

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Remaja putri

1. Definisi Remaja

Remaja dalam psikologis berarti *puberteit*, *adolescence*, dan *youth*. Remaja atau adolescence (inggris), berasal dari bahasa latin “*adolescere*” yang artinya tumbuh ke arah kematangan, baik secara fisik, sosial dan psikologi. Sedangkan menurut WHO remaja adalah masa peralihan dari anak- anak menuju dewasa, yang ditandai dengan pertumbuhan fungsi reproduksi yang mempengaruhi perkembangan fisik, mental maupun sosial (Intan Kumalasari, dkk 2013).

2. Masa Remaja Putri

Menurut Asmuji (2014) masa remaja dibagi menjadi tiga fase diantaranya:

a. Pra pubertas (10-12 tahun)

Pada masa ini insting seksual dalam keadaan paling lemah, sedangkan proses perkembangan anak ada paling kuat (progresif). Ciri lainnya adalah kecenderungan untuk melepaskan diri dari identifikasi-identifikasi yang lama karena mulai bersikap kritis terutama dengan ibunya dan berusaha keras untuk berbeda dengan ibunya sehingga dengan cara mengadakan identifikasi dengan salah seorang teman, guru wanita di sekolah atau orang lain yang paling penting dan menonjol.

b. Masa pubertas (13-15 tahun)

Masa pubertas adalah masa yang akan dilanjutkan segera oleh masa adolesensi atau disebut masa puber lanjut. Beberapa peneliti memperkirakan dimulai pada usia kurang lebih 14 tahun dan berakhir pada usia kurang lebih 17 tahun. Pada masa ini yang paling penting adalah kematangan seksual. Terjadi kehilangan

keseimbangan jasmani dan rohani. Terganggunya hormon dan fungsi motorik sehingga tampak terlihat gejala-gejala tingkah laku seperti canggung, kaku kikuk, tegar, muka tampak kasar dan buruk.

c. Adolesensi (17-19 tahun)

Pada masa ini anak mulai bersikap kritis terhadap objek-objek berkaitan dengan dirinya, mampu membedakan dan menelaah hal yang terkait dengan lingkungan internal dan eksternal. Ketertarikan dengan hal yang baru dipikirkan oleh anak pada masa adolesensi menurut orang tua dan lebih intensif dalam pola pendampingan.

3. Ciri umum pertumbuhan remaja putri menurut Samadi (2014) :

1) Ciri-ciri fisik remaja putri

a. Pertumbuhan tulang

Terjadinya pertumbuhan lingkaran panggul yang lebar dan bahu yang kecil pada perempuan. Pertumbuhan pinggul termasuk pertumbuhan fisik yang sangat penting pada masa balig bagi remaja putri, karena tanpa hal tersebut proses melahirkan sulit terjadi.

b. Berat badan dan kemampuan fisik

Kemampuan fisik anak perempuan lebih rendah dari anak laki-laki. Dari segi kejiwaan anak perempuan lebih patuh, ketahanan tubuh mereka meningkat. Perempuan mampu menahan rasa lapar, haus, sakit, dan cobaan. Bahkan remaja menunjukkan perlawanan terhadap berbagai penyakit dalam hal ini resistensi terhadap penyakit anak perempuan lebih menunjukkan ketahanan dari anak laki-laki.

c. Kondisi kelenjar dan Hormon

Setiap hormon yang dihasilkan oleh kelenjar, memiliki satu fungsi atau lebih. Salah satu hormon yang penting pada remaja putri adalah hormon estrogen, yang memiliki dua fungsi penting. Fungsi pertama adalah memicu timbulnya karakteristik-karakteristik seksual wanita sekunder yang menyebabkan

pertumbuhan pada alat-alat reproduksi. Fungsi kedua adalah mengatur siklus bulanan pada alat-alat reproduksi.

2) Ciri-ciri psikis remaja putri

a. Kemampuan menentukan dan berargumentasi

Remaja putri pada usia 11-15 tahun berkembang dari sisi pemikiran dibanding remaja putra seusianya, dengan perbandingan sekitar dua tahun di atas remaja putra. Pada pertengahan masa remaja, remaja sampai pada satu tahapan dimana daya pikirnya berkembang menjadi orang yang pandai berargumentasi dan memberikan alasan terhadap setiap perbuatan yang dilakukan.

b. Kemandirian dan kebebasan

Para remaja, saat melampaui masa kanak-kanak dan memiliki kehidupan yang mandiri, mereka menganggap diri mereka mampu menjalani kehidupan sendiri tanpa bantuan orang lain. Kemandirian dan kebebasan mereka harus dibatasi agar tidak menimbulkan kerugian terhadap diri sendiri maupun orang lain, serta tidak melakukan hal yang bertentangan dengan norma syariat.

3) Ciri-ciri perasaan remaja putri

a. Keindahan dan kecantikan

Kecenderungan pada keindahan tubuh menyebabkan mereka menyukai perhiasan yang merupakan tanda kecintaan pada diri sendiri, karena hal inilah remaja putri lebih memperhatikan dirinya dan berusaha menghias diri dengan memakai pakaian yang bagus.

b. Rasa malu

Remaja putri berada diantara dua hal yang saling tarik-menarik. Hal pertama yaitu menarik dirinya mencari kesenangan yang baru, sedangkan hal yang kedua adalah rasa malu, bagaikan

ikatan dan belenggu di kaki mereka yang tidak membiarkan mereka melangkah.

4) Ciri-ciri sosial remaja putri

a. Persahabatan

Seorang remaja berusaha mencari sahabat yang bisa berbagi rasa, bisa mempercayainya, dan bisa menjadi tempat mencurahkan segala masalah yang sedang dihadapinya. Dia berusaha memuji sahabatnya dan menunjukkan persahabatan mereka dengan cara memberi hadiah. Persahabatan remaja dibandingkan persahabatan orang dewasa akan lebih tulus.

b. Sopan santun dan Adat istiadat

Masa remaja adalah masa penentangan dan pembangkangan, penentangan terhadap berbagai kenyataan, keluarga, dan adat istiadat yang berlaku di masyarakat. Perilaku yang mereka tunjukkan merupakan bentuk penentangan tanpa pengetahuan dan perbandingan. Mereka hanya menginginkan hal yang baru, modern, dan menarik perhatian.

4. Tugas Perkembangan Remaja

Menurut Rizky Cintya Dewi, dkk 2015) ada tiga tahap perkembangan remaja sebagai berikut:

a. Remaja awal (*early adolescence*) umur 11-13 tahun

Pada tahap ini remaja mengalami perubahan pada diri sendiri, ketertarikan pada lawan jenis kepekaan yang berlebihan serta kurangnya kendali terhadap ego yang mengakibatkan remaja sulit untuk dipahami dan memahami.

b. Remaja tengah (*middle adolescence*) umur 14-16 tahun

Remaja pada tahap ini mempunyai kecenderungan untuk menyukai teman-teman yang mempunyai sifat sama dengan dirinya tetapi remaja juga memiliki kebingungan harus memilih bersama sama atau sendiri, optimis dan pesimis serta materialis dan idealis.

c. Remaja akhir (*late adolescence*) umur 17-21 tahun

Pada tahap ini hubungan remaja diperkuat dengan pencapaian 5 hal diantaranya minat yang kuat terhadap fungsi kecerdasan, konsep dirinya untuk bersatu dengan masyarakat dalam mencari pengalaman baru, adanya identitas seksual yang terbentuk tidak akan berubah lagi, perhatian pada dirinya sendiri seimbang dengan kepentingan orang lain, terbentuknya batasan pada dirinya (*private self*) dengan masyarakat umum (*the public*).

B. Masalah Haid Remaja sampai pada Kanker Payudara

Faktor yang berhubungan dengan kemungkinan terjadinya kanker payudara yaitu faktor risiko. Faktor risiko yang utama berhubungan dengan keadaan hormonal (estrogen dominan) dan genetik. Penyebab terjadinya keadaan estrogen dominan karena beberapa faktor risiko salah satunya adalah faktor reproduksi : usia menarche atau menstruasi pertama pada usia relatif muda (kurang dari 12 tahun) dan siklus menstruasi. Menarche dini berhubungan dengan peningkatan risiko kanker payudara. Dewasa ini negara-negara berkembang, terjadi pergeseran usia menarche dari sekitar 16-17 tahun menjadi 12-13 tahun. Butler, dkk meneliti hubungan antara usia menarche, siklus ovulasi yang lebih dini, dan siklus reproduksi yang pendek, terhadap peningkatan risiko kanker payudara dalam 1505 kontrol dan 1647 kasus. Didapatkan pada usia menarche yang lebih muda (12 tahun) terdapat peningkatan risiko kanker payudara (odds ratio =1.5). Hubungan ini semakin diperkuat pada wanita dengan berat badan yang lebih rendah ($BMI = <22 \text{ kg/m}^2$) daripada wanita dengan massa tubuh yang lebih besar ($BMI = >28 \text{ kg/m}^2$). Karakteristik siklus menstruasi juga diteliti dalam hubungannya dengan peningkatan risiko kanker payudara. Dalam suatu studi prospektif, siklus menstruasi yang kurang dari 26 hari atau lebih lama dari 31 hari selama usia 18-22 tahun juga diprediksi mengurangi risiko kanker payudara. Studi lain menunjukkan

bahwa siklus menstruasi yang pendek saat usia 30 tahun, berhubungan dengan penurunan risiko kanker payudara. Menopause yang terlambat juga meningkatkan risiko kanker payudara. Untuk setiap tahun usia menopause yang terlambat, akan meningkatkan risiko kanker payudara 3% (Rasjidi, 2009).

C. Kanker Payudara

1. Definisi

Kanker payudara adalah penyakit yang disebabkan karena pertumbuhan berlebihan atau perkembangan tidak terkontrol dari sel-sel atau jaringan payudara (Sabrina maharani, 2009).

2. Etiologi

Penyebab kanker payudara sampai saat ini belum diketahui secara pasti, namun ada berbagai faktor resiko yang berhubungan dengan kanker payudara (Endang Purwoastuti, 2008)

- a. Faktor hormon diduga memegang peranan dalam proses kejadian tumor ini adalah faktor hormon estrogen. Namun, bagaimana mekanismenya belum diketahui. Pemberian hormon estrogen dan progesteron pada penggunaan alat kontrasepsi belum terbukti berpengaruh meningkatkan angka kejadian kanker payudara, kecuali pemakaian pil kontrasepsi di usia remaja karena mempunyai resiko tinggi terkena kanker payudara.
- b. Penggunaan obat hormonal yang lama, seperti terapi sulih hormon atau *hormonal replacement therapy* (HRT), dan pengobatan kemandulan (infertilitas).
- c. Pemakaian kontrasepsi oral pada penderita tumor jinak payudara seperti kelainan fibrokistik.
- d. Wanita yang bekerja pada malam hari karena cahaya lampu yang kusam pada malam hari dapat menekan produksi *melatonin nocturnal* pada otak sehingga hormon estrogen yang diproduksi

ovarium meningkat, diketahui juga bahwa melatonin sendiri dapat menekan pertumbuhan sel kanker payudara.

3. Tanda dan gejala

Menurut Zaviera (2011), tanda paling umum dari kanker payudara yaitu adanya benjolan atau massa baru. Massa tersebut tidak mengakibatkan nyeri, keras, dan mempunyai sisi yang tidak teratur yang kemungkinan besar adalah kanker. Tapi terkadang kanker payudara dapat berbentuk lunak, lembut, dan bulat. Sehingga penting jika beberapa massa baru, benjolan, dan perubahan payudara diperiksa oleh perawat kesehatan profesional yang mempunyai pengalaman dalam mendiagnosis penyakit payudara. Tanda-tanda yang lain kanker payudara adalah sebagai berikut:

- a. Bengkak pada semua atau bagian payudara (meski tidak ada benjolan jauh yang terasa).
 - b. Iritasi kulit dan membentuk lesung.
 - c. Nyeri pada puting dan payudara.
 - d. Puting masuk ke dalam.
 - e. Kemerahan, bersisik, serta menebalnya kulit pada payudara dan puting.
 - f. Adanya cairan dan kotoran yang keluar dari puting selain ASI.
- ### 4. Cara mendiagnosis kanker payudara

Kanker payudara dapat diketahui dengan mengambil sampel jaringan yang terdapat benjolan. Hal ini dapat diketahui jenis pertumbuhan yang terjadi, apakah tumor jinak ataupun tumor ganas (kanker). Diagnosis lain juga dapat dilakukan secara mandiri melalui deteksi dini. Pada awalnya kanker payudara tidak menimbulkan gejala apapun, tetapi setelah berkembang dengan penyakit tersebut muncul gejala-gejala yang mengakibatkan perubahan payudara. Perlu dilakukan pemeriksaan secara rutin yang dapat dilakukan untuk mendeteksi kanker payudara diantaranya pemeriksaan payudara sendiri (SADARI), wanita dianjurkan untuk melakukan SADARI secara teratur sebulan sekali

setelah selesai haid, sedangkan untuk wanita yang telah menopause SADARI dilakukan pada tanggal tertentu yang mudah diingat setiap bulan (Sabrina maharani, 2009).

5. Stadium tingkatan kanker payudara

Menurut Steintal dalam Imam Rosjidi (2009) :

a. Stadium I

Tumor yang kecil, yang terlokalisasi pada jaringan payudara dan belum ada penyebaran.

b. Stadium II

Tumor yang lebih besar yang mulai melibatkan kelenjar aksilla dan tidak ada penyebaran.

c. Stadium III

Tumor yang secara jelas mulai menginvasi jaringan sekitar payudara menyebar ke dinding dada atau kulit.

d. Stadium IV

Kanker telah menyebar atau metastase ke bagian lain dari tubuh seperti otak, paru-paru, hati atau tulang dengan tanpa nodul limfa positif.

D. Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI)

1. Pengertian pemeriksaan payudara sendiri (SADARI)

SADARI adalah pemeriksaan payudara sendiri untuk melihat adanya kanker payudara pada wanita yang dilakukan dengan posisi tegak menggunakan cermin dengan melihat payudara dari depan, dari kanan dan dari kiri apakah keluar cairan dari puting susu (cairan bening, seperti susu, berwarna kuning, atau bercampur darah), adanya benjolan serta perubahan warna kulit (Olfah, 2013). SADARI adalah pemeriksaan payudara sendiri sebagai deteksi primer untuk mengetahui benjolan yang tidak normal pada payudara (Mulyani, 2013).

2. Tujuan pemeriksaan payudara sendiri (SADARI)

Tujuan dilakukan pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) yaitu untuk mendeteksi lebih awal kanker payudara tetapi bukan sebagai pencegahan kanker payudara. Deteksi awal pada kanker payudara dapat memberikan pengobatan lebih awal sehingga harapan hidup penderita menjadi panjang, menurunkan angka kematian pada penderita kanker stadium awal dan memberikan kesempatan hidup menjadi lebih lama (Nisman, 2011).

3. Waktu pelaksanaan pemeriksaan payudara sendiri (SADARI)

Pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) dilaksanakan satu minggu sekali setelah selesai haid pada hari ke 7 atau hari ke 10 untuk mengetahui benjolan di payudara, wanita yang belum menopause sebaiknya melakukan SADARI setelah menstruasi sebab perubahan hormonal menyebabkan kelembutan dan pembengkakan pada payudara sebelum menstruasi, sedangkan pada wanita yang telah menopause pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) dilakukan pada tanggal yang sama setiap bulan sebagai aktivitas yang biasa dilakukan. Pemeriksaan payudara untuk memastikan bahwa payudara masih normal. Pemeriksaan payudara juga membantu petugas kesehatan menemukan kondisi medis tertentu (seperti infeksi dan tumor) yang dapat menjadi serius jika tidak diobati. Pemeriksaan payudara secara rutin sejak seorang remaja mulai aktif secara seksual (Rasjidi, 2009).

4. Pola pemeriksaan dan Perawatan Payudara

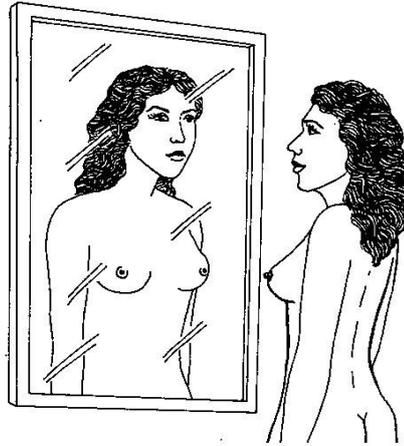
Faktor yang dapat meningkatkan risiko terkena kanker payudara termasuk riwayat penderita yang terkena kanker payudara dan terapi hormon yang dapat menstimulasi perkembangbiakan jaringan epitel dari sel payudara. Pada awal menarkhe (sebelum umur 12 tahun), pada masa menopause (setelah umur 55), dan setelah kelahiran anak pertama (setelah umur 30 tahun) menunjukkan peningkatan risiko terkena kanker payudara sebagai akibat dari pengaruh hormon reproduksi. Risiko terkena kanker payudara meningkat dengan penggunaan alat kontrasepsi oral dan terapi hormon estrogen post menopause jangka panjang. Deteksi dini adalah langkah yang dilakukan untuk mengurangi angka kematian akibat kanker payudara. Adapun keuntungan dari deteksi dini telah terbukti menyembuhkan kanker yang terjadi pada wanita hingga bertahan hidup. Dan harus diketahui 9 diantara 10 wanita menemukan adanya benjolan pada payudaranya. Langkah deteksi awal yaitu dapat dilakukan sendiri dan pemeriksaan dilakukan setelah menstruasi, karena jika dilakukan sebelum menstruasi payudara dalam keadaan membengkak sehingga menyulitkan pemeriksaan (Rama Diananda, 2008).

5. Cara pemeriksaan payudara sendiri (SADARI)

Langkah-langkah melakukan pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) menurut Breast Self Examination (BSE) menurut penelitian Putri Halimu Husna :

Langkah 1 :

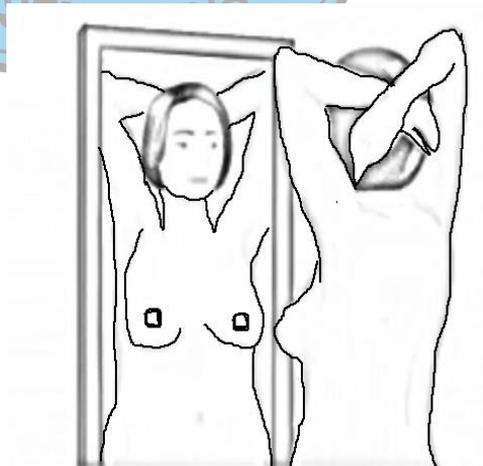
- a. Berdiri di depan cermin dengan kedua tangan lurus ke bawah agar dapat melihat payudara secara jelas.
- b. Periksalah apakah ada kelainan payudara, posisi payudara simetris atau tidak, warna kulit kemerahan atau tidak, perubahan pada puting susu (misalnya tertarik ke dalam), atau keluarnya cairan dari puting susu, tekstur kulit, dan ada tidaknya benjolan.



Gambar 5.1 Berdiri di depan cermin dengan kedua tangan lurus ke bawah

Langkah 2 :

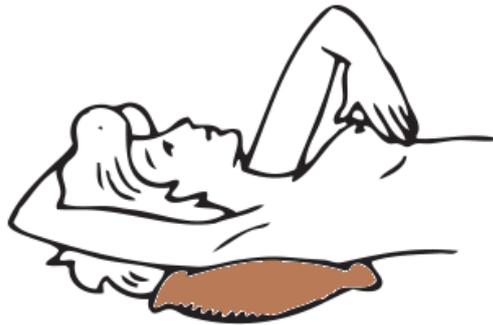
- a. Angkat kedua tangan dibelakang kepala kemudian periksalah seperti langkah 1, seperti posisi payudara simetris atau tidak, warna kulit kemerahan atau tidak, perubahan pada puting susu (misalnya tertarik ke dalam), atau keluarnya cairan dari puting susu, tekstur kulit, dan ada tidaknya benjolan.



Gambar 5.2 Berdiri di depan cermin dengan kedua tangan di belakang kepala

Langkah 3 :

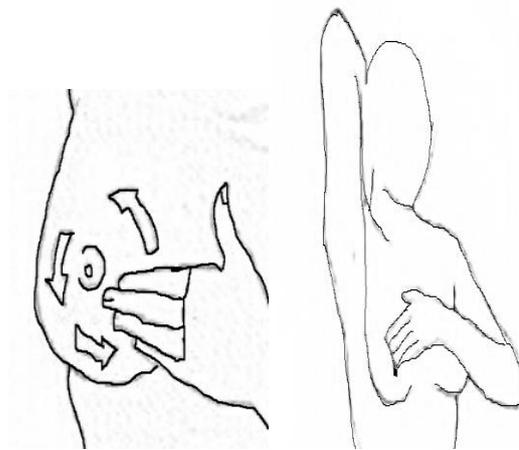
- a. Memposisikan tidur terlentang dengan kepala sampai dengan bahu disangga oleh bantal.



Gambar 5.3 Pemeriksaan dengan berbaring

Langkah 4 :

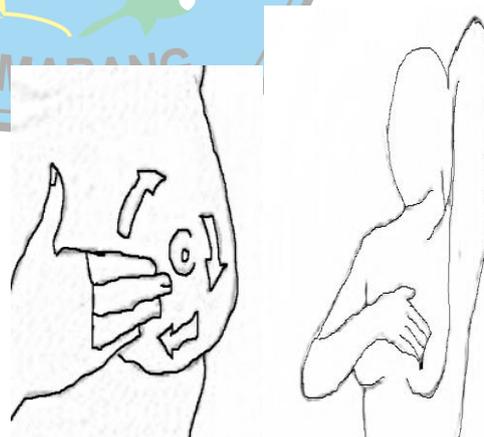
- a. Angkat tangan kanan dan letakkan tangan kanan di belakang bahu, tangan kiri meraba payudara kanan dengan gerakan memutar.
- b. Gunakan tiga jari rasakan adanya benjolan, area yang berbeda dan penebalan kulit.
- c. Perhatikan benjolan yang berbatas dan berubah-ubah.



Gambar 5.4 Mengangkat tangan kanan dan letakkan di belakang bahu

Langkah 5 :

- a. Angkat tangan kiri dan letakkan tangan kiri dibelakang bahu, tangan kanan meraba payudara kiri dengan gerakan memutar.
- b. Gunakan tiga jari rasakan adanya benjolan, area yang berbeda dan penebalan kulit.
- c. Perhatikan benjolan yang berbatas dan berubah-ubah.



Gambar 5.5 Mengangkat tangan kiri dan letakkan di belakang bahu

Langkah 6 :

- a. Posisikan berdiri atau duduk, gunakan minyak atau lotion.
- b. Lakukan pemeriksaan dengan cara tangan kanan berada dibelakang kepala, tangan kiri melakukan pijatan sirkular di seluruh area payudara.
- c. Rasakan ada tidaknya benjolan.



Gambar 5.6 Memijat payudara kanan secara sirkular

Langkah 7 :

- a. Posisikan berdiri atau duduk, gunakan minyak atau lotion.
- b. Lakukan pemeriksaan dengan tangan kiri berada dibelakang kepala, tangan kanan melakukan pijatan sirkular di seluruh area payudara.
- c. Rasakan ada tidaknya benjolan.



Gambar 5.7 Memijat payudara kiri secara sirkular

E. Konsep Ketrampilan

1. Definisi Ketrampilan

Ketrampilan berasal dari kata terampil yang artinya cakap, mampu, dan cekatan. Iverson (2001) mengatakan ketrampilan memerlukan pelatihan dan kemampuan dasar yang dimiliki masing-masing orang agar dapat membantu menghasilkan sesuatu yang bernilai lebih cepat.

Robbins (2000) mengatakan keterampilan dibagi menjadi 4 kategori, yaitu:

- 1) *Basic Literacy Skill* : Keahlian dasar yang sudah pasti dimiliki oleh setiap orang seperti membaca, menulis, berhitung serta mendengarkan.
- 2) *Technical Skill* : Keahlian secara teknis yang didapat dari pembelajaran dalam bidang teknik seperti mengoperasikan komputer dan alat digital lainnya.
- 3) *Interpersonal Skill* : Keahlian setiap orang dalam melakukan komunikasi satu sama lain seperti mendengarkan seseorang, memberi pendapat dan bekerja secara tim.
- 4) *Problem Solving* : Keahlian seseorang dalam memecahkan masalah dengan menggunakan logika atau perasaannya.

2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Ketrampilan

Notoatmodjo (2007) mengatakan ketrampilan merupakan aplikasi dari pengetahuan sehingga tingkat ketrampilan seseorang berkaitan dengan tingkat pengetahuan, dan pengetahuan dipengaruhi oleh :

a. Tingkat Pendidikan

Semakin tinggi pendidikan seseorang, semakin baik pengetahuan yang dimiliki. Sehingga, orang tersebut akan mudah dalam menerima dan menyerap hal-hal baru. Selain itu, dapat membantu mereka dalam menyelesaikan hal-hal baru tersebut. Menurut penelitian Islami, Aisyah dan Wordoyo (2012) mengatakan terdapat pengaruh yang cukup kuat antara tingkat pendidikan dan pengetahuan dengan ketrampilan ibu tentang pertolongan pertama pada kecelakaan anak dirumah di desa Sumber Girang RW 1 Rembang.

b. Umur

Saat umur seseorang bertambah maka terjadi perubahan pada fisik dan psikologi seseorang. Semakin cukup umur seseorang, semakin matang dan dewasa dalam berfikir dan bekerja.

c. Pengalaman

Pengalaman dapat dijadikan sebagai dasar untuk menjadi lebih baik dari sebelumnya dan sumber pengetahuan untuk memperoleh kebenaran. Pengalaman yang pernah didapat seseorang akan mempengaruhi kematangan seseorang dalam berpikir dan melakukan suatu hal. Ranupandoyo dan Saud (2005) mengatakan semakin lama seseorang bekerja pada pekerjaan yang ditekuni, maka semakin berpengalaman dan akan memiliki ketrampilan kerja yang lebih baik.

Sedangkan faktor-faktor yang dapat mempengaruhi ketrampilan secara langsung menurut Widyatun (2005), yaitu :

a. Motivasi

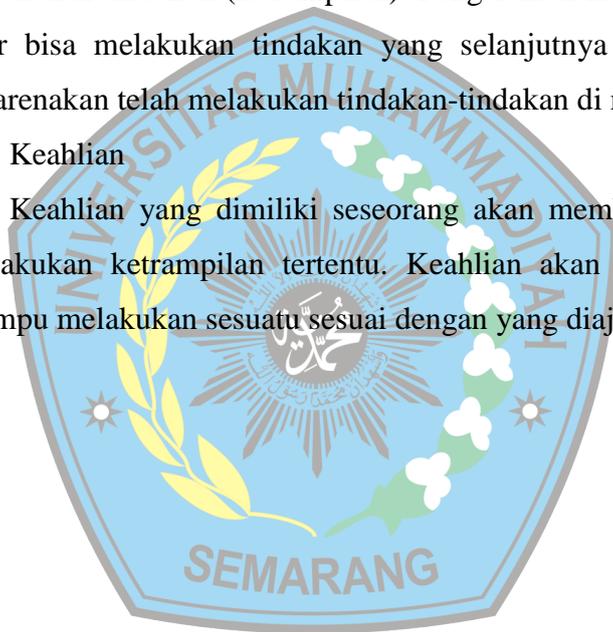
Merupakan sesuatu yang membangkitkan keinginan dari diri seseorang untuk melakukan banyak tindakan. Motivasi ini yang nantinya akan mendorong seseorang dapat melakukan tindakan sesuai dengan prosedur yang telah diajarkan.

b. Pengalaman

Merupakan hal yang memperkuat kemampuan seseorang dalam melakukan tindakan (ketrampilan). Pengalaman membangun seseorang agar bisa melakukan tindakan yang selanjutnya menjadi lebih baik dikarenakan telah melakukan tindakan-tindakan di masa lampaunya.

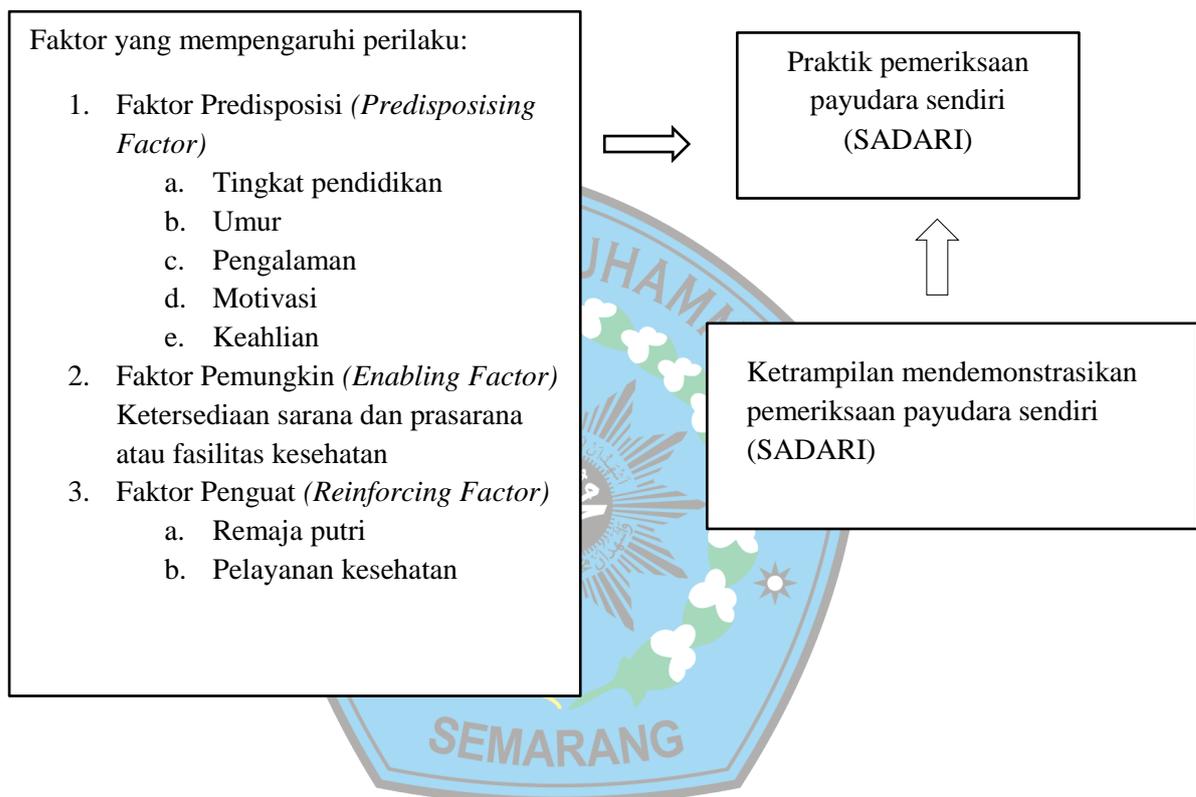
c. Keahlian

Keahlian yang dimiliki seseorang akan membuat terampil dalam melakukan ketrampilan tertentu. Keahlian akan membuat seseorang mampu melakukan sesuatu sesuai dengan yang diajarkan.



F. Kerangka Teori

Berdasarkan teori-teori diatas dari tinjauan pustaka maka dapat dibuat kerangka teori sebagai berikut:



Gambar 2.1 Kerangka Teori

Sumber: Lawrence Green dalam Notoatmodjo (2011), Rizky Cintya Dewi, dkk (2015)

G. Variabel Penelitian

Variabel penelitian ini adalah ketrampilan mendemonstrasikan pemeriksaan payudara sendiri.