

Seperti yang diketahui Jelas bahwa ilmu dan penelitian merupakan hal yang berkaitan untuk memperoleh suatu pengetahuan. Menurut Notoatmodjo (2014) bahwa pengetahuan adalah hasil tahu seseorang terhadap objek melalui indera yang dimilikinya terlebih indera penglihatan dan pendengaran. Pengetahuan yang dimiliki setiap individu berbeda dan beragam tergantung dari bagaimana penginderaan masing-masing individu terhadap objek atau sesuatu. Secara garis besar ada 6 tingkatan pengetahuan (Notoatmodjo, 2014 dalam Octaviana DR dan Reza 2021), yaitu:

a. Tahu (*Know*)

Tahu (*know*) merupakan termasuk kemampuan untuk mengenali dan mengingat berbagai konsep dan informasi, termasuk kata, frase, ide, pola, urutan, metode, prinsip dasar, dan banyak lagi. Salah satu contoh Jika seorang perawat diminta untuk membahas pematangan campak, misalnya, mereka akan memiliki pemahaman yang kuat tentang topik-topik seperti deskripsi penyakit, keuntungannya, periode optimal untuk menunjukkan gejala, dan sebagainya dan sudah dipelajari.

b. Memahami (*Comprehension*)

Memahami artinya suatu kemampuan sehingga dapat untuk menjelaskan secara benar tentang sesuatu atau objek yang diketahui serta dapat merumuskan materi tersebut dengan benar. Seperti seseorang yang memahami sesuatu dapat menjelaskannya dengan benar kepada orang lain dan menarik kesimpulan yang tepat tentang artinya.

c. Aplikasi (*Application*)

Aplikasi dapat diartikan sebagai kemampuan untuk menggunakan materi yang telah dipelajari pada situasi dan kondisi yang sebenarnya.

d. Analisis (*Analysis*)

Analisis merupakan suatu kemampuan untuk menyampaikan materi atau suatu objek ke dalam komponen-komponen namun masih dalam struktur organisasi tersebut dan masih berkaitan satu dengan yang lain.

e. Sintesis (*Synthesis*)

Sintesis merupakan pada suatu kemampuan untuk melaksanakan atau menghubungkan bagian-bagian dalam suatu keseluruhan yang baru,

jadi dapat di simpulkan sistematis adalah kemampuan yang disusun berdasarkan dari formulasi baru dengan yang lama.

f. Evaluasi (*Evaluation*)

Evaluasi juga berkaitan dengan kemampuan yaitu untuk melakukan justifikasi atau penilaian terhadap suatu materi atau objek yang sudah dilakukan. Pemberian atau penilaian nilai suatu objek atau barang adalah inti dari evaluasi ini.

2. Cara Memperoleh Pengetahuan

Menurut Notoadmodjo (2010) ada beberapa cara dalam memperoleh pengetahuan, yakni sebagai berikut :

a. Cara coba salah (*Trial and Error*)

Sebelum adanya kebudayaan cara ini telah dipakai bahkan sebelum adanya peradaban. Sistem cara coba coba ini dilakukan dengan menggunakan beberapa kemungkinan dalam memecahkan masalah jika kemungkinan itu tidak memberikan hasil maka mencoba kemungkinan yang lain begitu seterus nya sampai permasalahan tersebut bisa terpecahkan.

b. Cara Kekuasaan atau Otoritas

Cara kekuasaan atau otoritas sendiri merupakan pemegang otoritas nya adalah yang mempunyai wibawa dan kekuasaan seperti otoritas tradisi, pemerintah, pemimpin agama serta ahli ilmu pengetahuan atupun ilmuwan.

c. Berdasarkan pengalaman pribadi

Seperti pepatah mengatakan pengalaman adalah guru yang baik, dengan adanya pengalaman ini dapat mengulang kembali mengulang kembali pengalaman yang pernah diperoleh untuk pemecahan permasalahan yang dihadapi dimasa lalu.

3. Faktor faktor yang mempengaruhi pengetahuan

Menurut Budiman (2013), ada beberapa faktor yang mempengaruhi pengetahuan seseorang atau individu itu sendiri , berikut adalah faktor faktor yang mempengaruhi pengetahuan tersebut :

a) Pendidikan

Pendidikan adalah usaha mendewasakan manusia dengan upaya pengajaran dan pelatihan serta sebuah proses pengubahan sikap dan perilaku seseorang ataupunkelompok. Dalam pendidikan, makin tinggi pendidikan seseorang, makin mudah orang tersebut untuk menerima informasi karena pendidikan sangat mempengaruhi proses belajar. Semakin tinggi pendidikannya, maka seseorang cenderung lebih banyak mendapatkan informasi, baik dari orang lain sarana serta dari media massa. Pengetahuan sangat erat kaitannya dengan pendidikan di mana diharapkan seseorang dengan pendidikan tinggi, orang tersebut akan semakin luas pula pengetahuannya. Namun yang berpendidikan rendah belum tentu pengetahuannya rendah pula. Peningkatan pengetahuan tidak mutlak diperoleh di pendidikan formal, akan tetapi juga dapat diperoleh pada pendidikan nonformal.

b) Informasi/media massa

Informasi itu sendiri adalah suatu teknik untuk mengumpulkan, menyiapkan, menyimpan, memanipulasi, mengumumkan, menganalisis, dan menyebarkan informasi dengan tujuan tertentu dengan kata lain informasi itu sendiri pada dasar nya informasi tidak dapat diuraikan (*intangible*) dan informasi dapat dijumpai dalam kehidupan sehari-hari. Informasi juga dapat diperoleh baik dari data maupun pengamatan terhadap lingkungan dan dunia sekitar. Informasi yang didapatkan baik dari pendidikan formal atau nonformal dapat memberikan pengaruh jangka pendek (*immediate impact*) sehingga menghasilkan perubahan atau peningkatan pengetahuan. Seperti saat ini banyak informasi yang kita ketahui melalui media baik itu media massa ataupun surat kabar manual. Media massa juga berpengaruh. Berkembangnya teknologi akan menyediakan bermacam-macam media massa yang dapat memengaruhi pengetahuan masyarakat tentang inovasi baru. Sebagai saranakomunikasi, berbagai bentuk media massa seperti televisi, radio, surat kabar, majalah, dan lain-lain mempunyai pengaruh besar terhadap pembentukan opini dan kepercayaan orang. Dalam penyampaian informasi sebagai tugas pokoknya, media massa juga membawa pesan-pesan yang berisi sugesti yang dapat mengarahkan opini seseorang.

Adanya informasi baru mengenai sesuatu hal memberikan landasan kognitif baru bagi terbentuknya pengetahuan terhadap hal tersebut.

c) Sosial, budaya, dan ekonomi

Dengan sosial dan budaya seseorang juga akan bertambah pengetahuannya. Status ekonomi seseorang juga akan menentukan tersedianya suatu fasilitas yang diperlukan untuk kegiatan tertentu sehingga status sosial ekonomi ini akan memengaruhi pengetahuan seseorang. Antara sosial, budaya dan ekonomi sangat erat kaitannya dengan terpenuhinya ketiga faktor itu akan memengaruhi pengetahuan itu sendiri pada seseorang atau individu.

d) Lingkungan

Lingkungan adalah segala sesuatu yang ada di sekitar individu, baik lingkungan fisik, biologis, maupun sosial. Dalam proses masuknya pengetahuan oleh individu itu sendiri sangat dipengaruhi oleh lingkungan tersebut. Terjadinya hal ini karena interaksi timbal balik ataupun tidak, yang akan ditanggapi sebagai pengetahuan oleh setiap individu.

e) Pengalaman

Pengalaman itu sendiri adalah sesuatu yang sudah pernah kita lalui dengan kejadian yang berbeda-beda pada setiap orang. Pengalaman sebagai sumber pengetahuan adalah cara untuk memperoleh kebenaran pengetahuan dengan cara mengulang kembali pengetahuan yang diperoleh sebelumnya guna dalam memecahkan masalah yang dihadapi masa lalu. Pengalaman belajar selama bekerja akan mengembangkan pengetahuan maupun keterampilan profesional serta berpengaruh dalam menafsirkan setiap keputusan yang keterpaduan menalar secara ilmiah dan etik yang bertolak dari masalah nyata dalam bidang kerjanya.

f) Usia

Usia dapat memengaruhi daya tangkap dan pola pikir seseorang. Semakin bertambah usia daya tangkap dan pola pikirnya akan semakin berkembang dan pengetahuan yang dimiliki juga semakin baik. Pada usia setengah baya, seseorang atau individu akan berperan aktif dalam masyarakat, kehidupan sosial, akan banyak melakukan persiapan demi suksesnya dan menyesuaikan diri menuju usia tua. Selain itu, orang usia

setengah baya akan lebih banyak menggunakan waktu untuk membaca. Dua sikap tradisional mengenai jalannya perkembangan selama hidup adalah sebagai berikut :

- a. Semakin tua semakin bijaksana dan semakin banyak informasi yang dijumpai sebelumnya, Serta semakin banyak hal yang dikerjakan sehingga menambah pengetahuannya
- b. Pada usia ini seseorang tidak dapat mengajarkan kepandaian baru kepada orang yang sudah tua karena telah mengalami kemunduran baik fisik maupun mental.

4. Pengukuran dan Kriteria Tingkat Pengetahuan

Pengukuran dapat dilakukan dengan wawancara atau angket yang menanyakan tentang isi materi yang diukur dari subjek penelitian atau responden. Dalam mengukur pengetahuan harus diperhatikan rumusan kalimat pertanyaan menurut tahapan pengetahuan. Pengukuran adalah data yang diproses kedalam suatu bentuk yang mempunyai arti bagi si penerima dan mempunyai nilai nyata dan terasa bagi keputusan mendatang.

Persentase dihitung dengan membagi jumlah total jawaban yang benar dengan jumlah total pertanyaan, kemudian mengalikan jumlah tersebut dengan 100%.

$$N = \frac{SP}{SM} \times 100\%$$

Keterangan :

N : Nilai pengetahuan Sm : Jumlah soal

Sp : Skor yang didapat

Dikutip dari Arikunto (2006) dalam Budiman (2013) ada beberapa kategori tingkat pengetahuan seseorang dirumuskan menjadi tiga tingkatan yang didasarkan pada nilai persentase yaitu sebagai berikut.

- a) Tingkat pengetahuan kategori Baik : Nilai = 75- 100%
- b) Tingkat pengetahuan kategori Cukup : Nilai = 56 - 74%
- c) Tingkat pengetahuan kategori Kurang : Nilai = < 55%.

B. Sikap

1. Konsep Sikap

Sikap adalah pernyataan yang berhubungan baik terhadap objek, orang, atau peristiwa (Stepan, 2007). Hal ini sama dengan mencerminkan perasaan seseorang terhadap sesuatu atau objek tertentu. Misalnya seorang ayah yang merokok dalam satu keluarga dia tau dengan merokok diantara keluarga nya akan membahayakan baik bagi anak maupun orang terdekat nya lalu dia tidak merokok. Sikap tersebut merespons pada peristiwa. Pernyataan evaluatif merupakan reaksi respons terhadap objek, orang, dan peristiwa yang merupakan stimulus.

Pengertian lain dari sikap menurut Notoatmodjo (2007) dalam budiman (2013), sikap merupakan reaksi atau respon yang masih tertutup dari seseorang terhadap suatu stimulus atau objek. Sikap juga merupakan kesiapan atau kesediaan untuk bertindak dan juga merupakan pelaksanaan motif tertentu.

Dalam sikap seseorang memerlukan unsur respons dan stimulus. Misalnya sikap yang berhubungan dengan kepuasan pelayanan kesehatan. Kepuasan yang dimiliki seseorang akan terpenuhi dan merasa puas jika pelayanan yang diterima berkualitas. Kepuasan merupakan respons dari stimulus yang diterima yaitu pelayanan kesehatan. Ouput sikap pada setiap orang dapat berbeda beda, jika suka maka seseorang akan mendekat, mencari tahu, dan bergabung, begitu juga sebaliknya jika tidak suka maka seseorang akan menghindar atau menjauhi (Budiman 2013).

Sikap juga bisa ditafsirkan sebagai respons tertutup seseorang terhadap suatu stimulus atau objek, baik yang bersifat intern maupun ekstern sehingga manifestasinya tidak dapat langsung dilihat, tetapi hanya dapat ditafsirkan terlebih dahulu dari perilaku yang tertutup tersbeut. Sikap secara realitas menunjukkan adanya kesesuaian respons pengukuran sikap dapat dilakukan secara langsung atau tidak langsung, melalui pendapat atau pertanyaan responden terhadap suatu objek secara tidak langsung dilakukan dengan pertanyaan hipotesis, kemudian dinyatakan pendapat responden.

Definisi sikap menurut Kusmiran (2014) dalam Yulia (2019), definisi remaja sendiri dapat ditinjau dari tiga sudut pandang, yaitu :

- a) Secara kronologis, remaja adalah individu yang berusia antara usia 11 tahun sampai 21 tahun
- b) Secara fisik, remaja ditandai oleh ciri perubahan pada penampilan fisik dan fungsi fisiologis, terutama yang terkait dengan kelenjar seksual;
- c) Secara psikologis, remaja merupakan masa dimana individu mengalami perubahan – perubahan dalam aspek kognitif, emosi, sosial, dan moral, diantara masa anak - anak menuju masa dewasa.

2. Tahapan Tahapan Sikap

Dalam Taksonomi Bloom (1956), ada beberapa tahapan domain sikap yaitu sebagai berikut.

- a) Menerima

Keterbukaan seseorang terhadap rangsangan (rangsangan) dari luar berupa persoalan, keadaan, gejala, dan sebagainya merupakan ciri dari tahap penerimaan. Sampel ini mencakup konsep-konsep seperti kemampuan untuk mengenali, mengantisipasi, dan memilih gejala atau rangsangan eksternal mana yang menjadi fokus. Penerimaan atau perhatian adalah interpretasi umum lainnya dari kata kerja menerima dan menghadiri. Pada titik ini, seseorang telah disosialisasikan hingga terbuka terhadap nilai-nilai yang telah diajarkan kepadanya dan siap untuk mengadopsinya sebagai bagian dari identitasnya sendiri. Untuk memantau tumbuh kembang anaknya, seorang ibu, misalnya, mengakui perlunya sering berkunjung ke posyandu untuk menimbang.

- b) Menanggapi

Keterlibatan dan kapasitas untuk merespons dengan cara tertentu terhadap rangsangan eksternal menjadi ciri fase respons atau menanggapi. Tahap penerimaan lebih rendah dari yang ini. Misalnya, seorang ibu dapat melihat tahapan tumbuh kembang anaknya di Kartu Menuju Sehat (KMS).

- c) Menilai

Tujuan dari sikap menilai adalah untuk menanamkan rasa kehilangan atau penyesalan pada diri sendiri jika tindakan atau

kepemilikan yang diinginkan tidak dilakukan. Menilai adalah jenis pemrosesan emosi yang meningkat yang muncul setelah menerima dan bereaksi. Ketika datang untuk mengubah perilaku seseorang, seseorang di sini tidak hanya memiliki kemampuan untuk menentukan apakah suatu pemikiran atau fenomena tertentu baik atau buruk, tetapi mereka juga siap untuk mengadopsi nilai-nilai yang diajarkan. Jika seseorang telah diuji dan ternyata memiliki pengajaran yang "baik", itu berarti mereka telah melalui prosedur evaluasi. Ini berarti bahwa nilai tetap stabil dalam pikirannya. Ibu, misalnya, mengembangkan kapasitas yang kuat untuk menjalankan disiplin sehari-hari ketika mereka terlibat dalam tugas pelayanan posyandu, seperti mengasuh anak.

d) Mengelola

Manajemen sikap memerlukan menyatukan cita-cita bersaing untuk menciptakan standar universal baru untuk hidup, yang pada gilirannya meningkatkan masyarakat secara keseluruhan. Proses pembinaan atau pengorganisasian meliputi pemanfaatan nilai-nilai ke dalam suatu sistem, dengan memperhatikan keterkaitan antar nilai, serta penguatan dan pengutamaan nilai-nilai yang sudah dimiliki. Sebagai contoh konkret, seorang ibu dapat mengadvokasi program revitalisasi posyandu untuk memperkuat kemampuan posyandu dalam menjalankan tugasnya.

e) Menghayati

Identitas dan tingkah laku seseorang dibentuk oleh gabungan dari sistem nilainya, yang terintegrasi pada tahap sikap hidup. Dalam hal ini, internalisasi nilai telah dinaikkan ke puncak sistem nilai. Perasaannya telah dibentuk oleh keyakinan yang tertanam dalam sistemnya. Karena tahap mentalitas ini sebenarnya cerdas, tidak mengherankan jika tingkat pengalaman adalah yang paling efektif. Sekarang ada filosofi hidup yang mapan yang sesuai dengan tindakan hidup. Dengan demikian, pada titik waktu ini, siswa telah mengembangkan seperangkat keyakinan inti yang memandu tindakan mereka, sehingga menghasilkan sifat "gaya hidup" yang stabil, dapat diulang, dan tidak dapat disangkal.

3. Faktor Faktor yang Mempengaruhi Sikap

a) Pengalaman pribadi

Agar pengalaman seseorang menjadi landasan untuk mengembangkan nilai-nilai, mereka harus membuat jejak yang tak terhapuskan. Oleh karena itu, penyertaan aspek emosional dalam pengalaman pribadi membantu pembentukan sikap. Apresiasi akan lebih dalam dan berlanjut lebih lama dalam keadaan ketika emosi terlibat.

b) Kebudayaan

B.F. Skinner (1995) dalam Azwar (2018) kekuatan yang diberikan oleh lingkungan seseorang (terutama budaya seseorang) pada karakter seseorang. Kepribadian seseorang hanyalah rangkaian tindakan berulang yang mencontohkan respons mereka terhadap penguatan masa lalu. Kecenderungan masyarakat untuk mendorong sikap dan tindakan tertentu sementara melakukannya lebih jarang untuk orang lain.

c) Orang lain yang dianggap penting

Dalam kebanyakan kasus, orang akan tidak setuju dengan konformis atau menyesuaikan diri dengan pendapat tokoh yang dianggapnya penting. Perilaku ini sebagian didorong oleh kebutuhan untuk menyesuaikan diri dan kebutuhan untuk menghindari individu-individu berpengaruh dan dianggap penting.

d) Media Massa

Media massa seperti televisi dan radio merupakan alat yang ampuh untuk menyebarkan informasi dan membentuk opini publik. Ada landasan kognitif baru untuk mengembangkan pendapat saat pengetahuan baru tersedia. Jika sinyal sugestif yang membawa data ini cukup kuat, mereka akan berfungsi sebagai landasan emosional untuk melihat dan menilai sesuatu, yang mengarah pada pengembangan orientasi tertentu.

e) Institusi Pendidikan dan Agama

Sebagai suatu sistem, institusi pendidikan dan agama mempunyai pengaruh kuat dalam pembentukan sikap dikarenakan keduanya meletakkan dasar pengertian dan konsep moral dalam diri individu. Pemahaman akan baik dan buruk, garis pemisah antara sesuatu yang

boleh dan tidak boleh dilakukan, diperoleh dari pendidikan dan dari pusat keagamaan serta ajaran-ajarannya.

f) Faktor Emosi dalam Diri

Ada berbagai macam sikap yang tidak dapat dijelaskan oleh didikan dan pengalaman hidup seseorang saja. Sikap seringkali merupakan pernyataan yang dibatasi secara emosional yang berfungsi sebagai semacam perlindungan atau perbudakan ego. Entah sikap itu berumur pendek dan menghilang begitu sumber iritasi tidak ada lagi, atau lebih gigih dan bertahan untuk jangka waktu yang lebih lama. Keengganan adalah sejenis sikap yang dapat dipengaruhi oleh perasaan seseorang.

4. Komponen Komponen Sikap

Menurut Rahmat (2001 : 40 dalam Oktaviani M dan Putri T, 2019), memberikan penjelasan tentang tiga karakteristik manusia yang berkontribusi terhadap sikap seseorang. Tiga bagian yang menyusun kemampuan tersebut adalah pikiran, hati, dan kemauan seseorang. Setiap sikap terdiri dari tiga bagian: bagian kognitif (keyakinan seseorang tentang objek sikap), bagian afektif (perasaan seseorang tentang objek sikap), dan bagian konatif (kebiasaan dan kemauan seseorang terhadap objek). Berikut adalah bagaimana Crutchfield dan Ballachey mencirikan masing-masing dari ketiga bagian ini: (Crutchfield dan Ballachey, 1982 dalam Oktaviani M dan Putri T, 2019).

a) Komponen kognitif

Keyakinan tentang suatu hal merupakan bagian dari sikap si pemikir. Keyakinan evaluatif yang mengaitkan kualitas dengan hal itu, seperti apakah itu menguntungkan atau tidak, sangat baik atau buruk, adalah salah satu penentu kognitif yang paling penting dari sikap individu. Selain proses mental, gagasan sendiri tentang bagaimana bereaksi dengan cepat atau tidak sama sekali juga merupakan bagian dari komponen kognitif. Sehingga senam jiwa dan raga dapat dilakukan. Sikap sangat terkait dengan pengetahuan dan pengalaman yang dimiliki seseorang secara pribadi.

b) Komponen afektif

Perasaan terhadap item, apakah itu positif atau negatif, menyenangkan atau tidak menyenangkan, semuanya adalah bagian dari komponen afektif sikap. Bobot emosional inilah yang memberikan karakter motivasi pada sikap.

c) Komponen konatif

Setiap dan setiap perilaku yang berhubungan dengan sikap yang dipersiapkan dan siap untuk dilakukan merupakan komponen konatif dari suatu sikap. Kecenderungan seseorang untuk membantu, menghargai, atau mendukung suatu barang bergantung pada tingkat persetujuannya terhadap barang tersebut; sebaliknya, jika dia tidak mau membantu, menghukum, atau menghancurkannya, orang itu lebih mungkin melakukannya.

5. Pengukuran Sikap

Metode yang dipakai dalam pengukuran sikap pada penelitian ini adalah Skala Likert (*Method of Summated Ratings*). Likert (1932) menyatakan sistemnya sebagai alternatif yang lebih sederhana dibandingkan dengan skala *Thrustone*, yang terdiri dari 11 poin dan diringkas menjadi dua kategori yaitu *favourable* (bersifat baik) dan *unfavourable* (bersifat negatif). Sedangkan item netral tidak diikutsertakan didalamnya. Dengan dibuatnya teknik kontruksi tes yang lain agar mengatasi hilangnya item netral tersebut. Pada skala 1 sampai 5, responden diminta untuk menunjukkan apakah mereka setuju atau tidak setuju dengan setiap pernyataan (sangat setuju, setuju, ragu-ragu, tidak setuju, sangat tidak setuju).

Semua sistem yang favorabel yang kemudian diubah nilainya dalam bentuk angka, yaitu untuk sangat setuju nilainya 5 (lima) sedangkan untuk yang sangat tidak setuju nilainya 1 (satu). Begitu juga sebaliknya, untuk item yang *unfavorable* nilai skala sangat setuju adalah 1 (satu) sedangkan untuk yang sangat tidak setuju nilainya 5 (lima). Seperti halnya skala *Thrustone*, skala Likert disusun dan diberi skor sesuai dengan skala interval sama (*equal-interval scale*).

Pada setiap masing-masing responden diarahkan melakukan agreement atau disaagreement nya pada masing-masing item Dalam skala 1 sampai 5 (Wiratna, 2014 dalam A. Wawan & Dewi M, 2018).

Pernyataan Positif

- | | |
|-----------------------|-----|
| 1.Sangat setuju | = 5 |
| 2.Setuju | = 4 |
| 3.Ragu-ragu | = 3 |
| 4.Tidak setuju | = 2 |
| 5.Sangat tidak setuju | = 1 |

Pernyataan Negatif

- | | |
|-----------------------|-----|
| 1.Sangat setuju | = 1 |
| 2.Setuju | = 2 |
| 3.Ragu-ragu | = 3 |
| 4.Tidak setuju | = 4 |
| 5.Sangat tidak setuju | = 5 |

Sifat sikap dikelompokkan menjadi dua kelompok apabila respondennya adalah masyarakat umum, yaitu :

- Sikap dikatakan positif apabila memproleh nilai $> 50\%$
- Sikap dikatakan negatif apabila memproleh nilai $< 50\%$.

C. Remaja

1. Pengertian Remaja

Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), remaja adalah orang yang berusia antara 10 dan 19 tahun yang tinggal di satu negara; menurut Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 25 Tahun 2014, remaja adalah orang yang berusia antara 10 sampai dengan 18 tahun yang bertempat tinggal di satu negara; dan menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana (BKKBN), remaja adalah orang yang berusia antara 10 sampai 24 tahun yang belum menikah. Ada pergeseran dari masa bayi ke masa dewasa yang kita sebut remaja.

Setuju dengan penilaian ini (Ali, 2006: 10), berpendapat bahwa masa remaja adalah masa integrasi psikologis ke dalam masyarakat dewasa, ketika orang muda tidak lagi merasa rendah diri dengan orang tua mereka melainkan melihat diri mereka sejajar dengan mereka. Remaja dapat mengembangkan rasa harga diri yang sehat melalui penggunaan evaluasi diri yang positif.

Definisi remaja sendiri dapat ditinjau dari tiga sudut pandang: (Eny, 2014)

- a) Secara kronologi, masa remaja adalah individu atau seseorang yang berusia antara 11-21 tahun
- b) Ditinjau dari segi secara fisik, remaja ditandai dengan ciri ciri perubahan pada penampilan fisik dan fungsi fisiologis, terlebih yang terkait dengan kelenjar seksual
- c) Secara psikologis, remaja merupakan masa dimana individu mengalami perubahan – perubahan dalam aspek kognitif, emosi, sosial, dan moral. Diantara masa anak-anak menuju masa dewasa.

2. Tahap Perkembangan Masa Remaja

Mengenai batas usia remaja Menurut Kaplan & Sadock (Tyastari, 2011), ada tiga tahapan yang berbeda dari masa remaja: mereka yang berusia 11–14, 14–17, dan 17–20. Masa remaja, menurut F.J. Monks (Tyastari, 2011), berlangsung antara 12 sampai 21 tahun, dengan tahapan yang terjadi antara usia 12 dan 15 untuk masa remaja “awal”, 15 dan 18 untuk masa remaja “tengah”, dan 18 dan 21 untuk masa remaja “tengah” masa remaja “akhir”. Membedakan satu tahap perkembangan dari yang lain dicapai dengan sejumlah karakteristik yang berbeda. Demikian pula, tahap remaja berbeda dengan tahap lebih muda ataupun tahap lebih tua. Selain itu, setiap tahap memiliki tantangan dan persyaratannya sendiri. Akibatnya, kapasitas seseorang untuk menguangkan hukuman dan mengambil tindakan tegas bervariasi di antara tahap perkembangan.

Menurut Diananda Amita (2018) yakni di masa usia ini adalah periode yang mengalami perkembangan fisik dan intelektual yang luar biasa. Untuk mengkategorikan remaja, kita dapat membedakan antara lain:

- a) Pra Remaja (11 atau 12-13 atau 14 tahun)

Kurang dari satu tahun melewati tahap pra remaja ini; untuk laki-laki, 12–13 tahun, 13–14 tahun. Selain itu, periode ini disebut "fase negatif" karena sikap dan tindakan khas yang ditunjukkan. Saat ketika berbicara dengan seorang anak merupakan fase yang sukar dalam hubungan. Pergeseran hormon, misalnya, dapat menyebabkan perubahan suasana hati secara tiba-tiba karena mengganggu perkembangan sistem tubuh. Tingkat refleksi diri remaja meningkat dan

berkembang dalam kaitannya dengan pendapat orang lain tentang mereka. Pertanyaan, "Apa pendapat orang tentang saya?" Mereka seharusnya tidak mencari apa. Hasil seperti apa yang bisa saya harapkan dengan rambut saya? Sejauh mana teman-teman menganggap saya "keren"? termasuk sejumlah lainnya.

b) Remaja Awal (13 atau 14 tahun - 17 tahun)

Ada percepatan perubahan yang dramatis saat usia ini. Usia 12 tahun adalah masa gejolak dan ketidakstabilan emosi. Situasinya saat ini membuatnya mencari jawaban tentang siapa dirinya. Terjadi pergeseran dinamika antar pribadi. Remaja yang menyerupai dewasa muda seringkali percaya bahwa mereka memiliki hak untuk membuat pilihan tanpa masukan dari orang tua. Rasa penentuan nasib sendiri dan individualitas yang kuat muncul selama fase perkembangan ini, seperti halnya penekanan pada logika, abstraksi, dan idealisme, dan kegiatan ekstrakurikuler.

c) Remaja Lanjut (17-20 atau 21 tahun)

Remaja lanjut ini mendambakan sorotan. Ia memiliki cita-cita yang tinggi, cukup antusias, dan sangat aktif. Untuk tujuan ini, dia berupaya mengembangkan rasa diri dan menjadi mandiri secara emosional.

D. Sadari

1. Definisi Sadari

Pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) adalah pemeriksaan yang mudah yang bisa dilakukan setiap wanita dan bisa dilakukan sendiri. Tindakan ini penting karena hampir 85% kelainan di payudara justru ditemukan pertama kali oleh penderita melalui pemeriksaan payudara sendiri dengan benar (Olfah, Mendri, & Badi'ah, 2013 dalam Wahyu Asnuriyati, Nana Aprilia Yulianti).

2. Tujuan Sadari

Menurut Ramli (2001) dalam Krisdianto B.F (2019), tujuan dilakukan SADARI adalah untuk mendeteksi secara dini jika ada kelainan di payudara. Manfaat pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) adalah untuk mendeteksi sedini mungkin adanya kelainan pada payudara wanita di usia subur. Setiap

wanita mempunyai bentuk dan ukuran payudara yang berbeda. Bila wanita memeriksa payudara sendiri secara teratur setiap bulan setelah haid, maka wanita dapat merasakan bagaimana payudara yang normal, sehingga bila ada perubahan wanita dapat mengetahuinya dengan mudah.

Kelemahan dari pemeriksaan SADARI adalah hanya dapat mendeteksi dini dan tidak mencegah kanker payudara. Sebagian wanita berasumsi bahwa SADARI tidak perlu dilakukan karena hal ini tidak akan mencegah terjadinya kanker payudara. Sehingga sangat perlu ditekankan bahwa keuntungan SADARI adalah pada hasil akhir, yang berarti dengan ditemukannya kanker payudara pada stadium dini maka kesempatan untuk sembuh akan lebih besar (Krisdianto Boby Febri , 2019).

3. Manfaat Sadari

Manfaat pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) adalah untuk mendeteksi sedini mungkin adanya kelainan pada payudara wanita di usia subur. Setiap wanita mempunyai bentuk dan ukuran payudara yang berbeda. Bila wanita memeriksa payudara sendiri secara teratur setiap bulan setelah haid, maka wanita dapat merasakan bagaimana payudara yang normal, sehingga bila ada perubahan wanita dapat mengetahuinya dengan mudah (Krisdianto,B.F, 2019).

4. Waktu Pelaksanaan SADARI

Pemeriksaan sendiri tentu sangat penting artinya bagi kesehatan payudara wanita atau disebut dengan breast self exam (BSE). Karena itu pada awal usia 20 tahun, wanita harusnya diberi tahu manfaat dan batasan - batasan dari pemeriksaan payudara sendiri. Waktu terbaik bagi wanita untuk memeriksa sendiri payudaranya adalah ketika payudara tidaklah begitu lunak atau membengkak (Pamungkas, 2011 dalam Krisdianto, B.F, 2019).

Usia termuda terkena kanker payudara adalah diatas 15 tahun dan peningkatannya prevalensi kanker payudara terjadi pada kelompok usia kurang dari 45 tahun. Masa inkubasi kanker payudara diperkirakan 8-12 tahun, dengan demikian upaya deteksi dini sangat diperlukan (Dyayadi, 2009 dalam Nahak, A. J. K., 2019).

Sebaiknya pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) dilakukan oleh setiap perempuan tiap bulan dimulai pada usia 20 tahun atau sejak menikah.

Pemeriksaan klinis oleh petugas kesehatan terlatih sebaiknya dilakukan pada perempuan berusia 30-50 tahun setiap 3 tahun sekali, kecuali bagi mereka yang memiliki faktor risiko, pemeriksaan mammografi dilakukan 1 tahun sekali setelah berusia di atas 40 tahun dan dilakukan pemeriksaan USG 1 tahun sekali di bawah 40 tahun (PP& PL 2009 dalam Krisdianto B F, 2019).

Pemeriksaan payudara sendiri dilakukan sendiri dengan belajar melihat dan memeriksa perubahan payudaranya sendiri setiap bulan. Dengan melakukan pemeriksaan secara teratur akan diketahui adanya benjolan atau masalah lain sejak dulu walaupun masih berukuran kecil sehingga lebih efektif untuk diobati. Sebaiknya pemeriksaan payudara dilakukan pada hari ke-7-10 yang dihitung sejak hari ke-1 mulai haid (saat payudara sudah tidak mengeras dan nyeri) atau bagi yang telah menopause pemeriksaan dilakukan dengan memilih tanggal yang sama setiap bulannya (misalnya setiap tanggal 1 atau tanggal lahirnya). *The American Society* menganjurkan bahwa wanita berusia 20 tahun atau lebih untuk memeriksa sendiri payudara mereka setiap bulan. Waktu yang paling baik untuk memeriksa payudara adalah 7 sampai 10 hari setelah terjadinya haid, saat pembengkakan dan nyeri payudara telah mereda (otto, 2001 dalam Krisdianto B.F, 2019).

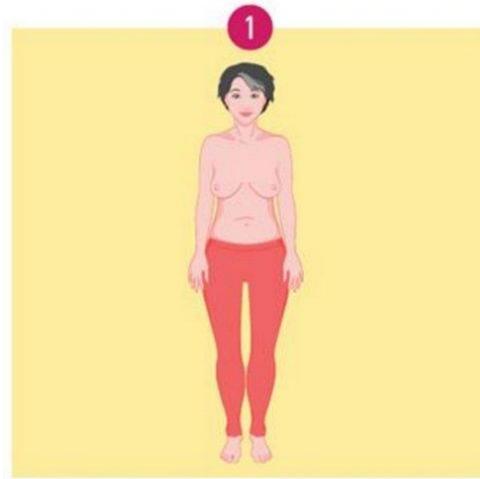
5. Langkah-Langkah Melakukan SADARI

Sadari sebenarnya hanya terdiri dari 2 hal pemeriksaan yang dilakukan yaitu inspeksi (melihat bentuk, warna, dan kelainan pada payudara) dan kedua adalah palpasi atau melakukan pijatan lembut di payudara dan sekitarnya. Cara pemeriksaan payudara sendiri (Buku Saku Kanker Payudara 2009) (Krisdianto, B.F , 2019):

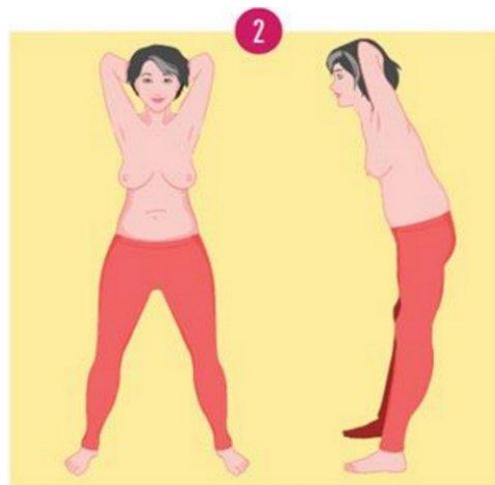
a. Sadari dengan Berdiri

1. Inpeksi (melihat bentuk, warna, dan kelainan pada payudara)

Berdirilah di depan cermin dengan tangan di sisi tubuh dan lihat apakah ada perubahan pada payudara. Lihat perubahan dalam hal ukuran, bentuk atau warna kulit, atau jika ada kerutan, lekukan seperti lesung pipi pada kulit.

**Gambar 1**

Perhatikan dengan teliti kedua payudara anda di muka cermin, dengan kedua lengan lurus kebawah. Perhatikan bila ada benjolan atau perubahan bentuk pada payudara anda.

**Gambar 2**

Angkatlah kedua lengan ke atas sampai kedua lengan berada di belakang kepala dan tekan ke depan, perhatikan apakah ada benjolan atau perubahan bentuk pada payudara.



Gambar 3

Bungkukkan badan untuk melihat apakah kedua payudara menggantung seimbang dan Tekan kedua tangan anda pada pinggul dan gerakkan kedua lengan dan siku ke depan sambil mengangkat bahu, Cara ini akan menegangkan otot- otot dada anda dan perubahan-perubahan seperti cekungan dan benjolan akan lebih terlihat.

Perhatikan bentuk, warna dari payudara. Catat apabila ada beberapa tanda dari kanker payudara seperti ini :

- Benjolan payudara
- Kecepatan benjolan tumbuh dengan/tanpa rasa sakit, makin lama benjolan ini makin mengeras dan bentuknya tidak beraturan
- Keluar cairan spontan dari satu lubang di puting susu di luar masa laktasi (Nipple discharge), retraksi puting susu dan adanya krusta atau borok
- Kelainan kulit di payudara seperti Lekukan seperti lesung pipit pada kulit payudara(dimpling), peau d'orange, ulserasi, dan vanektasi
- Pembesaran kelenjar getah bening pada lipat ketiak atau leher keluhan tambahan seperti nyeri tulang (vertebra, femur) dan sesak dan lain sebagainya.

2. Palpasi (raba dan tekan)

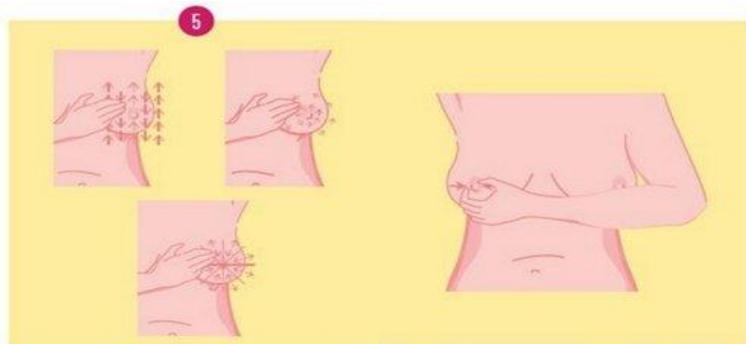
Palpasi payudara dilakukan pada pasien dalam posisi terlentang (supine), lengan ipsilateral di atas kepala dan punggung diganjal bantal. kedua payudara dipalpasi secara sistematis, dan menyeluruh baik secara sirkular ataupun radial. Palpasi aksila dilakukan dilakukan dalam posisi pasien duduk dengan lengan

pemeriksa menopang lengan pasien. Palpasi juga dilakukan pada infra dan supraklavikula.



Gambar 4

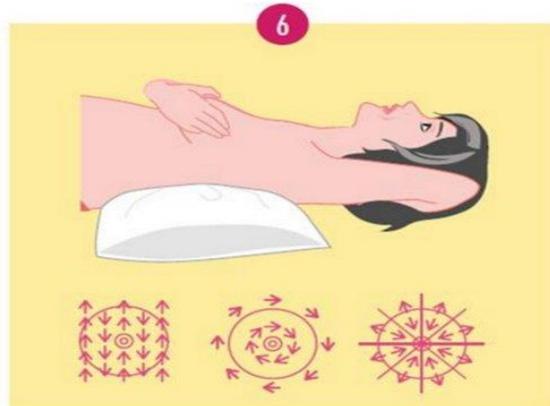
Angkat lengan kiri anda dan raba lah payudara kiri dengan 3 ujung jari tangan yang dirapatkan.



Gambar 5

Contoh gerakan memutar dengan tekanan lembut tetapi mantab, dimulai dari pinggang atas (Posisi jam 12) dengan mengikuti arah jarum jam bergerak ke tengah susu. Gerakan dari atas kebawah dan sebaliknya. Gerakan dari tengah ke arah luar.

1. Sadari dengan Berbaring



Gambar 6

Berbaringlah dengan tangan kanan dibawah kepala. Letakkan bantal kecil dibawah kepala. Letakkan bantal kecil dibawah bahu kanan

- Pada posisi berbaring letakkan bantal di bawah punggung
- Angkat lengan kiri ke atas dan cermati payudara kiri menggunakan tiga pola gerakan sebelumnya. Angkat lengan ke atas, dan lakukan pemeriksaan yang sama pada payudara kanan. Pada setiap gerakan SADARI, pastikan semua batas payudara teraba:
- Batas atas: dua jari di bawah tulang selangka
- Batas bawah: garis melingkar payudara
- Batas tengah: garis tengah tubuh
- Batas paling luar: pertengahan ketiak ke bawah.

Jika benjolan dirasakan di payudara selama pemeriksaan, segera periksa jumlah benjolan dan lokasi tepatnya. Anda harus mengamati benjolan dengan cermat pada bulan berikutnya untuk melihat apakah ukurannya atau bentuknya berubah. Ibu yang tidak menyusui harus segera menghubungi dokter jika ia melihat ada cairan yang keluar dari puting yang menyerupai darah atau nanah (PP dan PL, 2009 dalam Krisdianto B F, 2019).

6. Dampak Tidak Dilakukan SADARI

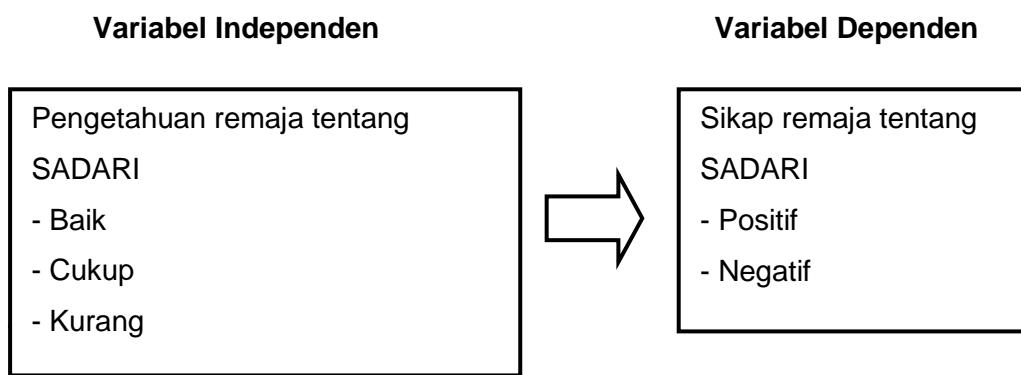
Menurut olfah dkk (2013), menyatakan apabila tidak melakukan skrining atau deteksi dini dengan pemeriksaan payudara sendiri setiap bulan 7-14 hari setelah menstruasi tidak akan mendapatkan temuan masalah kanker atau

kelainan yang terjadi di payudara seperti memiliki sejumlah tanda yang menunjukkan ketidaknormalan pada payudara.

Penting untuk menyadari bagaimana bentuk normal payudara dan ada tidaknya perubahan dari waktu ke waktu. Payudara umumnya akan terasa berbeda dimasa menstruasi. Sebelum dan selama periode ini, kebanyakan perempuan merasa payudaranya menjadi makin kencang dan padat. Memasuki masa menopause, payudara akan terasa lebih kendur dan lembut. Namun ada perubahan tertentu yang perlu di waspadai karena dapat menjadi indikasi adanya penyakit yang apa bila tidak dilakukan pemeriksaan dini akan terlambat untuk ditangani.

E. Kerangka Konsep

Berdasarkan tinjauan pustaka yang telah diuraikan diatas, pengetahuan dengan sikap remaja putri tentang sadari perlu di teliti, agar melalui penelitian ini dapat memberi pemahaman secara umum kepada remaja putri tentang sadari. Dibawah ini merupakan kerangka konsep yang akan dilakukan peneliti di SMAN 17 MEDAN.



Variabel independen merupakan variabel yang mempengaruhi atau menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel dependen. Variabel independen dari penelitian ini adalah pengetahuan tentang SADARI.

2. Variabel Dependen

Variabel dependen merupakan variabel yang dipengaruhi atau akibat karena adanya variabel bebas. Variabel dependen dari penelitian ini adalah sikap remaja putri tentang SADARI.

F. Definisi Operasional

No	Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala
1	Independen Pengetahuan SADARI	Pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) adalah pemeriksaan yang mudah yang bisa dilakukan setiap wanita dan bisa dilakukan sendiri.	Kuisioner	1.Baik nilai = 75 - 100% 2.Cukup nilai = 56 -74% 3.Kurang nilai = < 55%.	Ordinal
2	Dependen Sikap SADARI	Respon atau reaksi yang diberikan oleh responden terhadap apa yang diketahui tentang SADARI	Kuisioner	Kategori menurut Likert: a.Sikap dikatakan positif apabila memproleh nilai > 50% b.Sikap dikatakan negatif apabila memproleh nilai < 50%	Ordinal

Tabel 2 1

G. Hipotesis

- a) Ha : Ada hubungan antara pengetahuan dengan sikap pada remaja putri tentang pemeriksaan payudara sendiri (SADARI)
- b) Ho : Tidak ada hubungan antara pengetahuan dengan sikap remaja putri tentang pemeriksaan payudara sendiri (SADARI).