentuh puting dilakukan pada tahap akhir setelah menyentuh payudara. Untuk memastikan ada tidaknya cairan dari payudara, Anda dapat

melakukannya dengan memijat puting secara lembut dan mengamati apakah ada cairan (nipple discharge).

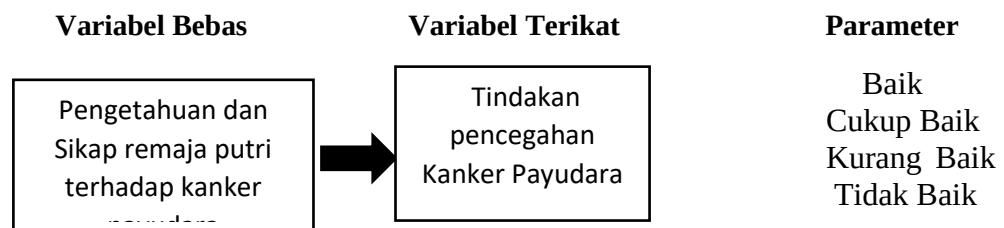
3. Jika ditemukan kelainan, disarankan untuk:

- a. Jangan panik
- b. Tandai lokasi kelainan dan ini akan dilakukan pada evaluasi bulan depan.
- c. Jika kelainan masih ditemukan di tempat yang sama pada bulan berikutnya, perlu dilakukan pemeriksaan medis.

b) Pemeriksaan Payudara Klinik Clinical Breast Examination (CBE)

American Cancer Karena manfaatnya yang belum jelas, masyarakat umum belum mendukung skrining klinis untuk asimtomatik. Dibandingkan dengan mamografi saja, CBE dengan mamografi terbukti hanya mendeteksi sedikit tumor payudara dan meningkatkan kemungkinan hasil positif palsu.. (ACS,2015).

F. Kerangka Konsep



Gambar 5. Kerangka Konsep

G. Definisi Operasional

Definisi operasional adalah deskripsi variabel penelitian yang didasarkan pada konsep-konsep teoretis, tetapi terstruktur sedemikian rupa sehingga dapat diperiksa dan dievaluasi oleh peneliti secara metodis. Umumnya, definisi operasional disajikan dalam format narasi, tetapi dapat juga disajikan dalam format tabel dengan beberapa kolom untuk memudahkan pemahaman dan analisis (Ekastuti, 2022)

Tabel 1 Definisi Operasional

Variabel	Definisi Operasional	Instrumen Pengukuran	Hasil Ukur	Skala Ukur
Variabel bebas: Pengetahuan dan sikap remaja putri terhadap pencegahan kanker payudara	Tingkat pemahaman remaja putri mengenai kanker payudara, termasuk, penyebab, faktor-faktor, tanda dan gejala, dan pencegahan	Pengetahuan diukur dengan skala guttman, dan sikap diukur dengan skala likert.	76 – 100%: baik 56 – 75%: cukup baik 40 – 55%: kurang baik < 40%: tidak baik	Ordinal
Variabel terikat: Tindakan pencegahan kanker payudara	Perilaku kedepannya yang dapat mencegah terjadinya kanker payudara	Kuesioner diukur dengan skala guttman	76 – 100%: baik 56 – 75%: cukup baik 40 – 55%: kurang baik < 40%: tidak baik	Ordinal

H. Hipotesis Penelitian

Adapun hipotesis dari penelitian ini adalah Ada hubungan pengetahuan dan sikap remaja putri terhadap tindakan pencegahan kanker payudara yang signifikan di SMA Pelita Pematang siantar